

Capítulo I

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

1.1 Planteamiento de la práctica institucional

La prevención, entendida desde la óptica de la salud y la educación, hace referencia al conjunto de actos y medidas indicadas para reducir la aparición de riesgos, sobrevinientes por enfermedades, y también aquellos comportamientos nocivos para la salud.

Por tanto, prevenir es anticiparse a los hechos, es tener disposición para evitar o minimizar un riesgo. El objetivo de la prevención es impedir que un perjuicio eventual se concrete.

“La adopción de medidas encaminadas a impedir que se produzcan deficiencias físicas, mentales y sensoriales (prevención primaria) o a impedir que las deficiencias, cuando se han producido, tengan consecuencias físicas, psicológicas y sociales negativas” (ONU, 2015).

En la actualidad existen muchas campañas de prevención que sirven para transmitir la preocupación, que un grupo de personas con ciertos conocimientos específicos, sienten acerca de una problemática. Así, lo que se hace es brindar información que sea utilizada a la hora de discernir en la toma de decisiones.

La población adolescente suele beneficiarse mayormente con los programas de prevención. A sus edades sufren múltiples cambios, que les hacen sentirse vulnerables ante ciertas situaciones y son proclives, en consecuencia, a tomar decisiones incorrectas.

Los adolescentes tendrán dudas y experimentaran ansiedades relacionadas con su mayor independencia. Es posible que se sientan un tanto inseguros de su capacidad para valerse por sí mismos en el mundo. (Adelson, 1995, pág. 82)

Por lo general, los padres del adolescente son su principal apoyo. Están llamados a actuar como agentes claves, ante las conductas de riesgo que podrían afectarles a sus hijos durante la etapa de la adolescencia.

Si los padres mantienen una buena relación afectiva con sus hijos, entonces tendrán una adecuada formación y recibirán valores positivos. Este ambiente de hogar integral favorece su rendimiento escolar, contribuye a evitar que amenazas externas afecten a los adolescentes: drogas, alcohol, relaciones sexuales a temprana edad, peleas, etc. La buena educación que los padres brindan a sus hijos ciertamente les beneficia.

Buenos padres significa ser “aquellas personas que proveen cuidados significativos a sus hijos durante un periodo prolongado de la vida, sin percibir un salario como empleados. Ser padres implica promover el desarrollo de habilidades complejas, que incluyen las habilidades interpersonales para desarrollar adultos sanos” (OMS, 2018)

Durante la adolescencia, las personas tienden a ser inestables emocionalmente y, por ello, los padres de adolescentes deben demostrar un elevado grado de paciencia con sus hijos e hijas, sobre todo cuando están experimentando ciertos procesos psicológicos conflictivos.

La comunicación juega un rol importante durante esta etapa en la que los hijos e hijas pasan de la infancia a la adolescencia; por eso, los padres habitualmente se sienten impelidos a relacionarse de manera diferente con los adolescentes. Dependerá de cuán hábiles sean, emocional y cognoscitivamente, para continuar educándolos a través de la palabra cuando les hablan, riñen e ilusionan, mediante sus actos en tanto pueden acompañarles en este periodo de la vida.

Saber comunicarse con los adolescentes no significa interrogarlos: ¿Con quién has estado?, ¿De dónde vienes?, ¿Qué has hecho?; sino dialogarles demostrándoles que son parte importante de un entorno familiar donde prima la unión, el respeto, la tolerancia y confianza. Ello, les ayudará mucho reforzar o forjar lazos de amor paternal profundos.

En el seno del hogar donde habita la familia que le da sentido y significado, los adolescentes incorporan, asimilan y comprenden los valores, principios y nociones de vida que se les transmite y comparten. Tales aspectos esenciales para sus vidas y su desarrollo posterior, les servirán como “amortiguadores” frente a conductas de riesgo, que sobrevienen a esa edad sin haber tenido la experiencia suficiente para discernir con madurez y tino.

La crianza de los hijos e hijas no es la misma en el transcurrir de las décadas, ni siquiera muy parecida, porque el entorno social, las condiciones de vida, la misma educación impartida en las escuelas y dentro los hogares se transforma con el devenir del tiempo.

Por ejemplo, aunque los adultos hayan incorporado a sus vidas y hábitos el uso de las nuevas tecnologías de la comunicación e información, se dan casos y son muchos en que los padres, por diversas situaciones y condicionantes, aún están exentos de responsabilizarse directamente por la educación de sus hijos e hijas adolescentes, pese a convivir con ellos. Podría deberse al trabajo, el exagerado uso del celular, el ipad o sencillamente porque desconocen la manera de relacionarse mejor con los adolescentes. De ser así y a raíz de eso, podrían tornarse sumamente permisivos con los adolescentes. Muchos padres y madres están cerca físicamente de sus hijos, pero lejos emocionalmente; ellos se consideran “padres ausentes”. Este comportamiento causa graves efectos en el menor. (Rodríguez, 2017, pág. 144)

Sin embargo, los padres tendrían que decidir si a sus hijos e hijas menores de edad les permiten o no exponerse a la influencia de ciertos ámbitos sociales, desde donde se promueven comportamientos aceptados por la moda, vehiculizados y liberados por las

tendencias tecnológicas o provenientes de otros espacios educativos diferentes al de la familia de origen.

Lo anterior está, de alguna manera, relacionado con los gastos económicos que realizan los adolescentes. Por lo común, los padres son los llamados a cubrir esos gastos de consumo. En este sentido, tendrían que acordar con sus hijos e hijas hasta dónde les está permitido hacerlo.

Sin embargo, la relación de trato con los adolescentes no debe ser confundida ni por los progenitores ni por los descendientes. Padres e hijos están involucrados en una relación consanguínea y de amor filial. Pretender ser sus “amigos” al parecer, es adentrarse en situaciones de discusión y contraposición.

A pesar del transcurso del tiempo y los cambios que se han suscitado, desde que los padres han sido adolescentes también y educados de una manera determinada por sus papás, es importante que expliquen a sus hijos e hijas que hay límites pero igualmente respeto, confianza y amor.

En Diario Nuevo, una revista española ha escrito que:

“En un estudio realizado en España se evaluó que el 62,5% de las familias cree que la comunicación ha empeorado entre padres e hijos. La encuesta también señala que ocho de cada diez entrevistados creen que los menores de edad beben más que hace diez años. ‘En todos los problemas de la adolescencia la variable es la comunicación con los padres’. Las nuevas tecnologías han transformado la comunicación entre las personas y, en el ámbito familiar, el cambio se percibe como negativo.

El 62,5% de los españoles cree que ahora hay menos comunicación entre los miembros de la familia que hace una década, esto trae como consecuencia que los adolescentes practiquen conductas de riesgo como un acto de rebeldía o curiosidad. Los padres deben disponer de tiempo para poder dedicarlo a sus hijos y mejorar la

comunicación con ellos desde que son pequeños. Los progenitores deben ser más estrictos con el consumo de alcohol de los hijos, además de las tecnologías. Si queremos luchar contra el exceso de alcohol, tiene que haber más comunicación”. (S.D., 2017)

Considerando estos datos es preocupante la situación de vida actual de los adolescentes. Habitualmente son objeto de ataques porque tienen muchas conductas de riesgo carentes de control. De haber consecuencias dolosas para aquéllos, estas afectan a todo su entorno familiar.

En el mundo existen programas dirigidos hacia padres de familia, cuya finalidad es prevenir a sus hijos adolescentes sobre conductas de riesgo. Cuando utilizamos la frase “conductas de riesgos”, esta se refiere a todos aquellos actos que no son favorables para las personas como: Fumar, ingerir bebidas alcohólicas, inicio de la vida sexual a edad muy temprana, ingerir drogas, etc.

Uno de los programas de prevención con mayor acogida es el denominado “Familias fuertes”, que se desarrolla a nivel nacional e internacional. Este programa tiene el propósito de ser aplicado en cuatro países: Ecuador, Colombia, Perú y Bolivia. Fue creado en el año 1992 por Strengthening families program y adaptado para Latinoamérica por la Comisión Nacional para el Desarrollo y vida sin drogas, DEVIDA y la Organización Panamericana de la Salud. Familias Fuertes es una intervención primaria de capacitación en habilidades de crianza y relación familiar, con el objetivo de prevenir conductas de riesgo en jóvenes entre 10 a 14 años de edad. El primer país en América Latina en implementar el programa fue El Salvador, los resultados preliminares demostraron efectos positivos en la prevención de conductas indeseadas, seguidamente la OPS introdujo el programa también en Nicaragua, Chile, República Dominicana y Honduras. (OPS-OMS, manual del programa familias fuertes, 2016)

Bolivia no es un país ajeno a percibir conductas de riesgo en los adolescentes. Un estudio realizado recientemente, indica que el departamento Santa Cruz tiene el mayor índice de adolescentes vulnerables.

“En Bolivia hay tres escenarios en los que se desarrollan los jóvenes y que influyen en que se decanten por conductas antisociales: la familia, el colegio y su interacción con su grupo de amigos. Una familia disfuncional (padres separados) o la carencia de esta, es el principal factor de riesgo; peor aún si se dan situaciones de violencia intrafamiliar.

Así lo estableció el estudio ‘Factores de riesgo y protectores asociados a conductas antisociales en adolescentes urbanos en Bolivia’, realizado por Unicef, el Ministerio de Justicia y la organización Progettomondo.mial de Italia. Ha sido hecho en base al recuento de 28 historias de vida de adolescentes en riesgo, 18 grupos focales con jóvenes y padres; encuestas a 2.402 adolescentes de 12 y 18 años en ciudades capitales como El Alto, Riberalta y Huanuni, y 30 entrevistas a instituciones que trabajan con este sector”.

El estudio identificó la prevalencia de siete conductas en los adolescentes antisociales: Peleas, mala conducta, conflictos con padres, consumo de alcohol y drogas, robo o daño a bienes y detenciones. Por regiones, Santa Cruz es el departamento con el más elevado índice de riesgo en adolescentes que incurren en conductas antisociales (17%), seguidos por los de Sucre (12%), Cobija y El Alto (10%).

Bolivia es un país donde se celebran muchas fiestas patrias y paganas; por ejemplo, a los santos, Carnaval que son motivo, generalmente, para consumir bebidas alcohólicas. Durante el Carnaval se bebe con exceso y los jóvenes están propensos a recibir y consumir alcohol como estimulante para divertirse.

La concientización sobre riesgos a los que son expuestos los adolescentes cuando consumen alcohol en exceso es una tarea que se realiza en Bolivia, mediante algunas campañas masivas, previamente a las fechas festivas, pero su impacto aún es incipiente.

A nivel regional en el departamento de Tarija se observa un elevado consumo de alcohol y no solo en adultos, sino en una gran parte de la población de adolescentes hombres y mujeres. El 40% de los casos que Intraid atendió el año 2017 se deben al consumo exacerbado de alcohol.

“El Instituto de Prevención, Tratamiento, Rehabilitación e Investigación de Drogodependencia y Salud Mental (Intraid) afirmó que el consumo de drogas en Tarija muestra también un panorama preocupante; sobre todo referente a las drogas legales como el alcohol. Según sus datos un 82,58% de personas han consumido, alguna vez en su vida, bebidas alcohólicas y el 47% tabaco. Y entre las drogas ilegales, la marihuana tiene una prevalencia de vida del 5,59%. Esta es considerada actualmente como la droga de mayor crecimiento, pues, en el año 2000 solo presentaba el 0,9%” (INTRAID, 2016)

En el departamento de Tarija, Intraid implantó el programa “Familias fuertes” durante la anterior gestión (2017), por primera vez, siendo considerado como prueba piloto. Participaron tanto de padres como adolescentes, desde el inicio hasta el final.

El efecto que ocasionaron los talleres producidos por el programa en la población adolescente y adulta fue positivo. La institución tomó, por tanto, la decisión de realizar otra vez el programa este 2018.

Debido a la experiencia lograda por Intraid en el tema de prevención de conductas de riesgo, se planteó la realización de una práctica en esta institución. El objetivo del trabajo ha sido prevenir a padres de familia de la ciudad de Tarija, sobre conductas de riesgo, a través del programa “Familias Fuertes-Amor y Límites”.

1.2 Justificación

El tipo de relación que los hijos e hijas adolescentes tienen con sus padres es determinante para evaluar los resultados sobre su salud emocional, física y mental.

Cuando se considera la comunicación padres e hijos en sus varias dimensiones, existe la oportunidad para que haya intervenciones que favorezcan la promoción de conductas saludables.

Por otra parte, el apoyo que la familia les brinda a los adolescentes está vinculado con una mejor salud. Es necesario impulsar a las personas que establezcan lazos armónicos de comunicación familiar y social como uno de los factores indispensables para sus relaciones.

Una adecuada y oportuna comunicación como factor motivacional y de relacionamiento entre padres e hijos adolescentes, puede evitar que estos sean proclives a desarrollar conductas de riesgo.

La meta de los programas de prevención es fomentar un entorno de protección y prevención del abuso de sustancias controladas, alcohol y conductas que comprometan la salud de los adolescentes, que solo ponen en peligro su salud, reducen la expectativa de vida de quienes se comportan así, también afectan a su entorno.

Evitar la aparición de problemas relacionados con el consumo de drogas es parte vital de una política antidroga, centrada en la salud pública.

Se trata de un aspecto clave de la promoción en salud para este siglo XXI e implica un esfuerzo multidisciplinario, que va desde la vigilancia hasta la provisión de consejos e información sobre salud.

Es importante, por ello, tener una visión clara de qué se desea prevenir y cómo hacerlo. Existen muchas maneras de prevención, pero hacerlo desde la familia es, sin duda, bastante enriquecedor.

Esta P.I. ha previsto, mediante su realización, la asistencia de cada padre y madre a los talleres propuestos donde han podido recibir la preparación adecuada para transmitir a sus hijos e hijas adolescentes actitudes de comprensión, amor, comunicación constructiva y confort que necesitan.

Un estudio realizado en Bolivia con 2.402 adolescentes encuestados y publicado en el periódico cochabambino El Deber, identificó la prevalencia de siete conductas antisociales en adolescentes: Peleas fuertes (19%), remisión a dirección por mala conducta (11%) y conflictos con padres (4%).

Estos datos componen el área de “relaciones conflictivas” y completan los datos el área de “consumo de alcohol y drogas”: Consumo de alcohol una vez por semana o más (8%) y consumo de drogas dos o más veces en los últimos tres meses (8%). Otra área son las “conductas delictivas” como el robo o daño a bienes (8%) y ser llevado a la Policía (5%). Así, del 100% de los casos, el estudio identificó que un 9% presenta conducta antisocial reiterada, un 28% lo hace de forma ocasional y un 63% mostró una conducta antisocial o leve o ausencia de ella.

En el estudio mencionado se lee:

“El perfil de ese 9% de la muestra de adolescentes ‘en riesgo’ es el siguiente. Tienen 17 y 18 años, son de estrato medio bajo y bajo/pobreza, predominan los hombres. Esta adolescencia está más presente en Santa Cruz y Sucre. Se requieren estudios adicionales para identificar qué elementos influyen en los adolescentes de esas ciudades para el desarrollo de conductas antisociales. (Deber, 2017)

La investigación establece, además, que hay tres ámbitos de riesgo para el desarrollo de actividades antisociales: La familia, la escuela y el grupo de pares (amigos). En el caso de la familia se trata de hogares disfuncionales donde predomina la violencia, la ausencia de reglas y procesos de desestructuración familiar. A consecuencia de ello, estos adolescentes muestran inseguridad existencial, internalizan la violencia como forma de resolver los problemas y tienen baja autoestima; desarrollan conflictos en la escuela y por ello resultan estigmatizados lo que a su vez deriva en deserción escolar e ingreso a grupos de adolescentes disfuncionales.

El programa “Familias fuertes” propiciado en Bolivia promueve la salud y previene conductas de riesgos en adolescentes de 10 a 14 años, con la intervención de sus padres.

Busca orientar a las familias para que mejoren la salud, el desarrollo de adolescentes y prevenir conductas de riesgo, a través de la promoción de la comunicación entre padres e hijos. Hasta ahora el programa ha demostrado que se puede reducir la probabilidad del abuso de sustancias psicotrópicas y otros comportamientos de riesgo como el inicio temprano de las relaciones sexuales, ITS (Infecciones Transmisión Sexual) y embarazo en adolescentes.

El programa está basado en evidencia científica, que demuestra la efectividad de trabajar con familias de adolescentes para prevenir el consumo de drogas, el delito y otros comportamientos de riesgo por parte de la juventud. (OPS-OMS, manual del programa familias fuertes, 2016)

“Familias fuertes” consiste en un currículo de desarrollo de habilidades para padres, adolescentes y la familia como un todo. Está dividido en siete sesiones durante las cuales se implementa el uso de videos, talleres de análisis, juegos educativos y actividades familiares.

Es importante mencionar que con la realización de la presente práctica institucional, llevada a cabo en la gestión 2018, con el permiso y apoyo de la institución INTRAID, Tarija, se pudo dejar los siguientes aportes.

La relevancia **teórica** de la práctica realizada está dada por la presentación de información, que servirá de guía y capacitación a padres con necesidades de información y capacitación sobre la temática investigada.

Este estudio consideró, a través del programa “Familias fuertes”, la divulgación de sus resultados con la finalidad de llegar a más personas que puedan beneficiarse con las acciones que desarrolla el programa. La investigación propuso, igualmente, generar un espacio académico para la reflexión de padres y madres, que requieren asumir el estado de conflicto en el cual están viviendo dentro su entorno familiar y superarlo. Se ha previsto, así mismo, aportar al conocimiento existente sobre la importancia de la comunicación en familia para la consecución de buenas decisiones en los hijos. El aporte teórico esta principalmente dado por los conocimientos que se lograron obtener.

La relevancia **práctica** del trabajo de investigación está considerada en las sucesivas sesiones realizadas, que han estado orientadas a fomentar en las familias participantes la aplicación de las actividades emprendidas dentro de sus hogares. Ello, porque fue notoria la carencia de afectos entre sus miembros. Fue brindar herramientas a los padres de familias, herramientas orientadas a beneficiar la relación familiar.

Capítulo II

CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN

2.1 Características de Inraid

El Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y salud Mental Inraid Tarija, fue creado el 12 de agosto de 1988 con la finalidad de brindar atención en aspectos psicosociales de la salud. En diciembre en 1990 amplió sus servicios con la creación del centro de Tratamiento y Rehabilitación en Drogodependencias y Alcoholismo.

Inraid está ubicado en la calle Junín N° 1071 ex hospital del Niño. Posee una infraestructura amplia y dispone de 25 camas para el servicio de tratamiento y rehabilitación.

Los servicios que brinda Inraid son para mejorar la salud de la población, dando cobertura a aquellos programas prioritarios de plan estratégico de salud.

Los propósitos y atribuciones de Inraid se encuentran respaldados por las leyes 1008 del Régimen de la Coca y sus Sustancias Controladas, Ley 1788 de Organización del Poder Ejecutivo, Ley 1654 Descentralización Administrativa, Ley 1403 Código del Niño, Niña y adolescente y los Decretos Supremos 25060, Estructura de las Prefecturas del Departamento; D.S. 2538, Estructura de Salud; D.S. 24805 y D.S. 24855.

2.2 Misión

Brindar atención integral a la salud mental de la población con programas de prevención y promoción de la salud, tratamiento, y rehabilitación, desde un punto de vista biopsicosociales.

2.3 Visión

Ampliar la cobertura de atención especializada en salud mental a todo el departamento de Tarija, disminuyendo la impronta de la patología mental y el consumo de drogas.

2.4 Objetivos

2.4.1 Objetivo general

Atender los aspectos psicosociales de la salud, brindando servicios que tienden a mejorar la salud de la población, dando cobertura en aquellos programas prioritarios del plan estratégico de salud.

2.4.2. Objetivos específicos

- Crear en la sociedad y en los grupos vulnerables de distintas edades, condiciones que favorezcan a la formación integral, el desarrollo y mantenimiento de actitudes positivas.
- Orientar, capacitar y educar a la población en prevención integral del uso indebido de drogas y alcohol.
- Rehabilitar drogodependientes y alcohólicos, apoyar con consejería y asesoramiento a las familias de alcohólicos, drogodependientes y de salud mental.
- Facilitar a las personas cuya salud mental este abocado a que corran riesgos de ver comprometido su equilibrio psíquico u obtener una respuesta adecuada a sus necesidades y una atención oportuna y apropiada.
- Intervenir con un trato especializado y de modo multidisciplinario a los y las adolescentes.

2.5 Áreas

En la actualidad Intraid presenta servicios en dos áreas:

- Prevención y promoción de la salud.
- Tratamiento y rehabilitación de drogodependencias y alcoholismo.

2.6. 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 de la familia, la escuela y la población adolescente, en las áreas de educación, comunicación e información.

Este departamento ha diversificado su accionar en el campo de la educación, prevención y la promoción de la salud, a través de dos lineamientos esenciales, la formación e información de recursos humanos, con la finalidad de prepararlos para llevar a cabo los diferentes programas que imparten durante cada gestión. Cada programa se respalda en un manual teórico práctico que se ha convertido en una guía para los facilitadores que realizan la labor preventiva en cada población beneficiaria, los programas son los siguientes:

- Programa de prevención temprana del uso indebido de drogas: **MANUAL CRECER SIN DROGAS**. Dirigido a niños entre 8 a 11 años de edad.
- Programa de prevención integral del uso indebido de drogas: **MANUAL FORMACIÓN DE LÍDERES JUVENILES**, para adolescentes y jóvenes entre 12 a 25 años.
- Programa de prevención oportuna: **MANUAL ESCUELAS SALUDABLES**, dirigido a docentes de educación primaria, secundaria y universitaria.

- Programa de prevención integral del uso indebido de drogas: **MANUAL LA FAMILIA ES FORTALEZA**, dirigido a padres de familia de unidades educativas y barrios.

- Programa de prevención integral del uso indebido de drogas: **MANUAL MUJER, FAMILIA Y COMUNIDAD**, dirigido a docentes de educación primaria, secundaria y universitaria.

- Programa de prevención del uso indebido de drogas: **MANUAL FAMILIAS FUERTES AMOR Y LIMITES**, dirigido a padres y adolescentes de 10 a 14 años de edad.

Capítulo III

OBJETIVOS DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

3.1 Objetivo general

Desarrollar un programa de prevención sobre conductas de riesgo a través del programa “familias fuertes amor y límites”, dirigido a padres de familia de la ciudad de Tarija en la gestión 2018, en convenio con la institución Intraid.

3.2 Objetivos específicos

- Diagnosticar en los padres de familia, el tipo de relación y actitudes que tienen hacia el entorno familiar a través de un pretest.

- Implementar el programa, a través de estrategias que permitan mejorar la comunicación y relación familiar con la finalidad de evitar conductas de riesgo.

- Evaluar el impacto del programa a través del postest.

- Realizar un video con testimonios de padres participantes en el programa “Familias fuertes-amor y límites” en la presente gestión.

Capítulo IV

MARCO TEÓRICO

4.1 PREVENCIÓN

“Prevención constituye un conjunto de actividades dirigidas específicamente a identificar los grupos vulnerables de alto riesgo y para los que pueden emprenderse medidas con el objetivo de evitar el comienzo de problema”. (Goldstone, 1977)

Bower (1969) Considera la prevención como cualquier tipo de intervención psicológica y social que promueve o realza el funcionamiento emocional o reduce la incidencia y prevalencia del mal en la población en general. (Corrales, 2006)

Prevenir es anticiparse, adelantarse, actuar para evitar que ocurra algo que no se quiere. Pero si el problema ya existe, prevenir es intentar evitar que tal problema vaya a más. En prevención no existen soluciones mágicas, sino que se van realizando un conjunto de actuaciones en diversas direcciones. La prevención es labor de todos y todas, en la que cada persona puede aportar algo. (Porto & Gardey, Publicado: 2010. Actualizado: 2013).

Se puede definir la prevención como un proceso activo para crear condiciones que promueven el bienestar de las personas, se realiza ante determinada situación que es posible que suceda.

Según Martínez y colaboradores (1997), las acciones de prevención, dependiendo del problema y de la actividad específica de que se trate, pueden actuar en los tres niveles: la sociedad, los grupos y los individuos

4.1.2. Prevención en salud.

La prevención de enfermedades y adicciones, son todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales, orientadas a que la población, como individuos y como familias, mejoren sus condiciones para vivir y disfrutar de una vida saludable y para mantenerse sanos. Se trata de que se vayan reduciendo los factores de riesgo y se cree un estilo de vida saludable, tanto individual como colectivo.

Actualmente uno de los mayores problemas que afectan la salud de las personas y daña su entorno es el consumo de drogas, por su incidencia y las graves consecuencias que estas sustancias acarrearán para la salud, está considerado como un problema social. Los adolescentes son uno de los grupos más vulnerables ante el consumo de estupefacientes. (plus, 2018)

4.2. PROGRAMAS DE PREVENCIÓN EN DROGODEPENDENCIAS

Por drogodependencia se entiende, tal como la definió la OMS el «estado de intoxicación periódica o crónica producida por el consumo repetido de una droga natural o sintetizada y caracterizado por: 1) deseo dominante para continuar tomando la droga y obtenerla por cualquier medio, 2) tendencia a incrementar la dosis, 3) dependencia física y generalmente psíquica, con síndrome de abstinencia por retirada de la droga, y 4) efectos nocivos para el individuo y para la sociedad». Más actualmente en vez de drogodependencia, técnicamente, se habla de dependencia de drogas o de dependencia de sustancias. **(IGLESIAS, 2002, pág. 21)**

Martín (1995), quien definió la prevención de las drogodependencias del siguiente modo: «es un proceso activo de implementación de iniciativas tendentes a modificar y mejorar la formación integral y la calidad de vida de los individuos, fomentando el autocontrol individual y la resistencia colectiva ante la oferta de drogas» (pág. 55).

Cuando se habla de prevención de drogas hay que hablar de prevención y de programa preventivo. La prevención ya está definida. Un programa preventivo es un conjunto de actuaciones con el objetivo específico de impedir, o retrasar, la aparición del problema al que se dirige dicho programa preventivo, que en el caso de las drogas es impedir, o retrasar, la aparición de conductas de consumo y abuso de las distintas drogas (Becoña,1995).

Básicamente, los programas de prevención tienen el propósito de evitar la aparición de riesgos para la salud del individuo, de la familia y la comunidad. Implica actuar para que un problema no aparezca o, en su caso, para disminuir sus efectos.

Son programas abiertos, es decir, promueven la participación de todas las personas en general, una población bastante importante para realizar intervención es la etapa de adolescencia, puesto que a esa edad son bastantes vulnerables para sufrir cambios y tomar decisiones, uno de los factores más importantes es la lucha contra las drogas. Concienciar a los adolescentes, a través de su entorno directo o de programas de prevención, de los riesgos que implica el consumo de drogas es muy importante para evitar que consuman. Además de la influencia del entorno, las escuelas, colegios, institutos y demás centros de enseñanza también juegan un papel fundamental en la prevención.

En la actualidad es necesario fortalecer las actividades de prevención, desarrollar y aplicar iniciativas de prevención innovadoras. El consumo de drogas, además de generar una adicción, puede desencadenar problemas de salud, problemas familiares, sociales y educativos tanto en las personas con dependencia a las drogas como en aquellas que las consumen sin tener una adicción.

Es de suma importancia capacitar a los padres y a las madres para incitar una mejor comunicación con sus hijos, llevarlos a provocar en sus familias una estrecha relación.

Generar confianza en la familia es bastante importante, esto ayudará a evitar que aparezca en adolescentes conductas de riesgo.

Algunos factores de protección son:

- La capacidad para pensar de manera crítica.
- El hecho de tener una buena adaptación en la escuela.
- Tener habilidades para comunicarse y relacionarse con los demás o el hecho de haber desarrollado vínculos emocionales positivos entre los padres y los hijos.

Prevenir el consumo de drogas (y las drogodependencias) conlleva una reducción de los factores de riesgo y potenciar aquellos de protección.

La prevención se puede llevar a cabo en los espacios educativos formales como la escuela y en los espacios educativos no formales como centros colectivos específicos.

- En el espacio familiar
- En el ámbito de ocio
- En los espacios de ocio nocturno
- Dentro de la comunidad
- Dentro de los servicios de salud
- En el trabajo

4.2.2. Tipos de prevención en drogodependencias

En el campo de la prevención de las drogodependencias hasta hace unos años se hacía la diferenciación de la prevención en tres tipos, a partir de la propuesta hecha por Caplan (1980). Este diferenciaba la prevención primaria, la secundaria y la terciaria. Esta diferenciación equivalía, de modo muy sintético a prevenir, curar y rehabilitar.

En una terminología más actual los tres tipos de prevención anteriores son en parte equivalentes a lo que se conoce por prevención (prevención primaria), tratamiento (prevención secundaria) y rehabilitación (prevención terciaria). En el caso de las drogas, la prevención primaria se orienta a tomar medidas para que las personas no consuman drogas, evitando los factores de riesgo y desarrollando los factores de protección; la secundaria se orienta a que si surge un problema con las drogas se pueda frenar su avance y evitar que se convierta en un problema mayor; y, la terciaria se centra en el tratamiento y rehabilitación de la dependencia de las drogas.

En los últimos años una nueva terminología se ha ido imponiendo. Es la que diferencia la prevención en tres tipos (Gordon, 1987):

Prevención universal: Se dirige a todos los adolescentes, beneficiándolos a todos por igual. Son perspectivas amplias, menos intensas y menos costosas que otras que se orientan a conseguir cambios de comportamientos duraderos. Se incluirían en estos programas la mayoría de los programas preventivos escolares, como los que tratan de fomentar habilidades y clarificar valores, habilidades para la vida, etc.

Prevención selectiva: La prevención selectiva es aquella que se dirige a un subgrupo de adolescentes que tienen un riesgo de ser consumidores mayores que el promedio de los adolescentes. Se dirigen a grupos de riesgo.

Prevención indicada: La prevención indicada es más intensiva y más costosa. Se dirige a un subgrupo concreto de la comunidad que suelen ser consumidores o que ya tienen problemas de comportamiento, dirigiéndose los mismos tanto a los que ya son consumidores como a los que son experimentadores. Se dirigen, por tanto, a individuos de alto riesgo (Eggert, 1996).

4.3. TIPOS DE PREVENCIÓN: ESCOLAR, FAMILIAR Y COMUNITARIA.

Los ámbitos en los que se realiza la prevención pueden ser múltiples.

La prevención puede hacerse en el ámbito escolar, en el familiar, el laboral, a nivel comunitario, con grupos específicos, etc. En la práctica, el tipo de prevención que más se ha desarrollado ha sido la prevención escolar.

Ello ha venido dado porque es en la Escuela donde está el grupo con mayor riesgo de consumir drogas. Sin embargo, aunque la prevención escolar es muy importante, y necesaria, es insuficiente en muchos casos si ésta no va acompañada de una prevención más intensiva a nivel familiar, comunitario, etc.,

A continuación se exponen los principales ámbitos de la intervención preventiva.

4.3.1. Prevención escolar

La prevención escolar permite llegar a los jóvenes escolarizados, en la edad de máximo riesgo para el consumo de las distintas drogas, facilitándose así de modo importante realizar la prevención. Esto ha llevado a que muchas intervenciones preventivas se realizan en exclusiva en la escuela y es donde hay más programas preventivos evaluados (Botvin, 1999).

La prevención que se realiza en la escuela, pero no necesariamente es suficiente para evitar el consumo de drogas. Hay que implicar no solo al resto de los elementos sociales sino a todas las personas en riesgo acudiendo a su contexto social o ambiental de consumo. Y, específicamente debe implicarse a toda la comunidad escolar (Plan Nacional sobre Drogas, 2000), que se constituye de los alumnos, de los profesores y los padres.

4.3.2. Prevención familiar

En los últimos años la prevención familiar ha incrementado su relevancia al conocerse cada vez más, por los factores de riesgo y protección, la importancia de la misma en la etiología del consumo de drogas

(Hawkins, Catalano y Miller, 1992; Moncada, 1997). La familia constituye un elemento esencial en la socialización del niño y del adolescente. Por ello una familia estructurada facilita mejor los tránsitos y la adaptación a nuestra sociedad actual. Uno de estos aspectos adaptativos es el no consumo de drogas o no pasar de un consumo esporádico en ciertas drogas.

Lo cierto es que en los últimos años se han producido importantes cambios en la familia, y el consumo de drogas en ocasiones se relaciona con dichos cambios (Ríos, Espina y Baratas, 1997). Varios factores de riesgo de tipo familiar se asocian con el consumo de drogas; por contra, otros de protección o el tipo de crianza facilitan el no consumir drogas. Otro hecho que ha facilitado el surgimiento de los programas preventivos familiares ha estado en que los programas preventivos escolares suelen tener un componente dedicado a la familia. En otros casos es necesario incidir de modo más intensivo en ella. Y, específicamente se han elaborado programas preventivos con el único objetivo de centrarse en la familia (ej., García-Rodríguez, 2000). Lo que hacen estos programas es fomentar habilidades educativas y de comunicación en el seno familiar, incrementar el sentido de competencia de los padres y su capacidad para la resolución de problemas y concienciarlos de la importancia que tienen como agentes de salud para sus hijos (Plan Nacional sobre Drogas, 2000).

4.3.3. Prevención comunitaria

La prevención en su sentido más amplio debiera ser comunitaria. Sin embargo, como lo comunitario es tan amplio suele optarse por tipos de prevención más realistas y parcializados. La prevención comunitaria en drogodependencias lo que pretende es prevenir el consumo de drogas en una comunidad concreta poniendo en marcha distintos recursos para lograr este fin. El objetivo que pretende es reforzar los mensajes y normas de la comunidad en contra del abuso de drogas y la preservación de la salud

(Plan Nacional sobre Drogas, 2000). Implica poner en marcha distintos recursos y medios comunitarios y, con ello, la participación y movilización de distintas instituciones, organizaciones, colectivos, grupos y personas de la comunidad. Esto indica que un programa comunitario es comprensivo y puede abarcar cualquier aspecto de la comunidad. Cuantos más participen, siempre que haya un adecuado nivel de coordinación, más fácil será conseguir el objetivo preventivo.

Habitualmente un programa comunitario incluye otros subprogramas, o programas que a su vez funcionan independientemente, como la prevención escolar, la familiar, la laboral, etc., pero que si se coordinan dentro de un programa comunitario pueden funcionar sinérgicamente todos entre sí.

4.4. DROGAS

Droga es toda sustancia psicoactiva que, introducida en el organismo vivo, puede modificar una o más funciones de éste.

Las drogas son sustancias que, cuando se introducen en el organismo, actúan sobre el sistema nervioso central. Esto provoca cambios que pueden afectar a la conducta, el estado de ánimo o la percepción. Además, su consumo puede comportar:

Dependencia psicológica. Se produce cuando la persona tiene necesidad de consumir la droga para experimentar un estado de placer o para evitar un cierto malestar afectivo.

Dependencia física. Cuando el organismo se ha habituado a la presencia de la droga y necesita esta sustancia para funcionar con normalidad.

Tolerancia. Cuando es necesario aumentar la dosis de una droga de consumo habitual para conseguir los mismos efectos que se obtenían con dosis más pequeñas.

El consumidor habitual de cualquier tipo de droga puede experimentar alguno de estos tres efectos o todos al mismo tiempo.

El abuso de drogas altera la dinámica de las relaciones sociales y conduce a la toma de decisiones violentas. Además, se asocia a un aumento del riesgo de exposición a violencia, llevar armas, y mayor posibilidad de homicidio entre los adolescentes y bandas callejeras. Un inicio precoz del uso de alcohol y drogas aumenta el riesgo de abuso de la violencia que suele continuar en la edad adulta. El uso de drogas tiene una gran relación con la violencia juvenil. Determinadas formas de beber pretenden una pérdida rápida del control, y de esta forma es fácil que se instauren entretenimientos destructores de grupo, sin ninguna inhibición ni norma. Algunos usos de pastillas y de sustancias de diseño hacen sentir al joven una mayor potencia y ganas de acción, sin límites y sin inhibición.

4.5. TIPOS DE DROGAS.

4.5.1. Nicotina (tabaco)

El tabaco es un producto originario de América que es consumido por los hombres de esas tierras desde hace miles de años. Inicialmente se utilizaba por motivos religiosos y de placer, siendo introducido en Europa a la vuelta de Cristóbal Colón (Becoña, 1994).

Con el transcurso de los años su consumo se ha ido popularizando, produciéndose un gran incremento en su consumo a principios de siglo y un empuje impensable años atrás a partir de la segunda guerra mundial, llegando en el momento actual a ser una «epidemia» su consumo. El nivel de dependencia que produce el tabaco es muy elevado, semejante al de las restantes drogas (U.S.D.H.H.S., 1988), a pesar de estar legalizado junto con el alcohol. El gran problema que acarrea el tabaco en nuestro mundo actual es la alta mortalidad que produce, debido básicamente a los alquitranes

que van en la hoja del tabaco y otros compuestos que se producen en la combustión del papel que envuelve al tabaco (U.S.D.H.H.S., 2000).

Hasta el momento el consumo de la droga que contiene el tabaco, la nicotina, ha estado permitida o se ha sido flexible con la misma. Con la aparición de restricciones legales a su consumo, debido a las graves consecuencias que el fumar produce en la salud, surge con frecuencia el síndrome de abstinencia de la nicotina en fumadores que tienen que echar varias horas sin fumar, dada la corta vida media de la nicotina, de 30 a 120 minutos.

Los síntomas más importantes del síndrome de abstinencia de la nicotina son: estado de ánimo disfórico o depresivo; insomnio; irritabilidad, frustración o ira; ansiedad, dificultad de concentración; inquietud; disminución de la frecuencia cardíaca; y, aumento del apetito o del peso (American Psychiatric Association, 2000). Dado el fuerte poder adictivo de la nicotina, semejante al de la heroína y de la cocaína, dejar de fumar es difícil, a pesar de que uno de cada tres fumadores desea dejar de fumar. Los que lo dejan sufren el síndrome de abstinencia de la nicotina, que depende de la dosis previa, y que resulta molesto o muy molesto para el fumador y es la causa de que casi el 90% de los que dejan de fumar de golpe vuelvan de nuevo a fumar (Becoña y Vázquez, 1998).

4.5.2. Alcohol

El consumo de alcohol está muy arraigado en los patrones culturales vigentes en nuestra sociedad. Ello se debe a que el alcohol es una sustancia que viene siendo elaborada y consumida desde hace miles de años.

El alcohol en nuestra sociedad actual cumple muchas funciones. Di Pardo (1993) enumera las siguientes: psicotrópica, terapéutica, alimentaria, como fuente de calorías para el esfuerzo laboral, como mecanismo de cohesión, integración y estructuración

cultural, como mecanismo de control social, como instrumento de identificación y diferenciación cultural y/o social, como mecanismo de transgresiones estructurales, como mecanismo de adaptación en situaciones de cambio, como mecanismo de «solución» al tiempo «vacío» social y/o individual, y como mecanismo casi irremplazable de sociabilidad. De ahí que el alcohol se consume frecuentemente, a diario o esporádicamente, acarreado a un gran número de personas graves problemas, tanto a nivel físico, como familiar, psicológico, psiquiátrico y social.

Dentro de la problemática psiquiátrica y psicológica se han estudiado las repercusiones a nivel familiar y en las relaciones familiares, el estrés, la personalidad previa del alcohólico, las clasificaciones del alcoholismo, los diagnósticos duales, etc., aparte de toda la intervención psicológica y psiquiátrica para que abandonen la bebida. De ellos, destaca el que la familia del alcohólico sufre directamente las graves consecuencias del alcoholismo a través de relaciones conflictivas con la pareja, agresividad en las relaciones familiares y las posibles repercusiones en los hijos, etc., que se pueden graduar en cuatro niveles: desajuste familiar, separación conyugal, disgregación familiar y degradación familiar. Muchas de las separaciones de parejas tienen como causa el consumo excesivo de alcohol o los malos tratos asociados a su consumo.

Tradicionalmente, el alcoholismo ha sido considerado como un trastorno progresivo. El consumo de bebidas alcohólicas se inicia en la adolescencia y progresa lentamente, llegando a constituirse en un problema hacia la mitad o al final de la segunda década de la vida (Jellinek, 1960).

Para llegar a ser un adicto se requiere un patrón de gran bebedor y muy reiterativo, y esto se desarrolla de un modo característico durante unos años. No obstante, hoy sabemos (Abrams y Alexopoulos, 1998) que muchos alcohólicos comienzan a serlo a una edad avanzada, sin haber tenido previamente problemas de abuso o dependencia del alcohol, dándose más este fenómeno en mujeres que en varones mayores, cuando en edades tempranas es a la inversa. Hoy tenemos el grave problema del alcoholismo

juvenil, especialmente las borracheras de fin de semana y el nuevo patrón de consumo tipo anglosajón, como nunca había ocurrido en España hasta estos años (Plan Nacional sobre Drogas, 2001, 2002).

4.5.3. Cannabis

El cannabis es una planta natural que se utiliza en tres formas principales. El tipo más común se llama la resina, que viene en bloques o trozos sólidos de color oscuro. El menos común son las hojas y los tallos de la planta, llamado hierba o maría. El tercer tipo, aceite de cannabis, apenas se ve en Irlanda.

El cannabis se suele liar con tabaco formando un ‘porro’ o ‘canuto’ y fumar, pero también se puede cocinar y comer. Consumir con cannabis hace sentir relajado, hablador y feliz. Hay personas que sienten que el tiempo va más despacio y también hablan de una apreciación mayor de los colores, sonidos y sabores.

El cannabis puede afectar a la memoria y a la concentración y puede dejarte cansado y sin motivación. Si la persona no está acostumbrada al cannabis o toma un tipo más fuerte al que está habituado, puede sentir ansiedad, pánico o confusión. O tener delirios o alucinaciones. Muchas personas consideran el cannabis una droga bastante segura. Sin embargo, las investigaciones demuestran que los consumidores a largo plazo pueden tener dificultades para controlar el consumo de la droga y pueden convertirse en adictos. Fumar cannabis aumenta el riesgo de enfermedades cardíacas y cánceres, como el de pulmón, y puede afectar a la fertilidad. En personas que tienen problemas de salud mental subyacentes, el cannabis puede desencadenar la esquizofrenia. En Irlanda es la segunda droga más común hallada en los sistemas de los conductores borrachos, después del alcohol.

4.5.4. Éxtasis

El éxtasis se suele elaborar en laboratorios clandestinos de algunos países europeos. Normalmente se vende en pastillas que tienen dibujados diversos logotipos o diseños. En ocasiones las pastillas de éxtasis pueden contener otras drogas y sustancias.

El éxtasis puede hacer que la persona se sienta más alerta y sintonizado con el ambiente. Se siente feliz y tranquilo, con una sensación de cariño hacia otras personas. Los sonidos, colores y emociones son más intensos. El consumidor tiene más energía, lo que le permite bailar durante períodos más largos de tiempo. La temperatura corporal, tensión arterial y ritmo cardíaco aumentan. Otros efectos físicos incluyen dolores musculares, náuseas, agarrotamiento de la mandíbula y rechinar de dientes. Puede experimentar sudor profuso, temblores y palpitaciones. La persona puede sentirse deshidratado, confuso y cansado.

La mayoría de las drogas legales se prueban primero en animales, pero los consumidores de éxtasis son los conejillos de indias. Las investigaciones muestran que los consumidores habituales de fin de semana experimentan una 'crisis' a mitad de semana, que los deja muy cansados y deprimidos, a menudo durante días. Las muertes por éxtasis son bastante raras, pero pueden ser debidas a insolaciones, infartos o crisis de asma.

4.5.5. Heroína

La heroína se elabora a partir de la morfina, una de las drogas que procede de la adormidera del opio. Se consume por inyectables o fumándola.

La inyección de heroína produce una ráfaga rápida de excitación seguida de una sensación de paz como en un sueño. La persona cariñosa, relajada y somnolienta. Los dolores, la agresión y la libido se ven reducidos. Entre los efectos secundarios de la heroína y otros opiatos (como la morfina y la metadona) se encuentran el estreñimiento y el debilitamiento de la respiración. Sin embargo, la mayoría de los peligros que

acarrea la heroína provienen de la sobredosis o la inyección de la droga. Lo que se vende en la calle, como la heroína, a menudo contiene otras sustancias, como el azúcar, la harina, los polvos de talco y otras drogas.

Estas sustancias pueden parecer inofensivas, pero pueden provocar lesiones enormes en el cuerpo, como coágulos de sangre, abscesos y gangrena, si se inyectan. El SIDA y la hepatitis B y C se pueden contagiar si se comparten las agujas. Consumir heroína de forma frecuente puede crear adicción, en especial si se inyecta la droga.

La metadona se utiliza como droga de sustitución para tratar la dependencia a la heroína. Viene en la forma de líquido verde, el cual se bebe una vez al día para evitar sentir el síndrome de abstinencia de la heroína. El riesgo más grave de la metadona es la muerte por sobredosis.

4.5.6. Cocaína

La cocaína es un polvo blanco que se elabora a partir de las hojas de la coca, una planta que crece principalmente en Suramérica. Se suele consumir inhalando el polvo a través de la nariz. El ‘crack’ no es una droga distinta, sino que es una forma más adictiva de la cocaína. El crack, también llamado ‘roca’, ‘piedra’ o ‘base libre’ se suele fumar. La cocaína a veces se inyecta o se come. La cocaína es un potente estimulante. Hace sentir más alerta y activo a la vez que reduce el hambre y sed. Sus efectos pueden durar hasta 20 minutos después de cada toma. Fumar cocaína de crack ofrece un subidón más corto, pero más intenso.

Debido a sus potentes efectos, los consumidores de cocaína con frecuencia desean tomar más.

Las dosis grandes pueden hacer que una persona se sienta fatigada, ansiosa y deprimida, además de agresivo en ocasiones. Esnifar cocaína puede causar un daño

permanente en el interior de la nariz. El consumo de la cocaína puede dañar el corazón y los pulmones; las dosis grandes pueden provocar la muerte debido a infartos o coágulos de sangre. Tomar cocaína con alcohol aumenta el riesgo de sufrir un infarto y de muerte. Comer cocaína puede dañar el tejido intestinal. La depresión que sigue al subidón puede ser grave y conducir a tentativas de suicidio. Con un consumo exagerado o a largo plazo, la excitación que causa la cocaína puede convertirse en inquietud, pérdida de sueño y pérdida de peso. Hay personas que desarrollan una psicosis paranoica y pueden llegar a ser violentas. El fuerte síndrome de abstinencia de la cocaína, sobre todo del crack, puede hacer que quieras tomar toda la droga a la vez y puedes perder el control del grado de consumo de la droga.

4.5.7. Anfetaminas.

Las anfetaminas son un grupo de drogas estimulantes; algunas de ellas se utilizaron en el pasado como pastillas de adelgazamiento. Normalmente se presentan en un polvo blanco grisáceo y se venden en paquetes de papel envueltos, llamados ‘papelina’. Se suelen tragar, pero también se pueden inyectar o esnifar. Un tipo conocido como ‘hielo’ o ‘cristal’ se puede fumar.

Dependen de cómo se tome la droga. Una pequeña dosis por la boca te hace sentir más alerta y activo. Dosis mayores inyectadas o fumadas dan la sensación de una ráfaga de placer. Algunos usuarios de anfetaminas consumen cantidades excesivas y se sienten hiperactivos y habladores. Como en el caso de otras drogas estimulantes, se experimenta una crisis después del subidón que causa la droga. Dosis elevadas de anfetaminas pueden provocar pánico, paranoia y alucinaciones. Con el consumo a largo plazo, puedes desarrollar una enfermedad que se conoce con el nombre de ‘psicosis anfetamínica’, con síntomas similares a la esquizofrenia. La paranoia puede hacer que te vuelvas violento si crees que estás siendo amenazado o perseguido.

La psicosis anfetamínica puede continuar después de interrumpir el consumo de la droga. Si te vuelves agresivo o violento, puedes encontrarte en situaciones peligrosas. Los riesgos de inyectarse la droga son los mismos que los de las otras sustancias, como la heroína.

4.5.8. Disolventes

Los disolventes incluyen productos que se encuentran en la mayoría de los hogares, como pegamentos, disolvente para pinturas, laca para uñas, combustibles ligeros y aerosoles, como desodorantes. Se pueden inhalar con un trapo húmedo, con la manga del abrigo o directamente del bote. Los aerosoles se aplican directamente a la boca. El abuso de los disolventes es común sobre todo entre los adolescentes. Para la mayoría de los adolescentes es una moda pasajera, pero puede provocar problemas enormes en la escuela y en casa.

Inhalar disolventes puede producir una sensación de subidón o de pasarlo bien similar a estar borracho. Los efectos pasan normalmente después de una media hora. Puedes parecer borracho, arrastrar las palabras, tambalearte, reírte y perder el control; a continuación te puedes sentir somnoliento

El criterio de una persona se puede ver afectado y puede volverse agresivo. También es común sufrir alucinaciones, vómitos y desmayos. Después de la toma, se tiene resaca, con dolor de cabeza y dificultad para concentrarse. La muerte procedente del abuso de disolventes es rara, pero puede ocurrir por diversos motivos; por ejemplo la primera vez que se realiza la inhalación. Se es más propenso a sufrir accidentes bajo la influencia de disolventes. También la persona puede ahogarse o asfixiarse por la acción del disolvente inspirado por los pulmones, de tu los vómitos o de los materiales que se utilizan para inhalar. Muchos disolventes pueden causar insuficiencia cardiaca.

4.6. FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN.

Actualmente, uno de los aspectos más relevantes, y que están dando mejores frutos, es conocer los factores de riesgo y protección para el consumo de drogas. Se entiende por factor de **riesgo** “un atributo y/o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que incrementa la probabilidad del uso y/o abuso de drogas (inicio) o una transición en el nivel de implicación con las mismas (mantenimiento)” (Clayton, 1992, p. 15).

Por factor de **protección** “un atributo o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que inhibe, reduce o atenúa la probabilidad del uso y/o abuso de drogas o la transición en el nivel de implicación con las mismas” (Clayton, 1992, p. 16).

Además, Bernard (1991), categorizó los factores de protección en tres categorías teniendo en cuenta los atributos que fomentan la protección:

Atributos individuales

Estos factores de protección se centran en las características personales del sujeto y afectan al riesgo que tiene el individuo de cometer un hecho delictivo, comportarse violentamente. Algunos ejemplos de indicadores de protección individual son:

- Tener personalidad resiliente
- Poseer una orientación prosocial
- Tener visión de futuro
- Baja irritabilidad e impulsividad
- Tener habilidades para solucionar los conflictos
- Tener capacidad de comunicación
- Ser socialmente competente
- Tomar decisiones positivas

- Tener habilidades de resolución de problemas

Atributos familiares

Las relaciones familiares cumplen un rol importante a la hora de desarrollar adecuadamente los factores de protección, ya que la familia ofrece apoyo, cultura y educación, los cuales afectarán en el comportamiento de todos los miembros de la familia.

Algunos ejemplos de factores de protección relacionados con la familia son:

- Disciplina consistente
- Reglas familiares claras
- Compromiso/ conexión con los padres y familia
- Cohesión familiar
- Recompensas y reconocimiento por la participación en actividades pro-sociales en la familia
- Apoyo por parte de los padres
- Poseer altas expectativas
- Comportamientos de modelado

Atributos de la comunidad

Este tipo de factores están relacionados con el entorno físico, la oportunidad económica o recreativa de cometer un hecho delictivo, la existencia o no de apoyo social y otras características o estructuras que afecten al funcionamiento de la comunidad.

Según Losel y Farrington (2012), el impacto que puede provocar una persona al sujeto, depende de la edad, la personalidad y el género. El hecho de que el sujeto se relacione con otras personas que no han cometido ningún hecho delictivo o no hayan llevado a cabo ninguna conducta delictiva o problemática, como puede ser el abuso de sustancias, puede ser muy positivo para la persona y puede ser considerado como un factor de protección.

Otros ejemplos de factores de protección de la comunidad son:

- Actividades de ocio saludables
- Vínculos sociales con pares positivos
- Interacción comunitaria con apoyos positivos
- Relaciones de apoyo y vínculo social

4.7. DEFINICIÓN DE FAMILIA

En la actualidad los cambios en la humanidad y sus procesos de distinto orden, y magnitud se suceden con mayor rapidez y son cada vez más diversos. Por ello, es indispensable reconocer la existencia de múltiples formas de familias: Nucleares, extendidas, monoparentales (familias con un solo padre) con padres divorciados y aquellas donde los adolescentes son responsables de la economía familiar.

La familia es el primer ámbito social del ser humano, donde aprende los primeros valores, principios y nociones de la vida. Es un grupo social con una base afectiva y formativa, conviven personas unidas por lazos de amor. La familia es la célula básica de la sociedad. Los referentes de la familia son los padres, los cuales tienen deberes de cuidado, alimentación y protección de los hijos, sean naturales o adoptados hasta la mayoría de edad, ya que familia no se limita a vínculos de sangre.

Desde una concepción tradicional, se puede observar que “la familia ha sido el lugar primordial donde se comparten y gestionan los riesgos sociales de sus miembros” (Carbonell, 2012)

En contraste con lo anterior y en un sentido aparentemente amplio, pero realmente restringido desde el aspecto de los vínculos, que le sirven de factor integrador “la familia es el grupo de personas entre quienes existe un parentesco de consanguinidad por lejano que fuere” (De Pina Vara, 2005)

Se ha definido también a la familia, según autores como Luciano Febvre (1961), como aquel “conjunto de individuos que viven alrededor de un mismo lugar... La familia se define como el conjunto de individuos que viven alrededor de un mismo hogar”. (pág. 145).

La familia cumple un rol primordial en el desarrollo de cada uno de sus integrantes, es moduladora y promotora de emociones y sentimientos, es escenario constante de modelos de conducta, transmisora de valores y normas de convivencia. La familia es el primer pilar del desarrollo de un vínculo adecuado basado en la dedicación, el afecto, la comunicación, la cohesión, la adaptabilidad, etc.

Por todo ello, los modelos parentales y de otros adultos significativos en la vida del adolescente desempeñan un papel trascendental, ya que ejercen una importante influencia en el desarrollo de hábitos de vida, formas de expresar afectos, relacionarse con los demás, de resolver conflictos y de desarrollar conductas de autocuidado. Por este motivo, el trabajo conjuntamente con los padres, en muchos casos, será uno de los pilares del tratamiento

La adolescencia es una etapa en la que se producen grandes cambios en el desarrollo emocional, físico, mental y social, los cuales provocan desorientación y ambivalencia en la búsqueda del equilibrio personal y social. En ocasiones, la ayuda de un psicólogo puede facilitar la comprensión y adquisición de dichos cambios.

4.7.1. La familia y las drogas.

En el consumo de drogas es un elemento predictivo de gran relevancia. Cuando no hay una buena relación afectiva paterno-filial el consumo de drogas es mayor que cuando ésta es buena.

La vinculación afectiva sería, por tanto, un factor de protección. Al mismo tiempo, cuando hay una buena vinculación afectiva hay adecuados estilos de crianza y se

encuentra un buen grado de refuerzos y gratificaciones dentro de la familia. Los estudios realizados en España van en esta línea (Pons, 1996).

Otra variable importante es la comunicación familiar, la cual es de la máxima importancia en el período adolescente. Cuando esta comunicación es deficiente los problemas surgen tanto para el consumo de drogas como para otros. Una buena cohesión familiar es un factor de protección para el consumo de drogas. En el otro extremo, el conflicto familiar, es un factor que facilita el consumo de drogas en adolescentes. Dentro de las actitudes y conductas familiares hacia el consumo de drogas es claro, por lo visto hasta aquí, que una actitud más favorable y una conducta de consumo de los padres se va a corresponder con un mayor consumo de drogas de sus hijos, tanto por el proceso de socialización como por procesos de modelado que lo van a facilitar a través del aprendizaje. Así, los distintos estudios encuentran consistentemente que el consumo de drogas de los padres se asocia al consumo de drogas de sus hijos, a diferencia de aquellos padres que no las consumen.

Hoy sabemos que el desarrollo de los hijos, su formación como personas, va a depender de distintos factores, siendo uno de los más relevantes el del tipo de crianza que tengan en el seno de la familia. De modo especial es relevante el modo en que los padres ejercen la autoridad hacia ellos, que puede ir desde el extremo de ejercer un completo control y coerción sobre los hijos hasta el opuesto de una total tolerancia y libertad. Los estudios han encontrado que distintos tipos de crianza de los padres influyen en la conducta de los hijos. Dos variables son aquí esenciales: el control y la calidez paterna. El control paterno se refiere a como son de restrictivos los padres; la calidez paterna al grado de afecto y aprobación que tienen con sus hijos (Maccoby, 1984).

4.8. DEFINICIÓN DE PADRES

Padres son “aquellas personas que proveen cuidados significativos a sus hijos durante un periodo prolongado de la vida, sin percibir un salario como empleados (OPS-OMS,

2016)''incluyendo a padres biológicos, padres adoptivos, custodios, abuelos, otros parientes o padrinos. Ser padres implica promover el desarrollo de habilidades complejas que incluyen las habilidades interpersonales para desarrollar adultos sanos.

La OMS y la OPS (2015) definen tres dimensiones claves del rol de ser padres:

1. Abogar por los recursos necesarios.
2. Supervisar la conducta, monitorear, regular, establecer límites, respetar la individualidad y modelar a los hijos.
3. Relación significativa de aceptación, calidez, apoyo y amor.

Un padre es un hombre que ha engendrado o que ha adoptado una función paterna. Es decir, que un hombre puede convertirse en padre por factores biológicos o simplemente por una responsabilidad social o cultural, que viene a ser la adopción. Por lo tanto, la función del padre excede la cuestión únicamente biológica o la reproducción. Un padre es una imagen muy importante para el correcto desarrollo de un niño ya que tiene que protegerlo, educarlo, darle toda la ayuda necesaria y guiarle en todas las etapas de la vida.

4.8.1. Tipos de padres:

Baumrid (1980) describió tres tipos de estilo parental: con autoridad, autoritarios y permisivos.

Posteriormente, Maccoby y Martin (1983) describieron un cuarto tipo, los indiferentes.

El padre con autoridad sería el padre exigente y al mismo tiempo sensible, que acepta y alienta la progresiva autonomía de sus hijos. Tiene una comunicación abierta con ellos y reglas flexibles. Tiene un buen cuidado con ellos y un buen afecto. Cuando aplica castigos estos son razonables y ejerce un control firme. Aplica una disciplina inductiva, ya que le explica el propósito de las reglas y está abierto a las argumentaciones sobre las mismas. Sus hijos son los que tienen el mejor ajuste, con

más confianza personal, autocontrol y son socialmente competentes. Tienen un mejor rendimiento escolar y elevada autoestima.

El padre autoritario establece normas con poca participación del niño. Sus órdenes esperan ser obedecidas. La desviación de la norma tiene como consecuencia castigos bastante severos, a menudo físicos. Ejerce una disciplina basada en la afirmación del poder. Sus exigencias con frecuencia son inadecuadas y los castigos son severos o poco razonables. La comunicación es pobre, las reglas son inflexibles, la independencia escasa.

Por ello el niño tiende a ser retraído, temeroso, apocado, irritable y con poca interacción social. Carece de espontaneidad y de locus de control interno. Las niñas tienden a ser pasivas y dependientes en la adolescencia; los niños se vuelven rebeldes y agresivos.

El padre permisivo impone pocas o ninguna restricción a sus hijos, por los que muestran un amor incondicional. Son poco exigentes respecto a una conducta madura, utilizan poco el castigo y permiten que el niño regule su propia conducta. Tienen una confianza completa en sus hijos y ejercen una democracia plena en la relación padres-hijos. Los hijos disponen de una gran libertad y poca conducción. Los padres esperan que el niño tenga un comportamiento maduro. No establecen límites a la conducta. Fomentan la independencia y la individualidad. En muchas ocasiones estos padres son considerados indulgentes. En unos casos los niños tienden a ser impulsivos, agresivos, rebeldes, así como socialmente ineptos y sin ser capaces de asumir responsabilidades. En otros casos pueden ser independientes, activos, sociables y creativos, capaces de controlar la agresividad y con un alto grado de autoestima.

El padre indiferente es aquel que no impone límites y tampoco proporciona afecto. Se concentra en las tensiones de su propia vida y no le queda tiempo para sus hijos. Si además los padres son hostiles, entonces los niños tienden a mostrar muchos impulsos destructivos y conducta delictiva.

También a veces es denominado a este tipo de padre como padre negligente.

4.8.2. Relación padres-madre e hijos adolescentes

Criar hijos adolescentes conlleva satisfacciones y desafíos. A medida que los hijos crecen, adquieren una gran independencia. Es una parte normal y natural del crecimiento. Pero aunque esta independencia aumente, se debe mantener la relación con ellos tan íntima como cuando eran pequeños. Todavía necesitan que los amen, ser orientados.

Existen muchas razones por las cuales una buena relación entre padres e hijos es importante para mantener a los jóvenes sanos y seguros. Las investigaciones muestran que, cuando se tiene una relación íntima con los adolescentes, existen menos probabilidades de que ocurra lo siguiente:

- Tener problemas en la escuela.
- Tener problemas por cuestiones como sexo, drogas, alcohol y tabaco.

Si se mantiene una relación sólida, los adolescentes tienden a aceptar supervisión, adoptar valores e ideales y seguir reglas.

Las cualidades para una buena relación entre padres e hijos son:

- Respeto mutuo
- Comprensión de los sentimientos del otro
- Ser capaces de sentir confianza en el otro
- Sentir preocupación por el bienestar del otro
- Conocimiento del otro: Lo que le gusta, lo que desea, lo que le agrada y lo que le desagrada

En una buena relación, los adolescentes muestran respeto, tienen en cuenta sentimientos, confían, se preocupan y se interesan por la vida de otros. Por supuesto, todas las relaciones deben ser recíprocas.

El adolescente se desarrolla y pasa su adolescencia dentro de una familia. La familia es el núcleo inicial de su proceso de socialización, al menos hasta ese periodo de su vida, en donde también se ve complementado por la escuela.

Los adolescentes, tanto varones como mujeres, están más cerca de sus madres que de sus padres y a ellas acuden cuando precisan resolver algún problema. También, y en parte probablemente por ello, lo habitual es que el varón adolescente tenga más conflictos con su madre que con su padre (Craig, 1997).

Los padres pueden ir desde poco controladores hasta un exceso de protección. Una y otra actitud parental puede tener consecuencias indeseables. Algunos temas que son una frecuente fuente de conflicto entre los padres y los hijos son las salidas nocturnas; la hora de llegada a casa; las compañías y amigos o amigas con las que sale, especialmente cuando no le gustan a sus padres; el novio o novia que eligen; la sexualidad, etc. Todo esto forma parte del desarrollo del adolescente y de la dinámica de las relaciones entre padres e hijos, con los polos de control y autonomía y la búsqueda del término medio y justo.

Cada vez es más frecuente que muchos adolescentes vivan en lo que se llama una familia incompleta (Craig, 1997), dado que por las separaciones y divorcios una parte de los adolescentes van a pasar su adolescencia sólo con su madre o en una nueva familia donde uno de sus padres no es el padre biológico. Parece ser que las nuevas nupcias, de los padres, afectan al comienzo de la adolescencia más que en cualquier otro periodo (Hetherington, 1992).

Sabemos que los problemas familiares se han incrementado de modo acusado en las últimas décadas. En España, por ejemplo, en el año 1994 hubo 196.000 matrimonios, 47.500 separaciones y 31.500 divorcios

(Cáceres, 1998). Estas cifras aumentan año a año. Para que se pueda comparar la evolución, mientras que en 1990 hubo 36.272 separaciones y 23.191 divorcios, en el año 1999 ya han subido a 59.547 separaciones, 36.900 divorcios y 1.589 anulaciones matrimoniales. El incremento es claro año a año. Dada la relación existente entre separación y divorcio, con la aparición concomitante o posterior de distintos problemas y psicopatología en una parte importante de los hijos de estas personas, como trastornos psicopatológicos, fracaso escolar, etc., éste es un importante factor de vulnerabilidad para distintas conductas problema. Se han propuesto distintas explicaciones para la existencia de un mayor número de problemas maritales, junto a separaciones y divorcios, que hace décadas, como la existencia de factores sociales y económicos que caracterizan a la sociedad actual, trabajar ambos cónyuges fuera de casa, tener menos tiempo disponible para dedicarle a los hijos, primar la creencia de que los hijos solo quieren cosas materiales y no afecto, pensar que los hijos son una cosa más, etc. De ahí que, los programas preventivos en personas con vulnerabilidad o problemas en la esfera familiar, son otra vía importante para conseguir mejorar la salud mental de las personas. Y, también, para reducir el consumo de las distintas drogas, ya que a mayor número de problemas, mayor probabilidad de consumo de drogas. De todos modos, cuando los adolescentes están lo suficientemente maduros pueden superar la mayoría de las consecuencias que acarrea el divorcio de sus padres.

4.9. COMUNICACIÓN

Todos los padres necesitan tener una buena comunicación con sus hijos. La comunicación favorece la relación, se obtiene un ambiente de unión, de respeto, de tolerancia y de cariño y confianza. Sí es importante el diálogo en las relaciones interpersonales, pero lo es más la comunicación en la familia. Esta está guiada por los sentimientos, nos ayuda a establecer contacto con el otro, a dar o recibir información y así expresar aquello que queremos decir ya sean ideas, sentimientos o sufrimientos.

La comunicación ayuda a fortalecer el apego en la familia y entre sus miembros. A los padres y a las madres les gusta tener una comunicación fluida y positiva con sus hijos. Cuando esto no es así, cuando la relación se deteriora y se convierte en superficial, aparecen las dudas y la desconfianza, los problemas pasan por la mente de los padres y surge la angustia.

De igual modo, hay momentos en que los hijos no necesitan comunicar algunos aspectos de sus vidas a los padres y este hecho ha de ser respetado. En circunstancias así, los hermanos o los amigos asumen un papel importante. Los padres tendrán que dejar a sus hijos disfruten sus espacios y momentos, solo podrían estar presentes cuando los requieran.

Este hecho suele ser más frecuente en la adolescencia. Los menores se tornan más reservados, a diferencia de cuando han sido más pequeños. Es en este momento cuando los padres tendrán que estar más alertas y observar las conductas de sus hijos, por si necesitan de su ayuda.

Hay que ayudar a los hijos; es decir, que los padres introduzcan mecanismos que faciliten la comunicación, por ejemplo:

- Escuchar con atención e interés. Que el/la niño/a sienta que está siendo atendido/a.
- Cuando les den consejos, que sea siempre en clave positiva.
- Ponerse en el lugar del niño y poder entender qué es lo que le sucede. Así podrán ayudarlo con mayor facilidad.
- Crear un ambiente que facilite la comunicación.
- Que se sienta partícipe de las decisiones de la familia, que pueda opinar sobre aspectos concretos y explicarles las cosas que suceden en el núcleo familiar, siempre teniendo en cuenta la edad del niño.
- No juzgarlos antes de tiempo cuando nos expliquen alguna cosa.

- Proporcionarles confianza para que puedan hablar sobre cualquier tema dentro de la familia, es mejor que puedan hablar obtener información dentro del núcleo familiar que no fuera.

4.9.1. Falta de comunicación entre padres e hijos

La falta de comunicación en la familia no es algo que se da de repente. Muchas veces, todo radica en el choque de “egos” y el no estar dispuesto a ceder (¿Por qué soy yo el que se debe disculpar y no él/ella?), o la falta de poder de negociación.

Aitziber Barrutia, L. (2009), Señala que a gran escala los tres factores más comunes que causan ausencia de comunicación son:

“La falta de paciencia: Esta puede ser la gran culpable de todo. Un hijo o un padre que tiene un muy bajo nivel de tolerancia y se irrita fácilmente, puede volver muy complicado manejar ciertas situaciones.

La ruta de escape ante esto suele ser simplemente ignorar a la otra persona, lo cual es una falsa salida, que nos lleva a la falta de comunicación.

La falta de tiempo: Esta común que este factor vaya de la mano con el anterior. ‘No tengo paciencia porque no tengo tiempo’. La vida diaria nos obliga a cumplir con horarios que suelen ser muy absorbentes.

La escuela y el trabajo: Ocupan buena parte del día de una persona. Y desde luego también queremos espacio para los amigos y/o la pareja, pero no debemos dejar de ‘hacernos un espacio’ para la familia.

La indisciplina: Este problema suele aparecer cuando se tiene a un hijo o hija en etapa adolescente. Un joven que se porta mal puede arruinar la paz de la familia, provocando

un ambiente de discusiones, insultos y, desde luego, una mala comunicación”¹ (Aitziber Barrutia, 2009, pág. s/p)

En cuanto a las consecuencias de la falta de comunicación en las familias, el mismo autor refiere que a lo largo de los años varios estudios han demostrado que lo primero es la separación de la pareja.

“Como un efecto dominó, el divorcio de los padres puede llegar a tener efectos devastadores en los hijos, los cuales pueden ser más o menos graves dependiendo de la educación que ellos hayan recibido y la forma en que se aborde la situación con ellos; ¿por qué mamá y papá se están separando?, ¿Los hijos fueron la causa del divorcio? Hay que dejar todo muy claro con ellos”.

“Pero sin tener que recurrir a casos extremos como el de la separación, el simple hecho de tener una mala comunicación entre los miembros de la familia a menudo trae consigo varias consecuencias en los hijos, tanto del tipo emocional como en su comportamiento, tendiendo a volver más ‘cerrados’ y rebeldes”.

De hecho, los problemas de comunicación familiares pueden expandirse a la comunidad, afectando las relaciones que se tienen en la escuela y/o el lugar de trabajo, así como en cualquier otro entorno social. (Aitziber Barrutia, 2009, pág. 12)

4.10. OTRAS 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.

Hoy destacamos algunas de las conductas de riesgo más relevantes de la adolescencia

- **Relaciones sexuales precoces y sin medidas de protección.** La mayoría de las personas inician su vida sexual durante la adolescencia. El número de abortos en esta etapa supera los 2,5 millones. Este incremento parece estar relacionado con una iniciación sexual más precoz, mayor número de parejas sexuales y el no uso del preservativo o de otras medidas anticonceptivas.
- **Trastornos de la alimentación.** La aparición de trastornos como la Anorexia Nerviosa y la Bulimia Nerviosa es mayor en la adolescencia dada la magnitud de los cambios biológicos, psicológicos y de redefinición del papel social en esta etapa de la vida, asociada a la preocupación por el culto a la belleza. Estos trastornos se asocian a conductas de riesgo como el suicidio, las autolesiones y problemas graves de salud que pueden conducir a la muerte.
- **Conducta Antisocial.** Los menores que manifiestan conductas antisociales se caracterizan, en general, por presentar conductas agresivas repetitivas, robos, provocación de incendios, vandalismo, y, en general, un quebrantamiento de las normas. Cuando los niños se convierten en adolescentes y adultos, sus problemas suelen continuar en forma de conducta criminal, alcoholismo, afectación psiquiátrica grave, dificultades de adaptación manifiestas en el trabajo y la familia y problemas interpersonales.
- **Abandono de los estudios:** El fracaso y el absentismo escolar roban a muchos menores sus posibilidades de crecimiento personal y social. El fracaso escolar incrementa la posibilidad de sufrir algún daño o de cometer conductas infractoras como: consumir tóxicos, sufrir accidentes, depresión, asociarse con pares que presentan conductas disruptivas, antisociales o violentas, usar inadecuadamente las redes sociales, llevar a cabo prácticas sexuales sin protección, etc.

- **La conducta suicida:** es un importante factor de riesgo en la adolescencia y, a su vez, es uno de los mayores tabúes. En realidad, es una de las primeras causas de mortalidad en esta población.

4.11. PREVENCIÓN PARA LA FAMILIA (RELACIÓN PADRE, MADRE E HIJOS)

Los programas de formación de madres y padres constituyen un campo de intervención familiar, que ocupa en la actualidad un lugar preferente en las políticas sociales de la mayoría de los países desarrollados.

El interés por este tipo de programas se deriva de la consideración de que el desarrollo de las personas es, en gran parte, el resultado de las interacciones que mantienen en los escenarios sociales en los que participan. En este sentido, la importancia otorgada desde hace bastante tiempo a la familia como contexto en el que se fragua el desarrollo infantil y adolescente.

Los primeros programas de educación de madres y padres, que surgieron en Estados Unidos hacia 1960 (como el extendidísimo Head Start) no eran más que nuevas concreciones de los programas psicopedagógicos de intervención temprana que existían anteriormente. Unos programas de intervención que se encuadraban en el marco conceptual de la teoría del déficit y de la educación compensatoria. (http://www.ayto-fuenlabrada.es/recursos/doc/bienestar_social, pág. 29)

En distintos países del mundo se emplean programas para padres de familia, por ejemplo en España (Cataldo CZ., 1991), la investigación aporta resultados de la eficacia de los programas de formación de padres en los siguientes aspectos:

- Mejora del desarrollo de los niños
- Mejora de las relaciones familiares

- Mayor sentimiento de satisfacción y auto competencia de los padres en torno a sus tareas y responsabilidades como padres y madres.
- Mejora en las relaciones familia-escuela-comunidad” (pág. 29).

Capítulo V

METODOLOGIA

5.1 Características de la población beneficiaria

Dentro de la práctica institucional (P.I.), que se realizó en la institución Intraid, entre el mes de marzo al mes de agosto, la población objeto de aplicación del programa estuvo constituida por padres de familias de adolescentes entre diez y 14 años de edad, pertenecientes a cinco unidades educativas beneficiadas con los talleres.

El número promedio de participantes en cada uno de los talleres fue de 15 a 20 padres y/o madres por cada sesión. Todas estas personas pertenecen a las unidades educativas, que Intraid posibilitó puedan desarrollar los talleres.

Un total de 15 grupos han sido partícipes, seis pertenecen al colegio San Luís, dos a la unidad Educativa Rosa Arce, tres a la unidad educativa Castelfort Castellanos, tres a la unidad educativa Eustaquio Méndez y finalmente un grupo al colegio Hermano Felipe Palazón, este último estuvo constituido por padres con hijos entre diez y 14 años de edad.

El número total de participantes fue 297. La presente práctica se efectuó en colegios fiscales mixtos y solo uno particular. Todos asentados en la ciudad de Tarija, accesibles a la institución Intraid.

Es importante mencionar que de las 297 personas que fueron partícipes del programa, 170 fueron mujeres y 27 hombres. Siendo el Colegio Felipe palazón el que más asistencia del sexo masculino presenció.

Tabla 1: Población beneficiaria

Unidad educativa /colegio	Curso
Colegio “Nacional San Luis”	1 ^{ro} A, 2 ^{do} A, 2 ^{do} B, 2 ^{do} C, 2 ^{do} D y 3 ^{ro} A.
U.E. “Rosa Arce”	6 ^{to} A y 6 ^{to} B.
U.E. “Castelfort Castellanos”	1 ^{ro} A, 2 ^{do} A y 3 ^{ro} A.
U.E. “Eustaquio Méndez”	1 ^{ro} A, 1 ^{ro} B y 1 ^{ro} C
Colegio “Hermano Felipe Palazón”	Un grupo entre los cursos de 6 ^{to} de primaria, 1 ^{ro} y 2 ^{do} de secundaria.

Fuente: Elaboración propia.

5.2 Descripción sistematizada de la práctica institucional

A continuación se describirán sistemáticamente las etapas para desarrollar la P.I.

Fase 1: Contacto con la institución: El primer contacto establecido fue con la médico Raquelita Caero, directora del Intraid, a quien se solicitó a través de una carta la autorización para realizar la P.I.

Luego de tener la autorización de la doctora, se estableció contacto con el licenciado Fernando Gonzales, quien es el actual jefe del Área de Prevención. Él explico el trabajo que realizan las/os practicantes dentro de las instituciones.

El tercer contacto establecido fue con la licenciada Marlene Rollano Chamas, quien con sus años de experiencia ha guiado todo el proceso de la realización de la PI.

Fase 2: Capacitación de la facilitadora: La practicante recibió capacitaciones por parte del personal de la institución. Estas sirvieron para mejorar el manejo, utilización y empleo apropiado de los manuales de prevención; así también con el uso de escenario, confortar al público y sobre la implementación de técnicas para un buen trabajo grupal.

En esta etapa la practicante adquirió conocimientos teóricos-prácticos referidos a las metas, objetivos y técnicas aplicadas dentro del programa. Se fortalecieron sus habilidades oratorias, el tono de su voz, la postura corporal y manejo del contexto necesario para realizar una buena actividad.

Fase 3: Coordinación con la población: Se realizaron visitas a diferentes unidades educativas para ofrecer el programa “Familias fuertes”, mediante la presentación de siete sesiones con las que cuenta el programa. El contacto directo fue con los directores, quienes se encargaron de autorizar la implementación en los colegios.

Una vez autorizada la realización del programa, se fijaron los horarios.

Fase 4: Aplicación del pretest: Antes de iniciar con la ejecución del programa “Familias fuertes” se aplicó el pretest, que estuvo compuesto de 60 preguntas con escala de respuesta tipo Likert. Fue aplicado de manera anónima.

Fase 5: Ejecución de la práctica institucional dirigida: La duración del trabajo alcanzó a completar las 500 horas. Esto quiere decir que en aproximadamente cinco meses se pudo concluir.

La práctica institucional inició el 25 de marzo de 2018 en el colegio Nacional San Luis y culminó en el mes de septiembre con el colegio Hermano Felipe

Palazón. Para su ejecución se necesitó del manual de Guía del facilitador, el cual explica detalladamente las siete sesiones que comprende el programa.

El programa tuvo una duración de tres horas subdivididas en una hora y media para padres, hora y media para adolescentes, simultáneamente y una hora, y media para la sesión con familias donde padres e hijos se reunieron para realizar las actividades.

Fase 6: Aplicación del postest: Una vez terminadas las siete sesiones del programa, se procedió a la aplicación del postest para evaluar los conocimientos adquiridos durante las siete semanas finales.

Esta aplicación permitió observar cambios en cada área y fue medida por el instrumento.

Fase 7: Redacción del informe final: La redacción del informe final se la realizó mediante la elaboración de tablas y gráficas de cada objetivo planteado. Asimismo con la interpretación de la información recolectada.

Esta fase culminó con la presentación de las conclusiones y recomendaciones de la práctica, realizada en la gestión 2018.

5.3 Métodos, técnicas, instrumentos y materiales implementados

5.3.1 Métodos

Se utilizó la metodología activo-participativa, porque permitió la reflexión y análisis de los padres en cada una de las sesiones desarrolladas. Asimismo, promovió que los padres y sus hijos hayan participado de manera grupal e individual, logrando una interacción dinámica a lo largo de todo el desarrollo del programa.

Este método facilitó a los participantes se conviertan en agentes activos dentro de las sesiones y no agentes pasivos o simples receptores.

5.3.2 Técnicas

Dinámica de animación e integración: La dinámica de animación permitió disminuir la timidez, que generalmente se encuentra presente al iniciar una actividad en el aula.

El haber realizado actividades de integración, socialización entre los participantes condujo a la liberación de tensiones y la desinhibición.

Dinámica de análisis y reflexión: Permitió a los participantes analizar situaciones problemáticas y plantearse alternativas de solución.

Presentación de videos: Esta técnica proporcionó a los padres de familia que intervinieron un mayor conocimiento sobre la temática, les aclaró preconceptos sobre los cuales conversaron de manera grupal.

Trabajo en parejas de padres e hijos: Permitió fortalecer la relación entre los participantes, mediante la conversación. El trabajo en pareja fue un elemento esencial para una buena realización de las actividades previstas.

Técnicas audiovisuales: Sirvieron para motivar al diálogo y reforzar los contenidos transmitidos.

Taller plenario: Consistió en dividir a los participantes en grupos, los mismos estuvieron dirigidos por un coordinador elegido por los propios integrantes de cada grupo. También se usó para tratar algún tema de discusión libre e informal, durante un tiempo determinado. Posteriormente se realizó una plenaria de las conclusiones que

resultaron del trabajo de cada grupo, permitiendo de esta manera ampliar la comunicación, el aprendizaje y la participación en equipo.

El programa “Familias fuertes” consideró un momento en donde tanto padres como hijos llegaron a unirse, precisamente al finalizar el taller. El objetivo ello fue poder aplicar todo lo conversado durante la sesión. Esta parte del programa contó con distintas actividades, desde la realización de preguntas de padres a hijos, de hijos a padres y también otras actividades con movimiento.

5.3.3 Instrumentos

Manual “Familias fuertes Amor y Límites” para prevenir conductas de riesgo en los adolescentes: Este instrumento fue utilizado al inicio, durante y al final de la ejecución de los talleres.

En el manual se describen todos los contenidos que han sido abordados en cada una de las siete sesiones que lo componen. Cada una de las sesiones tuvo sus respectivos objetivos y actividades que han sido ejecutadas.

Las sesiones en las que se dividió el manual han sido para padres de familia, adolescentes y familias, pero en la última sesión es donde se unieron padres e hijos.

Los temas trabajados son los siguientes:

Tabla 2: contenidos del programa

Manual padres de familias	Manual familias fuertes
1. Sesión con los padres. Amor y límites	1. Sesión con la familia. Apoyar las metas y sueños

2. Sesión con los padres. Establecer reglas en casa	2. Sesión con la familia. Promover la comunicación en la familia
3. Sesión con los padres. Estimular la conducta adecuada	3. Sesión con la familia. Aprecio a los miembros de la familia
4. Sesión con los padres. Utilización de las consecuencias	4. Sesión con la familia. Empleo de las reuniones familiares
5. Sesión con los padres. Establecer vínculos	5. Sesión con la familia. Comprender los principios de la familia
6. Sesión con los padres. Protección para evitar las conductas de riesgo	6. Sesión con la familia. Las familias y la presión de los compañeros
7. Sesión con los padres. Conexiones con la comunidad	7. Sesión con la familia. Recapitulación de se unen padres e hijos

Fuente: Elaboración propia

Set de videos: Se utilizaron siete videos para realizar las sesiones con los padres de familia. El contenido de los audiovisuales estuvo relacionado con los temas mencionados. También se proyectaron dos videos en la sesión de familias (sesión cuatro y sesión seis), haciendo un total de nueve videos.

Cuestionario para pretest y postest: Este instrumento fue utilizado para la evaluación de conocimientos sobre los respectivos temas abordados en cada taller.

Se aplicaron como instrumentos de diagnóstico previo y al inicio de los talleres de prevención (pretest) con la intención de estimar el grado de comunicación y la relación entre padres e hijos. En la conclusión se utilizó nuevamente el instrumento postest para determinar el impacto adquirido en los talleres.

Es importante mencionar que para efectos de la aplicación el programa de prevención “familias fuertes amor y límites” requiere el respeto a la fidelidad metodológica. Cualquier cambio, ya sea añadiendo o suprimiendo partes del mismo, invalida la intervención; en la medida de que el impacto se pierde y hace inviable la medición del mismo, al compararlo con intervenciones que si respetaron la fidelidad metodológica de la intervención.

5.3.4 Materiales

- Proyector
- Diapositivas
- Fotocopias
- Pizarrón
- Marcadores acrílicos
- Hojas de papel
- Tarjetas elaboradas
- Rotafolios de la institución
- Papel sábana
- Marcadores

5.4 Contraparte institucional

La institución Intraid-Tarija facilitó:

- El uso de los manuales que son de propiedad intelectual de la propia institución.
- Capacitó a la practicante en el manejo, utilización y empleo apropiado de los manuales de prevención.
- Las herramientas, estrategias y técnicas para el trabajo y manejo de grupo.
- Los instrumentos y materiales necesarios para la realización de la práctica (trípticos, folletos, etc.).
- También puso un psicólogo que acompañó y supervisó la implementación de los manuales.

Capítulo VI

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

La discusión de los resultados obtenidos y su análisis están incluidos en esta parte. Están expuestos de acuerdo con cada objetivo elaborado para esta práctica institucional. Por lo tanto, primero son presentados los resultados del pretest.

Posteriormente, se detalla mediante una descripción minuciosa la aplicación del programa. Aquí están incluidas todas las experiencias adquiridas durante los siete meses de aplicación del programa.

Finaliza con el análisis comparativo del pretest con el posttest donde se considera la evaluación de los conocimientos iniciales y finales de los padres.

6.1 Análisis de los resultados del pretest

La aplicación del pretest sirvió para alcanzar el primer objetivo de la práctica institucional: “Diagnosticar en los padres de familia la relación y actitudes hacia el entorno familiar a través de un pre test”.

Los resultados se presentan de acuerdo con las áreas en las que se encuentra subdividido el instrumento:

- Control de los padres frente al mal comportamiento
- Interacción familiar
- Manifestaciones de aprecio y cuidado
- Comunicación
- Percepción de los padres hacia las siguientes conductas (dividido en tres áreas, durante los últimos dos meses ¿ha hablado con su hijo/a sobre lo que puede o no puede

hacer respecto a: ¿Cuál de lo siguiente? describe mejor lo que usted piensa respecto a lo que su hijo/a hace en cuanto a: ¿Qué tanto le agradecería o disgustaría si se entera que actualmente su hijo/a

Tabla 3: Control de los padres frente al mal comportamiento.

Fuente: Programa “Familias fuertes”.

Control de los padres frente al mal comportamiento	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces			Siempre		Total
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
1. Cuándo hizo una regla para su hijo/a, ¿se aseguró que la cumpliera?	5	1,7	18	6,1	143	48,1	103	34,7	28	9,4	297	100
2. Cuando su hijo/a rompió alguna regla, ¿recibió la sanción que usted prometió?	6	2,0	41	13,8	143	48,1	75	25,3	32	10,8	297	100
3. ¿Explicó claramente a su hijo/a las reglas que esperaba que siguiera y la consecuencia que recibiría, si rompía esa regla?	8	2,7	36	12,1	110	37,0	94	31,6	49	16,5	297	100
4. ¿Con qué frecuencia sancionó a su hijo/a por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente lo ignoró?	12	4,0	52	17,5	141	47,5	69	23,2	23	7,7	297	100
5. ¿Pensó cuidadosamente las reglas que le dio a su hijo/a y las consecuencias o sanciones que recibiría si las rompía?	7	2,4	40	13,5	116	39,1	83	27,9	51	17,2	297	100
6. ¿Amenaza a su hijo/a o le dice que se va a meter en problemas si ha hecho algo malo?	18	6,1	37	12,5	120	40,4	77	25,9	45	15,2	297	100
7. Si mi hijo/a, no obedece alguna regla o la quebranta, ¿me pongo de acuerdo con mi esposo/a sobre el castigo que tendrá?	32	10,8	37	12,5	113	38,0	66	22,2	49	16,5	297	100

Cuando se habla de control se dice que es un mecanismo preventivo y correctivo. Pues bien, es importante mencionar que los padres ejercen una gran influencia en el

desarrollo de sus hijos. Esto hace que el ejercer un cierto nivel de control sobre ellos sea positivo. Podría decirse que los padres de hoy están más involucrados en la vida de sus hijos y se preocupan por su bienestar.

Hoy, la relación entre los hijos y sus padres se caracteriza por una comunicación más abierta y estrecha. Mientras que en el pasado los niños se entendían con sus padres en dinámicas jerárquicas, ahora las relaciones se caracterizan por ser afectuosas y parten de un lenguaje amoroso y cálido.

Asumir el papel de padre no implica ser represivo y buscar la confrontación, tampoco dar total libertad a los hijos e hijas. A pesar del cambio que se observa en la sociedad actual, donde la crianza es de tipo flexible y comprensiva, muchas veces los padres se olvidan de poner límites en la educación de sus hijos o no se respetan los límites acordados en la familia.

Los resultados obtenidos en la aplicación del pretest muestran que hay una falencia en la firmeza con que deberían actuar los padres. La opción mayoritaria, elegida por los padres es “**a veces.**”, sin embargo las tendencias que se suman son las siguientes

El **48,1%** de los padres señaló que cuándo su hijo/a rompió una regla no siempre recibió la sanción prometida. Esto puede ocasionar que los hijos no respeten los límites en casa ni las decisiones de sus padres, por eso es importante tener firmeza.

Muchos padres priorizan la paz familiar por encima de todo y eluden su obligación de poner límites, porque consideran que así evitarán el conflicto con sus hijos e hijas.

Sin embargo, es importante mencionar que entre un 34,7% entre “muchas veces” y un 9,4% “siempre” haciendo un total de **44,1%**, los padres afirman que “muchas veces o siempre” se aseguraron de hacer cumplir la sanción. De este modo, enseñaron a sus hijos e hijas que deben cumplir las disposiciones emanadas de las palabras para no volver a infligir una norma.

El **48,1%** de los padres señaló que cuándo hizo una regla para su hijo/a, se aseguró que la cumpliera solo en ocasiones; lo cual refleja el poco interés por enseñar responsabilidad. Además es notoria la falta de autoridad, que ejerce el padre o la madre.

Otro **37%** aseguró haber explicado, a veces a su hijo/a las reglas que esperaba que siguiera y la consecuencia que recibiría si la incumplía. Un restante **48,1%**, suma entre el 31,6% “muchas veces” y 16,5% “siempre” indicó que explican el porqué de una regla a sus hijos e hijas y cuál sería la consecuencia al no cumplirlas.

Es importante explicar a los hijos por qué se establecen reglas en el hogar y no simplemente imponerlas de manera autoritaria. A su vez, deben dar el ejemplo. Si existe la regla de puntualidad, será importante que el padre o madre practiquen ser puntuales.

En el libro el Secreto de la felicidad familiar está escrito que “los modelos de conducta son a menudo sujetos de admiración y estimulación, que los niños necesitan para crecer. A través de las cualidades y los logros personales inspiran a otras personas a esforzarse y a desarrollarse sin instrucciones directas (s/a, pág. 47).

Los padres tendrían que brindar a sus hijos e hijas el ejemplo. Si un/a papá/mamá desea que su hijo no vea el celular a la hora del almuerzo, entonces será determinante que él/ella tampoco lo haga durante ese tiempo. Las reglas de la familia ayudan a crear estructura. Las reglas familiares son una declaración clara y específica de los comportamientos que el padre espera de su hijo, pero que el hijo desea ver en sus progenitores.

Los padres sirven como modelos a seguir para los hijos y no sólo a través de la interacción directa con ellos. La interacción indirecta o los ejemplos de actitud y

comportamiento con los demás y el mundo exterior también influyen enormemente en el desarrollo de la personalidad y de las habilidades sociales de los hijos/hijas.

Tabla 4: Interacción familiar

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

INTERACCIÓN/ DINÁMICA FAMILIAR	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
8. Nos reunimos en algún momento del día para conversar y/o compartir alguna actividad (comer, ver televisión, etc.)	3	1,0	50	16,8	103	34,7	70	23,6	71	23,9	297	100
9. ¿Hacemos algo como familia, por lo menos una vez a la semana que sea del agrado de todos?	11	3,7	64	21,5	118	39,7	69	23,2	69	23,2	297	100
10. ¿Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia (ponernos al tanto sobre lo que nos sucedió, tomar decisiones, solucionar problemas, etc.)?	14	4,7	62	20,9	131	44,1	58	19,5	32	10,8	297	100
11. ¿Cada uno tiene la oportunidad de expresar lo que desea o piensa en forma respetuosa?	9	3,0	39	13,1	132	44,4	64	21,5	53	17,8	297	100
12. ¿Dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos?	10	3,4	37	12,5	126	42,4	70	23,6	54	18,2	297	100
13. ¿Mi hijo ayuda con las tareas y responsabilidades de la casa?	7	2,4	34	11,4	60	20,2	143	48,1	53	17,8	297	100
14. Cuando estoy en dificultades, ¿cuento con mi esposo/a y mi familia para solucionar el problema?	16	5,4	44	14,8	116	39,1	69	23,2	52	17,5	297	100

Al demostrar un comportamiento moral y ético, los padres también estarán impartiendo valores que podrán contrarrestar con las influencias negativas que los niños pueden recibir de amigos, compañeros de escuela o medios de comunicación.

Las familias son mucho más que grupos de individuos. Las familias tienen sus propias metas y aspiraciones. También es el lugar donde cada niño y adulto debe sentir que son especiales.

El Programa “Familias fuertes: Amor y Límites” explica que “la dinámica familiar, es interpretada como el manejo de interacciones y relaciones de los miembros de la familia que estructuran una determinada organización al grupo, estableciendo para el

funcionamiento de la vida en familia normas que regulen el desempeño de tareas, funciones y roles” (pág. 4)

La dinámica familiar es importante para estimular a cada miembro de la familia. Genera lazos de pertenencia y afecto.

Teniendo clara la importancia de la dinámica familiar y según los resultados obtenidos se observa que en general la conducta de los padres hacia la interacción familiar se inclina a la opción “**a veces**”, a esto se suma las siguientes tendencias.

El **34,7%** de los padres manifestaron que en “ocasiones” existe un momento en donde se comparte alguna actividad en familia, conversan, etc.

Sin embargo un **47,5%**, suma entre en 23,6% y 23,9% “afirmó que “muchas veces o siempre” encuentran un momento del día para compartir en familia.

Es importante que todos los integrantes del hogar brinden tiempo a la familia, si bien es cierto que hoy en día tanto padres como madres salen de casa a trabajar, eso no es excusa para no compartir un momento del día con la familia.

Actualmente, existen muchas maneras de comunicarse en caso de que los padres estén de viaje por trabajo gracias a las redes sociales: Facebook, Instagram. Estas aplicaciones facilitan la comunicación en familia. Si la comunicación en una familia es fluida, en donde la confianza no es un problema, los hijos no tendrán problemas en contarles sus sentimientos, emociones, pensamientos, curiosidades a sus padres. Esto evitará muchas situaciones de riesgo para los adolescentes, puesto que los padres estarán presente en cada decisión que el/la joven vayan a tomar.

Un **44,4%** manifestó que “a veces” en familia tienen la oportunidad de expresar lo que desean o piensan, lo que indica que en ocasiones es difícil o no existe la oportunidad

de poder expresarse. Estos datos mostraron que la comunicación está fallando en un buen porcentaje de las familias que asistieron al programa.

También se vio que hay una tendencia entre: “Muchas veces y Siempre” con un **65,9%** de padres que afirmaron que sus hijos les ayudan en las tareas domésticas del hogar.

Que los adolescentes puedan realizar tareas en el hogar es una señal de responsabilidad. Pero, a su vez, es una manera de fomentar la independencia en ello/as de apoco y con responsabilidades de acuerdo con su edad. Por ejemplo, ocuparse de la limpieza de su cuarto. También se le puede enseñar a administrar su propio dinero. Estas tareas les ayudarán a los hijos e hijas adaptarse mejor para la vida.

Desde que un niño comienza a tener algo de autonomía se le puede ir dando pequeñas tareas para contribuir en el hogar. Por ejemplo, a los dos o tres años de edad habría que indicarles recojan sus juguetes después de jugar.

Los niños y niñas que nunca en su vida han cumplido tareas en el hogar, terminan sufriendo mucho para adaptarse en la vida, pues, no saben manejar proyectos y no saben distribuir su tiempo”, explica la psicóloga Martha Leiva, directora del Centro Family’s House.

Tabla 5: Manifestaciones de aprecio y cuidado

MANIFESTACIONES DE APRECIO Y CUIDADO	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
15. ¿Hace algo entretenido con su hijo/a cómo hacer deportes,	15	5,1	51	17,2	124	41,8	73	24,6	34	11,4	297	100

ver una película, salir a pasear o jugar en el parque?												
16. ¿Con qué frecuencia le dice algo bueno, positivo a su hijo/a, sobre lo que hizo? (elogios, cumplidos)	8	2,7	50	16,8	125	42,1	72	24,2	42	14,1	297	100
17. ¿Con qué frecuencia le dice a su hijo/a lo orgulloso que esta de él o ella por el esfuerzo que ha puesto en hacer algo?	6	2,0	50	16,8	139	46,8	63	21,2	39	13,1	297	100
18. ¿Con qué frecuencia le da algún premio a su hijo/a, por lo que hizo, como ser un regalo, salir a pasear, dinero extra o algo especial para él/ella?	6	2,0	43	14,5	65	21,9	161	54,2	22	7,4	297	100
19. ¿Con qué frecuencia usted hace algo especial con su hijo/a, como ir al cine, jugar un juego o ir a un sitio especial?	4	1,3	63	21,2	137	46,1	68	22,9	25	8,4	297	100
20. ¿Con qué frecuencia le dice gracias a su hijo/a, por hacer algo que usted le pidió que hiciera?	4	1,3	43	14,5	127	42,8	62	20,9	61	20,5	297	100
21. ¿Le muestra a su hijo/a que usted realmente se preocupa por él/ella, por sus ideas o por sus cosas?	4	1,3	26	8,8	124	41,8	78	26,3	65	21,9	297	100
22. ¿Ayuda a su hijo/a hacer algo que era importante para él/ella?	6	2,0	29	9,8	133	44,8	73	24,6	56	18,9	297	100

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

Estas manifestaciones son pasiones del ánimo. Significa inclinación hacia alguien o algo, especialmente referente al amor y cariño. Dentro de los puntos básicos de la afectividad está la preponderancia de la familia y de las relaciones amorosas.

Toda persona que viene a nuestro lado busca afecto. Pero la importancia del afecto físico no es solo una necesidad vital para el desarrollo de los niños, también lo es para la adaptación de los seres humanos a lo largo de toda su vida. Los seres humanos practican lo que se conoce como comportamiento social favorable (Libro Enemigos del matrimonio, pág. 73).

El ser humano necesita afecto, ser afirmado por las personas cercanas para sentir seguridad. La importancia del afecto no es solo una necesidad vital para el desarrollo de los niños, también lo es para la adaptación de los seres humanos a lo largo de toda su vida.

Todas las personas, y en especial los niños, tienen necesidades diversas que son satisfechas, en mayor o menor medida, por las personas que los rodean. Entre estas necesidades una de las más difíciles de identificar es la afectiva, ya que constituye estados internos que pueden no ser evidentes para los demás.

Pero no por ser menos evidentes son menos importantes, pues, la satisfacción de las necesidades afectivas tiene un papel fundamental en las conductas y las relaciones que establece el niño, tanto en la infancia como en sus relaciones futuras. Estas manifestaciones de afecto deben modificarse y adaptarse a la edad de los menores, proporcionándoles un puente que les permita desarrollarse plenamente desde la infancia hasta la vida adulta.

La calidad de estos vínculos afectivos influye decisivamente en la autoestima y el autoconcepto de los niños, de manera que efecto está ligado directamente a las relaciones que establecen con los miembros de la familia, los hermanos, los amigos e incluso en las futuras relaciones de pareja. Por esa razón, se hace imprescindible proporcionar a los menores un entorno seguro y estable, en el que puedan desarrollarse plenamente, sintiéndose queridos y aceptados.

Si se desea que los hijos sean capaces de establecer relaciones satisfactorias con otros niños, debemos cuidar nuestras relaciones de afecto con ellos. Esto porque lo que ocurre en la familia tiene su reflejo en la vida del/la niño/a con sus compañeros.

La relación que se establece con los hijos tiene una gran importancia dentro lo que ellos pueden sentir y pensar de sí mismos. Tanto la falta de afecto como la sobreprotección pueden influir negativamente en el desarrollo de los hijos.

La forma en la que los miembros de la familia se relacionan es el primer modelo que siguen los hijos a la hora de relacionarse.

Haciendo un análisis general del cuadro, se deduce que en general la conducta de los padres hacia las manifestaciones de aprecio y cuidado se inclina hacia la opción “**a veces**”.

Teniendo en cuenta lo vital que es recibir y expresar afecto, los resultados que muestra el cuadro establecen que un **46,8%** de los padres expresó a sus hijos “a veces “lo orgullosos que se sienten de ellos.

Lo anterior es un reforzador bastante positivo que perdura en la memoria de las personas, dándoles seguridad y fortaleciendo su autoestima. El afecto, el amor y la necesidad de ser reconocidos son elementos importantes en el buen desarrollo de la persona.

El **61,6%**, (resultado de la suma entre el 54,2% y 7,4%), los padres manifestaron que le da algún premio a su hijo/a, “muchas veces o siempre” por algo bueno que hizo, como ser un regalo, salir a pasear, dinero extra o algo especial para él/ella.

“Reconocer un logro a nuestros hijos tiene que ver con hacerle ver lo bien que se ha portado y decirle que estamos orgullosos de él. El premio, en cambio, dice relación con darle algo, que puede ser material o no, a cambio de su buena conducta” (Estudio Nacional sobre prevención y consumos de drogas aplicada a estudiantes de secundaria de secundaria. Lima, 2012).

Muchas veces, las personas creen que un premio se reduce solo a lo material pero un premio también puede ser compartir más tiempo, dar permiso para salir a algún lugar, dar un abrazo, etc.

Tabla 6: Comunicación

COMUNICACIÓN	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%

23. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hizo durante el día?	10	3,4	50	16,8	105	35,4	68	22,9	64	21,5	297	100
24. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hará el próximo día?	8	2,7	54	18,2	121	40,7	66	22,2	48	16,2	297	100
25. ¿Le habla a su hijo/a sobre los valores de la familia?	4	1,3	51	17,2	117	39,4	68	22,9	57	19,2	297	100
26. ¿Conversa con su hijo/a sobre cuáles son sus metas?	3	1,0	63	21,2	119	40,1	62	20,9	50	16,8	297	100
27. ¿Lo apoya para poder lograr sus metas?	4	1,3	33	11,1	130	43,8	69	23,2	61	20,5	297	100
28. ¿Le pregunta cómo le va en la escuela?	0	0	37	12,5	111	37,4	71	23,9	78	26,3	297	100
29. ¿Lo escucha cuando quiere hablar con usted?	1	0,3	34	11,4	130	43,8	76	25,6	56	18,9	297	100
30. ¿Le pregunta su hijo/a que hace durante su tiempo libre?	4	1,3	40	13,5	77	25,9	128	43,1	48	16,2	297	100
31. ¿Le pregunta sobre sus amigos y compañeros de clases?	6	2,0	39	13,1	76	25,6	129	43,4	47	15,8	297	100
32. ¿Antes de que su hijo/a salga, le pregunta con quien va a salir, a donde piensa ir y a qué hora va volver?	9	3,0	33	11,1	117	39,4	55	18,5	83	27,9	297	100
33. ¿Le pregunta su hijo/a quienes son los padres de sus amigos, donde viven?	10	3,4	46	15,5	114	38,4	69	23,2	58	19,5	297	100
34. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre sus tareas, exámenes o trabajos prácticos?	5	1,7	31	10,4	114	38,4	66	22,2	81	27,3	297	100
35. ¿Le pregunta a su hijo/a acerca de su relación con sus compañeros y profesores de clases?	6	2,0	43	14,5	109	36,7	66	22,2	73	24,6	297	100
36. ¿Discute o pelea con su hijo/a, siempre que no está de acuerdo en algo?	11	3,7	36	12,1	157	52,9	57	19,2	36	12,1	297	100

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

Para María del Socorro Fonseca comunicar es "llegar a compartir algo de nosotros mismos. Es una cualidad racional y emocional específica del hombre que surge de la necesidad de ponerse en contacto con los demás, intercambiando ideas que adquieren sentido o significación de acuerdo con experiencias previas comunes".

Haciendo una leída general del cuadro número 6, se observa que en general la conducta de los padres respecto a la comunicación es “a veces”, a ello se suman las siguientes tendencias:

El **44,4%** (suma del 22,9% y 21,5%) de los padres señalaron entre “Muchas veces y Siempre” que se interesan y preguntan a su hijo/hija qué hizo durante el día. Para lograr que un niño cuente sobre su día hay que prestarle atención y hacer las preguntas correctas.

Es preocupante que exista un **20,3%** que “nunca o casi nunca” se interesó por preguntar a su hijo lo que hizo durante el día.

Que los adolescentes permanezcan callados al llegar a casa no significa que no tengan interés en contar cómo fue su día. Antes de enojarse con sus hijos, los padres deberían hacer un poco de meditación: ¿Después de un día agotador de trabajo, tienen ganas de contar enseguida cómo fue su día o prefieren un momento para sí mismos? Los adolescentes al igual que los adultos, también tienen distintas maneras de lidiar con la rutina.

Es importante que los hijos hablen sobre su día ya que esto les permite centrarse en ellos mismos, ser conscientes de sus sentimientos, pensamientos y sensaciones, de lo que les gusta y lo que los hizo felices. Es importante que los padres sepan cómo hacer las preguntas a sus hijos, la típica pregunta que hacen todos los padres todos los días es ¿qué tal te fue en el colegio? Lo cierto es que muchas veces preguntan por costumbre pero no escuchan ralmente la respuesta. En vez de seguir haciendo esa pregunta sería aún más interesante preguntarle qué cosas buenas cosas, malas le pasó en el colegio y que fue es lo que más le gustó del día.

Existe un **22,2%** de padres que afirmó no hablan “Casi nunca o Nunca” con sus hijos sobre sus metas o sueños. Demostraron que no tienen interés por conocer a profundidad a sus hijos y menos por verlos superarse.

Tanto el **59,3%** como el **59,2%** (resultados entre 43,1% y 16,2% y el 43,4% y el 15,8%) de los padres indicaron que “Frecuentemente o Siempre” están preguntando a sus hijos qué hacen durante su tiempo libre y cuáles son las amistades con las que comparten su tiempo.

Las amistades son importantes, pero es necesario que los padres orienten y supervisen las actividades para que su hijo o hija esté seguro/a y tenga una buena experiencia.

La adolescencia es la etapa más difícil que afrontan los padres respecto al desarrollo de sus hijos e hijas. Es el momento en que los menores de edad empiezan a relacionarse y establecer lazos de amistad con otros chicos y chicas de su edad. Esto podría suponer una buena o mala influencia para ellos.

Existen amistades que se consideran peligrosas para los adolescentes. Hay chicos que motivan a otros a tomar bebidas alcohólicas, ir a fiestas hasta altas horas de la noche o probar drogas. Estas amistades no son adecuadas y los padres ahí sí deben intervenir. No será tan fácil influir en los adolescentes, pero es necesario hacer el intento y muéstrale los peligros a los que se expone con esas personas. Explicarles lo valiosos de tener un buen amigo. El modo de crianza va a influir en la manera en que sus hijos elegirán a sus las amistades.

Desde muy pequeños se les debe inculcar buenos valores. Esto formará un escudo en él o ella y cuando tenga en frente una amistad inadecuada, sabrá alejarse porque se dará cuenta de que las acciones de esa persona van en contra de sus principios y no será un problema para el adolescente alejarse.

Si no se ha prestado mucha atención a los hijos e hijas en su niñez, por diferentes causas, aún no es tarde. Es bueno que los padres cuenten experiencias propias, tener empatía con sus hijos, esta es una excelente manera de hacerle comprender que no todas las amistades son buenas.

Un **52,9%** de los padres indicó que “A veces” discute con su hijo cuando no están de acuerdo y un **31,3%** dijo que discute con su hijo cuando no están de acuerdo con una frecuencia de “Muchas veces o Siempre”.

Durante los últimos dos meses ¿ha hablado con su hijo/a sobre lo que puede o no puede hacer respecto a:	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
37. Fumar cigarrillos	28	9,4	60	20,2	103	34,7	63	21,2	43	14,5	297	100
38. Tomar alcohol	25	8,4	52	17,5	108	36,4	67	22,6	45	15,2	297	100
39. Usar drogas	30	10,1	62	20,9	99	33,3	58	19,5	48	16,2	297	100
40. Unirse a una pandilla	31	10,4	54	18,2	109	36,7	56	18,9	47	15,8	297	100
41. Pelear en el colegio	22	7,4	53	17,8	108	36,4	56	18,9	58	19,5	297	100
42. Tener relaciones sexuales a corta edad	88	29,6	50	16,8	77	25,9	45	15,2	37	12,5	297	100
43. Tener un(a) enamorado(a)	68	22,9	46	15,5	92	31,0	49	16,5	42	14,1	297	100
44. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	66	22,2	50	16,8	80	26,9	53	17,8	48	16,2	297	100

Tabla 7: Percepción: Área 1

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

Tabla 8: Percepción: Área 2

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

Qué tanto le agradaría o disgustaría si se entera que actualmente su hijo/a:	Me agradaría mucho		Me agradaría algo		Indiferente		Me molestaría algo		Me molestaría mucho		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
53. Fumar cigarrillos	0	0	0	0	19	6,4	89	30,0	187	63,7	297	100
54. Tomar alcohol	0	0	0	0	18	6,1	91	30,6	188	63,3	297	100
55. Usar drogas	0	0	0	0	9	3,0	75	25,3	213	71,7	297	100
56. Se ha unido a una pandilla	0	0	0	0	10	3,4	79	26,6	208	70,1	297	100
57. Pelea en el colegio	0	0	0	0	24	8,1	90	30,3	183	61,6	297	100
58. Tiene relaciones sexuales a corta edad	0	0	0	0	11	3,7	90	30,3	196	66	297	100
59. Tiene un(a) enamorado(a)	13	4,4	31	10,4	33	11,1	106	35,7	114	38,4	297	100
60. Desea abandonar la escuela o dejar de estudiar	0	0	0	0	9	3,0	68	22,9	220	74	297	100

Tabla 9: Percepción: Área 3

¿Cuál de lo siguiente? describe mejor lo que usted piensa respecto a lo que su hijo/a hace en cuanto a:	Estoy seguro que no		Creo que no		No sé		Sospecho que sí		Estoy seguro que sí		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
45. Fumar cigarrillos	107	36,0	95	32,0	68	22,9	25	8,4	2	0,7	297	100
46. Tomar alcohol	111	37,4	94	31,6	60	20,2	27	9,1	5	1,7	297	100
47. Usar drogas	125	42,1	90	30,3	67	22,6	13	4,4	2	0,7	297	100
48. Se ha unido a una pandilla	131	44,1	93	31,3	57	19,2	15	5,1	1	0,3	297	100
49. Pelea en el colegio	97	32,7	96	32,3	6	2,0	22	7,4	76	25,6	297	100
50. Tiene relaciones sexuales a corta edad	113	38,0	93	31,3	76	25,6	11	3,7	4	1,3	297	100
51. Tiene un(a) enamorado(a)	91	30,6	75	25,3	15	5,1	30	10,1	86	29,0	297	100
52. Desea abandonar la escuela o dejar de estudiar	127	42,8	82	27,6	71	23,9	12	4,0	5	1,7	297	100

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

La perspectiva es el juicio personal o la visión subjetiva de un sujeto, por lo tanto la primera parte de este cuadro representa el juicio que tienen los padres sobre las conductas de sus hijos.

Es importante hablar con los adolescentes sobre las posibles conductas de riesgo, puesto que día a día nos encontramos conviviendo entre ellas. Es dable que los padres estén informados de las problemáticas actuales para así poder tener un control.

Uno de los roles de los padres es ayudar a los hijos e hijas a tomar decisiones sanas para su futuro. Los padres son fundamentales en cada paso que den sus hijos, por eso es necesario hablarles y advertirles sobre conductas de riesgo.

Haciendo una leída general del cuadro número 7, se observa que en general la conducta de los padres respecto a si les hablan o no a sus hijos sobre temas relacionados con conductas de riesgo es “a veces”, en la parte número dos del cuadro con respecto a la perspectiva que los padres tienen sobre sus hijos, en gran mayoría demostraron seguridad en sus respuestas, inclinándose por la opción “estoy seguro que no”, finamente se observa el desagrado de los adnes hacía las conductas riesgosas.

A ello se suma las siguientes tendencias:

Una gran mayoría los padres dijeron que “Muchas veces y Siempre” les hablan a sus hijos sobre temas como: Fumar cigarrillos, tomar alcohol, pelear en el colegio, tener un(a) enamorado(a), abandonar la escuela o dejar de estudiar. Aunque es necesario mencionar que porcentajes elevados, entre las opciones “nunca y casi nunca”, respondieron que solo en ocasiones les hablan de los temas expuestos.

Es importante que el padre o la madre no fastidien a sus hijos con estos temas, pero es necesario siempre informarles y ayudarles.

Un **46,4%** y un **38,4%** de las respuestas paternas y maternas resultaron muy alarmantes. Indicaron que no hablan con sus hijos sobre tener un enamorado o de relaciones sexuales tempranas, (resultados entre las sumas de nunca y casi nunca)

Muchos padres tienen vergüenza de hablar sobre sexo o sexualidad con sus hijos e hijas, otros consideran que aún no es el momento de hablar. Se requiere generar más consciencia en ellos y ellas como progenitores y progenitoras sobre que el sexo está presente desde que nacen sus hijos e hijas y es bueno ir iniciándolos en estos temas con fines educativos.

Hablar de sexo con los hijos e hijas acaba siendo un tema inevitable. La buena información sexual es importante y necesaria para su desarrollo. Cuando empiezan las preguntas sobre la sexualidad y sobre las diferencias entre hombre, y mujer es preciso que los padres estén preparados para no cometer errores y transmitirles, de manera adecuada, las respuestas que demandan.

Las respuestas tendrán que ser acordes con su edad y nivel evolutivo, a fin que las puedan asimilar. Los padres deben saber que hay que darlas con franqueza, naturalidad y en términos apropiados a su desarrollo.

Se considera así porque los adolescentes no son muy amigos de “sermones”. La opción es clara o los padres les proporcionan información verdadera y sana sobre la sexualidad o ellos la buscarán por otros medios que, posiblemente, les mostrarán información inexacta y distorsionada.

La sociedad y la cultura han configurado diferentes tabúes a lo largo de la historia. Uno de ellos es el sexo del que supuestamente no sería adecuado hablar ni mencionarlo en diferentes circunstancias, dado que así lo establecieron las normas, actitudes y conveniencias sociales basadas, a veces, en principios irracionales. La palabra tabú tiene mucho que ver con prohibición.

Romper el tabú ha sido considerado como un delito gravísimo por la sociedad que lo impone. Los padres deben romper esas barreras, deben hablar de todos los temas con sus hijos, nadie mejor que ellos para guiarlos.

Es muy importante que los padres mantengan un diálogo sincero y profundo con sus hijos e hijas, creando una comunicación vertical, de confianza y sin presiones. La comunicación es importante para ayudarles a tomar decisiones exitosas y no equivocadas.

Los datos son relevantes en cuanto a lo que creen los padres que sus hijos e hijas hacen respecto frente a conductas de riesgo. Las cifras se ubican en los rangos de información positiva, quiere decir tienen confianza y seguridad en las conductas que practican o no practican los adolescentes.

El **42,1%** de los padres dijeron estar seguros que sus hijos e hijas no tienen experiencia con las drogas. El **44,1%** indicó que tampoco sus hijos e hijas tienen acercamiento con pandillas.

Es importante mencionar la firmeza de los padres al momento de aseverar que están seguros que sus hijos e hijas mantienen una relación de enamoramiento con una pareja. Esto reflejó la confianza que existe en algunas familias.

Aunque es dable hacer notar los porcentajes significativos de padres que afirmaron no tener conocimiento de las conductas de sus hijos e hijas. Al respecto, desconocen si consumen alcohol, drogas o cigarrillos. Se requiere hacer énfasis en este porcentaje, puesto que lo ideal es que todos los padres tengan el conocimiento necesario sobre las actividades de sus hijos.

Finalmente, en la última parte del cuadro y de manera general se puede observar una inclinación de los padres hacia las opciones: “Me molestaría mucho” y me “Molestaría

algo”. Entonces, se reconoce un desagrado total hacia las conductas de riesgo en las que podrían estar sus hijos e hijas.

Por otro lado, es importante resaltar cierto grado de indiferencia de algunos padres ante estas probables situaciones con sus consecuencias para los adolescentes. El solo hecho de expresar indiferencia sobre las decisiones que tomen sus hijos e hijas, refleja una situación de alarma, por la cual ponen en riesgo el futuro de los jovencitos.

Aunque una mayoría de los padres afirmaron fastidiarse ante las malas conductas, su intervención oportuna es importante. No solo bastará con sentirse enojado/a o reñir a los hijos.

Siempre es mejor prevenir un problema de salud indeseado que tratar el problema mismo. Prevenir la aparición de problemas relacionados con el consumo de drogas es parte vital, tiene lugar en contextos variados, como hogares, lugares de trabajo, colegios, centros de juventud, instalaciones sanitarias, restaurantes y otros lugares comunitarios.

En palabras de Martínez, J. y Robles, L. (2008), “la prevención tiene que ver con el desarrollo saludable y seguro del niño y del adolescente. Las estrategias de prevención, basadas en datos científicos y en contacto con familias, colegios y comunidades, pueden garantizar que niños y jóvenes, incluidos los más marginados y pobres, crezcan y se mantengan sanos y seguros hasta la edad adulta. En realidad, el reto de la prevención antidroga reside en ayudar a los jóvenes a equilibrar sus comportamientos, capacidades y bienestar en múltiples campos de influencia, como los que representan las normas sociales, la interacción con sus iguales, las condiciones de vida y sus propios rasgos de personalidad. Más aún, el consumo de sustancias comparte varios rasgos de vulnerabilidad con otros comportamientos de riesgo”.

Esto quiere decir que prevenir otros comportamientos problemáticos puede tener efectos positivos con relación a la prevención del consumo de sustancias.

6.2 Descripción sistematizada del desarrollo del Programa “Familias fuertes”

Dando cumplimiento al objetivo número dos: “Desarrollar el Programa “Familias fuertes-Amor y Límites” dirigido a padres de familia para mejorar la comunicación y relación familiar y evitar conductas de riesgo”, a continuación se describen las sesiones realizadas.

Sesión con padres de familia

Sesión N° 1: Padres

“Amor y Límites”

Objetivos:

- Pensar en las cualidades que desea ver en su hijo.
- Comprender el valor del concepto de amor y límites para ayudar a sus hijos a desarrollar las competencias y habilidades necesarias para un desarrollo saludable.
- Aprender a apoyar los sueños y metas de los adolescentes.
- Comprender cómo el sexo masculino o femenino del adolescente influye en sus relaciones y conductas.

Materiales:

- Cuestionario de pretest
- Tarjetas de identificación
- Lista de asistencia
- Vídeo para padres
- Hojas bond
- Marcadores
- Papelógrafo y cinta maskin
- Cartel del lema de los padres

Contenido:

- Bienvenida e introducción
- Aplicación del pretest
- Metas y cualidades de los adolescentes
- Cualidades que usted desea ver en su hijo/a
- Resultados de la crianza autoritaria
- Resultados de la crianza permisiva
- Resultados de la crianza con amor y límites
- Apoyo a los sueños y las metas de los adolescentes
- Sentimientos de los adolescentes
- Cierre de la sesión

Bienvenida e introducción

En el primer momento del programa se hizo un acercamiento inicial a los padres de familia con el objetivo de establecer un rapport y un ambiente agradable.

El acercamiento dio lugar la presentación personal por parte de la practicante (nombre y cargo), la presentación institucional (se hizo una breve descripción de la institución

Intraid, el servicio que brinda, actividades que realiza, dirección, misión y visión) y finalmente la explicación del Programa “Familias fuertes” (objetivo general del Programa, número de sesiones y panorama general de los distintos temas propuestos). En este punto se explicó que es fundamental la participación y aportes de padres, puesto que se abrirán espacios para preguntas, aclaraciones de dudas y recepción de comentarios.

Se explicó también que el programa comprende dos módulos: Sesión padres y sesión familias. Para obtener resultados satisfactorios del Programa se necesita que cada padre y madre asista en conjunto con su hija e hijo a las sesiones de familia para que se pueda conseguir una experiencia conjunta.

Para finalizar esta etapa se realizó una presentación general de cada uno de los padres asistentes a la sesión. Cada participante recibió una tarjeta de identificación en donde colocaron su nombre.

Aplicación del pretest

Como segundo momento se realizó la aplicación del cuestionario pretest. Luego se distribuyó el pretest a todos los participantes. El instrumento fue descrito de la siguiente manera:

- Objetivo de la aplicación
- Segmentos en los que se encuentra dividido
- Forma de llenado del cuestionario

Se desplegó un espacio para la aclaración de dudas y especificó que el pretest pretende evaluar el antes y el después de la relación, el nivel de actitud hacia el entorno familiar relacionado al desarrollo e implementación del Programa “Familias fuertes”. Se explicó también que el cuestionario es anónimo.

Observación

Durante el llenado de las preguntas, algunos padres de familia tardaron en responder por lo cual ocuparon más del tiempo del atribuido para su ejecución.

Hubo la participación de padres analfabetos, a quienes la facilitadora les colaboró para responder a las preguntas.

Al finalizar la aplicación del pretest se explicó a los padres de familia los objetivos y el contenido de la sesión número uno del Programa denominado “Amor y Límites”. Posteriormente se proyectó un vídeo de aproximadamente una hora de duración, donde se observaban escenas de padres e hijos ante distintas situaciones.

Tema 1: Metas y cualidades de los adolescentes

Actividad 1: ¿Qué cualidades desea usted para sus hijos?

Se pidió a los padres reunirse en parejas para analizar las metas que desean para sus hijos (por ejemplo, metas profesionales, de pareja y de familia) y las cualidades que desean ver en sus hijos (por ejemplo, honestidad).

Mientras se produjo el diálogo entre padres, la facilitadora colocó en la pared dos siluetas: De un hombre y una mujer. Luego de un tiempo volvió a reunir a todos en un mismo grupo y se pidió la participación voluntaria para que se mencionen distintas cualidades que desean para sus hijos. Se les pidió a los padres que pasen y escriban distintas cualidades alrededor de las siluetas dibujadas.

Una de las cualidades más mencionada por los padres fue la “responsabilidad”. Por ejemplo, doña Sabina escribió: “_Que sea responsable con sus tareas en la escuela_”. Ella, fue la primera que pasó al frente.

Un papá dijo: “_Deseo que mi hijo sea humilde, creo yo que así va llegar a ser una gran persona”. Otras de las cualidades mencionadas fue ser solidarios, honestos, confiables

Tema 2: Resultado de la crianza autoritaria

Nuevamente se proyectó el video con escenas que reflejaban a padres autoritarios.

Actividad 2: Luego de la proyección del video se realizó una plenaria y se les preguntó:

1. ¿Se identifica usted con las escenas en pantalla?, ¿De qué forma?
2. ¿Qué piensa sobre este tipo de crianza?
3. ¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza autoritaria?

Hubo un momento donde los padres se quedaron en silencio, pero fue don Víctor quien se animó a participar. Él mencionó “_Creo que yo soy un poco así. A veces ni escucho a mis hijos, solo ordeno y ya. Pienso que no está bien ser así, pero antes la mayoría de los padres nos trataban de esa forma así que nosotros aprendimos de ellos”.

Otras opiniones que surgieron en el aula fueron: “_Está mal ser así, porque si somos así nuestros hijos nos tendrán miedo y no confianza, no nos van a querer contar nada”_”, agregaron.

“_Ese tipo de crianza es muy mala. Es cierto que antes se practicaba mucho, pero hoy los tiempos han cambiado y las cosas hay que hablarlas, no ocultarlas. Si somos malos con nuestros hijos no nos van a contar ni confiar nada, se van a ser rebeldes y tomar las decisiones solos, sin consultar con sus padres_”.

Al finalizar con todas las participaciones se hizo una reflexión sobre la crianza autoritaria. Se les aclaró la diferencia entre ser padres autoritarios y el tener autoridad como padres.

Se les habló sobre las ventajas y desventajas de este tipo de crianza, así también de las consecuencias que pueden tener sobre sus hijos e hijas el ser autoritarios.

Tema 3: Resultados de la crianza permisiva

Se proyectó el video con escenas que representaban a padres demasiado permisivos con sus hijos.

Actividad 3: Nuevamente se realizó una plenaria donde se les pregunto:

1. ¿Cómo define la crianza permisiva?, ¿Qué piensa sobre este tipo de crianza?
2. ¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza permisiva?

En este punto del video se notó mucha participación, hubo variadas opiniones y experiencias compartidas entre los padres.

Don Joaquín compartió parte de su experiencia. “_Yo me considero un padre permisivo, pero también es porque no estoy mucho tiempo con mis hijos. Cuando estoy con ellos, generalmente no les puedo decir que no. Trato de darles todo y sé que eso no está bien. Intenté ser un padre que sepa decir que no, pero mis hijos saben que si insisten yo voy a ceder, es que ellos ya me conocen_”.

La opinión de una madre fue: “_Está muy mal ese tipo de crianza, así como está mal ser muy autoritario con los chicos. Está mal ser permisivo, siempre es bueno tener un punto intermedio ni mucho ni poco. Si criamos a nuestros hijos de manera muy permisiva, al final no van a saber valorar las cosas ni el esfuerzo de los padres_”.

A raíz de las participaciones de los padres se tomó un tiempo para reflexionar sobre este tipo de crianza y las consecuencias de practicarla en el hogar. La facilitadora señaló que una crianza permisiva puede generar problemas de conducta a causa de no haber fijado normas y límites a los hijos e hijas, a tiempo.

También añadió que puede llegar a observarse en los niños y niñas problemas de autoestima e inseguridad. Además, la falta de límites hará que los hijos sean impulsivos, inmaduros y descontrolados.

Tema 4: Resultado de la crianza con “Amor y Límites”

Se proyectó el video con escenas de padres, que representaban una crianza equilibrada. Se veía a los hijos confiados con sus padres a quienes les contaban sus cosas, lo que les sucedía. En tanto, los padres reaccionaban con amor, pero a la vez poniendo límites ante algunas situaciones.

Actividad 4: En esta actividad se dibujó una línea imaginaria sobre la cual se colocaron tres letreros en distintos lugares y con diferentes enunciados. A un extremo, el enunciado “rara vez”, al medio “a veces” y al otro extremo el enunciado “a menudo”. Cada padre debía ubicarse en alguno de los tres lugares de la línea imaginaria para representar dónde piensan que están ellos en relación a diferentes conductas.

Las afirmaciones dadas en forma de preguntas fueron:

- ¿Para abordar los problemas, usted espera hasta estar calmado?, ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
- ¿Aplica sanciones cuando su hijo se comporta inadecuadamente? , ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
- ¿Participa como familia en actividades divertidas? , ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

- ¿Se asegura de que su hijo hace la tarea escolar? , ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
- ¿Elogia a su hijo cuando su conducta es adecuada? , ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?
- ¿Abraza a su hijo y le dice “te quiero”? , ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

Una vez finalizada la actividad se les pidió a los padres que indiquen el porqué de sus elecciones. Respondieron mayoritariamente, más o menos, en el tono de los ejemplos que a continuación leeremos:

“_Antes yo era una persona impulsiva pero ahora estoy tratando controlarme. El año pasado yo participé con mi hija de este mismo programa en otro colegio y me ayudó mucho. Creo que ahora hay una mejor relación mis hijas y en vez de enojarme trato de escucharla antes_”.

“_En mi familia rara vez hacemos actividades. Mi esposa y yo trabajamos, entonces no tenemos mucho tiempo para nuestros hijos. Ellos nos reclaman a veces, pero también nos entienden_”.

“_Creo que a muchas personas nos cuesta decir los sentimientos. A veces hasta dar un abrazo se nos hace difícil. Yo, raras veces le digo a mi hija que la quiero_”.

“_A mí me encanta abrazar y decirles a mis hijos lo mucho que los amo, pero parece que ellos a veces se avergüenzan de sus padres. A mí, me da chiste verlos así porque me doy cuenta que ya están entrando a la edad en donde tienen vergüenza de uno_”.

En la actividad se pudo observar que una gran mayoría de los padres se situó en el anunciado “a veces”, lo que significa que en ciertas situaciones se aplican sanciones, se hacen actividades recreativas, se dan muestras de afectos y elogios.

Posteriormente a las participaciones se les habló sobre el objetivo principal de la sesión número 1, que justamente es educar a los hijos con “Amor y Límites”. Esto implica la importancia de establecer reglas y asegurarse que sean cumplidas. También lo determinante que son las demostraciones de amor y afecto hacia los hijos. Con las afirmaciones se les ayudará para que desarrollen mejor su autoestima.

A continuación se invitó a ver otro vídeo.

Tema 5: Apoyo los sueños y metas de los adolescentes

Se proyectó escenas donde se veía a padres que no apoyan los sueños de sus hijos. Luego de la presentación del video se inició una plenaria con las siguientes preguntas:

Actividad 5:

¿Cómo se sentían Emilia y Marcos?, ¿qué impacto podría tener en su hijo el menospreciar sus metas?, ¿por qué a veces los padres menosprecian los sueños de sus hijos?

En estas instancias del taller los padres se mostraron muy interactivos, algunas de las opiniones más reiteradas fueron:

“_Emilia y Marcos se sintieron tristes”. “Se sintieron decepcionados”. “Es mejor alentar a los chicos a cumplir sus sueños y no hacer que sean adolescentes frustrados”. “Muchas veces no creemos en nuestros propios hijos, nos reímos de ellos”. “Muchos padres nos enojamos porque no queremos que nuestros hijos sueñen ser algo que a nosotros no nos gusta_”.

La reflexión en este tema apuntó a que los padres tienen que motivar a sus hijos a lograr los sueños y metas que se tracen. Es importante la educación recibida de la familia para poder conseguir las metas.

Cierre de sesión

A modo de síntesis se hizo un hincapié en los aspectos más importantes aprendidos durante la sesión. Los padres mencionaron que se debe distinguir tipos de crianza, expresar amor a los hijos, hacer cumplir las reglas establecidas en casa y apoyar a los hijos en cuanto a cumplir los sueños que tienen.

Antes de finalizar la sesión con los padres e iniciar la sesión de familias, se les pidió a los participantes que en casa tomen nota de una ocasión durante la semana en la que se fije límites y otra en la que expresen amor a sus hijos.

También se informó que se tendrá un lema, que será repetido durante cada finalización de las sesiones de padres: “Con Amor y Límites seremos una familia mejor”.

El lema fue repetido por todos los padres con mucho entusiasmo. Se les pidió que pasen al aula en donde se encuentran sus hijos, para que se realicen actividades conjuntas.

Observaciones

Durante los primeros momentos de la sesión no hubo mucha participación de parte de los padres, pero mientras transcurría el tiempo se animaron a opinar.

Al ser la primera sesión del Programa, algunos padres manifestaron entusiasmo por la novedad y por el hecho de trabajar en conjunto con sus hijos e hijas.

En el colegio Felipe Palazón se observó un mayor número de parejas de padres.

También es importante mencionar la asistencia de abuelos en lugar de los padres como tutores.

En la sesión número uno no se empezó el desarrollo del programa de manera puntual, porque se hizo la aplicación del pretest.

Sesión 2: Padres

Establecer reglas en casa

Objetivos:

- Comprender los cambios en los adolescentes
- Comprender la necesidad de reglas
- Aprender a recordarles las reglas a los adolescentes sin criticarlos

Contenido:

- Bienvenida e introducción
- Repaso de las prácticas en el hogar
- ¿Cómo son los adolescentes?
- Necesidad de reglas en el hogar
- Usando las afirmaciones en primera persona “Me siento... cuando... porque... me gustaría que...”
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios:

- Lista de asistencia de los padres
- Tarjetas de identificación
- Televisión y lector DVD
- Video para los padres Sesión 2
- Rotafolio y marcadores

- Papel adhesivo (optativo) y lápices
- Hoja de trabajo “Posibles Reglas”
- Cartel de situaciones-Aplicando las afirmaciones en primera persona.
- Hoja de trabajo “Practicando las afirmaciones”
- Cartel con el lema de los padres

Bienvenida e introducción

Para empezar con la Sesión 2 se dio la bienvenida a los padres y se hizo una breve explicación de los temas a tratar.

Se procedió nuevamente a darles tarjetas de identificación para ubicarlos por sus nombres. Seguidamente se mencionó el título de la Sesión 2: “Establecer reglas en casa” y se explicaron los objetivos y el contenido.

Repaso de las prácticas en el hogar

Antes de empezar a desarrollar los temas se preguntó a los padres si habían practicado lo aprendido la sesión anterior:

¿Qué límite fijaron a sus hijos durante la semana?

¿Cómo mostraron el amor a sus hijos?

Algunas de las respuestas más preeminentes han sido: “_Yo le dije a mis hijos que cuando estemos almorzando no usen el celular. Ahora está prohibido, quizá nos cuente al principio pero sé que si soy estricta con mis reglas, serán obedecidas_”.

“_Estoy tratando ser cariñosa con mi hija, ahora lo estoy intentando más por los mensajes de WhatsApp, porque hoy en día la tecnología está al alcance de todos y hay que saber usarla_”.

Las participaciones fueron agradecidas por parte de la facilitadora, quien motivó a los padres a seguir practicando y reforzando en casa todo lo aprendido.

Tema 1: ¿Cómo son los adolescentes?

Se proyectó el video con temas relacionados a los adolescentes cuando están en la etapa de cambios físicos y psicológicos.

Actividad uno: ¿Qué cambios nota en su hijo/a?

En esta actividad se pidió a los padres que pensarán en los distintos tipos de cambios que observan en sus hijos. No solo a nivel físico, sino también en actividades y relaciones.

Los padres participaron en su mayoría. Mencionaron que los cambios más evidentes fueron: Físicos (vello púbico, cambio de voz, ensanchamiento de caderas y menstruación).

En cuanto a las actividades dijeron que les gusta hacer mucho deporte, salir a pasear y que aquello está muy relacionado con las amistades y distintos tipos de relaciones que tienen los adolescentes. Mayoritariamente mencionaron que han notado en sus hijos el deseo de relacionarse, de manera frecuente, con el sexo opuesto.

Una pequeña reflexión que se hizo es que los padres deben tomar con toda calma y tranquilidad esos cambios, porque son normales a la edad de sus hijos e hija. No solo están cambiando físicamente, sino que su cerebro también se va desarrollando. Es una edad determinante para su identidad.

Tema 2: Reglas para nuestra familia

Se proyectó un video con escenas que reflejaban la importancia de las reglas dentro del hogar.

Actividad 2: Se pidió al grupo que mencione conductas problemáticas, que muestran sus hijos en el hogar o la escuela.

Seguidamente se escribió dos o tres conductas problemáticas en el rotafolio. Luego se pidió a los participantes que conviertan la conducta problemática en la conducta deseada, por ejemplo: “No hacer la tarea escolar” se convertía en “hacer la tarea escolar cada noche antes de ver televisión”.

Los padres se mostraron entusiasmados con esta actividad y un padre comentó: “_Me gustaría que todo sea tan fácil, escribir lo que deseo y se cumpla. Esta es una manera de poder soñar un ratito lo deseado_” Al término de esta opinión los padres sonrieron.

Luego se pidió a los demás participantes que se animen a dar ejemplos: “_No dar las gracias se convertiría en muchas gracias madre y padre_”.

“No pedir por favor se convertiría en madre, podrías ayudarme en esto o aquello por favor_”.

“_No levantar la mesa luego del almuerzo se convertiría en alzar la mesa y lavar los platos luego del almuerzo_”.

Tema 3: Usando afirmaciones en primera persona

En el vídeo se mostraron distintas escenas, que reflejaban maneras de usar afirmaciones en primera persona de forma correcta con algunos ejemplos, además.

Me siento, cuando, porque, me gustaría

La primera afirmación en primera persona fue “me siento”. Los participantes tuvieron que expresarla, seguido de un sentimiento: “Me siento enojado”, por ejemplo.

Me siento decepcionado

Me siento triste

Me siento frustrado

La segunda afirmación en segunda persona fue “cuando”, la emplearían formando la siguiente frase: “me siento... cuando...”.

Entonces se pidió a los padres que de la misma manera como lo hicieron con la anterior afirmación, expresen sentimientos, por ejemplo: “Me siento enojada cuando no vas al colegio”. Se pidió a los padres que den otros ejemplos y expresaron:

“_Me siento enojado cuando no haces la tarea_”.

“_Me siento decepcionado cuando hablas malas palabras y faltas el respeto a las personas_”.

“_Me siento frustrado cuando veo que no me haces caso y no me obedeces las órdenes_”.

La facilitadora intervino mientras los padres pronunciaban sus oraciones para hacer una breve reflexión del porqué siempre se nos facilita decir las cosas negativas. Muchas veces las personas se fijan en los errores pero no felicitan las cosas buenas que se hacen. Entonces sería bueno que también hagan oraciones con mensajes positivos como por ejemplo: “Me siento feliz cuando sonrías.

Algunos ejemplos fueron: “_Me siento orgullosa cuando traes buenas notas del colegio_”. “_Me siento dichosa cuando me das un abrazo_”. “_Me siento el mejor papá del mundo cuando te veo feliz_”.

La tercera afirmación en primera persona fue la palabra “porque”. La frase se extendió más “me siento... cuando... porque...”.

La facilitadora dio el siguiente ejemplo para que los padres entiendan la idea: “Me **siento** triste **cuando** no das las gracias a las personas **porque** es de mala educación no hacerlo”. Los padres dijeron:

“_Me siento orgullosa cuando traes buenas notas del colegio porque eso demuestra que eres un hijo responsable_”.

“_Me siento el mejor papá del mundo cuando te veo feliz porque siempre querré lo mejor para ti_”.

“_Me siento enojado cuando no haces la tarea porque es tu responsabilidad_”.

“_Me siento decepcionado cuando hablas malas palabras y faltas el respeto a las personas porque eso no es lo que yo te enseñé_”.

La última afirmación en primera persona fue “me gustaría” y se pidió a los padres que realicen sus propias oraciones en primera persona, utilizando las frases expuestas en el video: “Me siento, cuando, porque, me gustaría”.

Algunos ejemplos de oraciones, que realizaron los padres fueron:

“_Me siento orgullosa cuando traes buenas notas del colegio porque eso demuestra que eres un hijo responsable y me gustaría que cada día seas mejor_”.

“_Me siento el mejor papá del mundo cuando te veo feliz porque siempre querré lo mejor para tí y me gustaría que nunca dejes de sonreír_”.

“_Me siento enojado cuando no sacas la basura de tu cuarto, porque es tu responsabilidad y me gustaría que lo hagas todos los días_”.

“_Me siento decepcionada cuando no haces la tarea, porque es tu obligación como estudiante y me gustaría que siempre la hagas_”.

Se hizo notar a los padres cuán importante son las afirmaciones en primera persona, estas les serán de gran ayuda cuando necesiten decir algo a sus hijos. Es importante practicarlas no solo en situaciones malas, sino también en las buenas.

Cierre de la sesión

A modo de síntesis se hizo hincapié en los aspectos más importantes, aprendidos durante la sesión.

Los padres mencionaron: “_Las reglas deben establecerse en casa y deben ser claras_”. “_Es importante expresar lo que sentimos_”. “_Las reglas deben tener una explicación para cada persona_”.

Nuevamente y con mucho entusiasmo repitieron el lema: “Con amor y límites seremos una familia mejor”.

Antes de finalizar la sesión con padres e ir a la sesión de familias, se les pidió a los participantes que en casa practiquen las afirmaciones en primera persona.

En lo posterior, los padres ingresaron al aula en donde estaban sus hijos e hijas para participar en actividades conjuntas.

Observaciones

Al ser la segunda sesión del programa se pudo contar con la asistencia de los mismos padres de familia de la Sesión 1 y además se tuvo la presencia de nuevos padres.

En el ejercicio de afirmaciones en primera persona un padre de familia se emocionó, al expresar la felicidad que siente cuando su hija lo recibe con la comida preparada. Dijo “_Me siento realmente feliz al verla hacer algo por mí_”.

Sesión 3: Padres

Estimular la buena conducta

Objetivos:

- Identificar conductas adecuadas en sus hijos y aprender a elogiarlas
- Usar recompensas para enseñar nuevas conductas a sus hijos
- Establecer una relación positiva con sus hijos.

Contenido:

- Bienvenida e introducción
- Repaso de las prácticas en el hogar
- Análisis de los elogios
- La necesidad de ser reconocidos
- Elogios y recompensas
- El proceso de la independencia
- Construir una relación positiva
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios:

- Tarjetas de identificación
- Lista de asistencia

- Vídeo para padres
- Papelógrafo
- Marcadores
- Cinta maskin
- Hojas bon
- Cartel del lema

Bienvenida e introducción

Se dio la bienvenida a los padres de familia asistentes a la sesión, agradeciéndoles por su participación.

La facilitadora hizo una pequeña introducción sobre el tema: “Estimular la buena conducta”. Recordó a los padres que habrá espacios entre los videos para participaciones y actividades.

Repaso de las prácticas en el hogar

Las preguntas a los padres de familia, cuyo objetivo fue repasar la Sesión 2, han sido:

- ¿Tuvo la oportunidad de usar las afirmaciones que comienzan con “Me siento...” y qué resultado obtuvo?
- ¿A qué reglas dio seguimiento?
- ¿Cómo se comportaron sus hijos en relación con las reglas de la casa?
- ¿Las reglas en casa son iguales para su hijo e hija?

Una madre del colegio Nacional San Luis expresó: “_La verdad que me pareció muy interesante la actividad sobre afirmaciones en primera persona y decidimos en familia empezar a utilizarlas. A veces nos olvidamos y en algún momento de la semana nos

hacemos recuerdo entre todos para practicar. Sobre todo decidimos practicar las afirmaciones en manera positiva_”.

Esta fue otra respuesta: “_Muchas veces cuesta mantener las reglas, pero esta semana decidimos como padres ser firmes con las decisiones en casa. Pero lo quisimos hacer de una manera distinta. Primero hablamos con nuestras hijas y les dijimos que a partir de ahora tendríamos normas en casa y que sí o sí se tendrían que cumplir, tanto padre, madre e hijas. Y me di cuenta que no resultó tan difícil como lo había pensado, todo funciona mejor cuando las cosas se hablan_”.

Esta respuesta confirmó lo que se dijo en la sesión: “_En casa en conjunto con mi esposa intentamos que las reglas sean igual para todos. Si ponemos horario para la cena, todos tenemos que respetar. Eso fue siempre y va seguir siendo. Lo mismo con el celular, no se puede ver el celular durante las comidas o charlas familiares. Ahora lo que estamos intentando es poner un horario para ocupar la computadora, porque nuestra hija esta mucho tiempo delante de la pantalla_”.

Tema 1: Análisis de los elogios

Se mostró a los padres escenas de otros padres de familia hablando sobre cómo elogiar y estimular a los hijos.

Actividad 1: La facilitadora preguntó a los padres:

¿Elogian a sus hijos?

¿Qué podrían elogiar de sus hijos?

Dos de las respuestas que dieron los padres han sido:

“_Muchas veces es más fácil regañar a los hijos o también a las demás personas, pero nos cuesta mucho elogiar a las personas, incluso a nuestros hijos_”.

“_A mí me parece que decir cosas buenas, felicitar, tiene que ser del día a día en las familias. Yo personalmente trato de hacerlo con mis hijos y mi marido_”.

Tema 2: La necesidad de ser reconocidos

Se mostró a los padres escenas en donde se aprecia la importancia de reconocer las cosas positivas de los hijos.

Actividad 2: Se pidió a cada persona que dé un ejemplo de algo que hace y que las otras personas no reconocen. Y describan cómo se sienten cuando sucede eso.

“_Yo creo que en casa nos pasa la mayoría de madres, al cocinar por ejemplo. Yo siento que muchas veces no valoran que yo salgo del trabajo y llego a casa directo a cocinar para toda la familia. A veces ni siquiera me dan las gracias y eso es triste, porque yo llego cansada a casa y aun así les preparo algo de comer, mínimo esperarí que me agradezcan_”.

“_A los padres igual nos pasa eso. Trabajamos duro para que nuestros hijos tengan todo, pero ellos nos pagan mal, no son agradecidos. En el colegio les va mal, a veces nos contestan y nos desobedecen, uno se siente triste cuando eso pasa_”.

La facilitadora dio un ejemplo sobre el tema, pidió a los padres que piensen cuando van al trabajo y luego de haber hecho un excelente trabajo su jefe no los felicita ni reconoce el esfuerzo. Muchas veces ocurre eso con los hijos. En el colegio les va bien, en casa se portan bien, pero los padres solo ven que es su obligación y no son capaces de felicitarlos o alentarlos a seguir así.

Tema 3: Elogios y recompensas

Se proyectó el video con escenas relacionadas al tema.

Actividad 3: Se pidió a los padres que se junten en parejas y piensen situaciones en las cuales podrían elogiar a sus hijos. Luego se los reunieron en un solo grupo para poder compartir las cosas por las cuales elogiarían a sus hijos e hijas: Eres una persona muy amorosa, eres un chico muy dulce, me encanta tu sonrisa, eres muy responsable con todo.

Seguidamente cada padre que escribió un breve cumplido para su hijo/a. Se les dio a los padres una pequeña guía o ejemplo con el siguiente formato:

“Querido _____ me gustaría que tú, te quiero_____”.

“Querido _____ hiciste un buen trabajo al _____, te quiero”.

Cuando los padres terminaron de escribir su pequeña cartita de elogios se les indicó que debían esconderla en algún lugar de la casa donde su hijo/a no podría encontrarla y sorprenderse.

Para finalizar esta actividad se pidió a los padres que voluntariamente compartan con el grupo sus escritos. Algunos de esos elogios son:

“_Querida hija Luciana quería felicitarte porque hiciste un buen trabajo al hacer el arroz en casa. Sé que es la primera vez que preparas algo para comer y te salió muy rico. Te quiere, tu padre_”.

Tema 4: Pasos hacia la independencia

Se mostró un video relacionado con el tema.

Actividad 4: Se indicó a los padres que cierren los ojos y piensen en la época en que por primera vez sintieron que empezaban a ser independientes.

Luego se les pidió que voluntariamente compartan sus recuerdos y narren cómo se sintieron. Finalmente se les hizo las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles fueron los primeros pasos hacia la independencia? (por ejemplo, salir solo/a a la tienda para comprar algo o salir con amigos sin acompañamiento de un adulto). ¿A qué edad?, ¿Fue igual para los varones y las mujeres?

- ¿Por qué temen los padres dar independencia a sus hijos?

Algunas de las respuestas fueron:

“_Personalmente tengo miedo, la verdad que como vemos hoy en día la sociedad está mal. Yo tengo miedo de dejarla salir a mi hija sola. Yo soy la que la transporta, la traigo al colegio, la llevo a casa de sus amigas, todo hacemos juntas_”.

“_Tengo miedo de que mis hijos se metan en problemas, sean violentados o hagan algo que los perjudique_”.

“_Los chicos muchas veces no saben cuidar de sí mismos_”.

Tema 5: Construyendo una relación positiva

Se proyectó el video sobre el tema de cómo construir una relación positiva.

Actividad 5: Cierre de sesión

Se pidió a los padres que realicen una lluvia de ideas sobre los momentos significativos que tuvieron en familia. Además, tendrían de elogiar y otorgar privilegios adicionales para mostrar amor e interés por sus hijos e hijas.

La facilitadora registró en el rotafolio las ideas que los padres dieron:

“Expresarles todos los sentimientos que sentimos hacia ellos”

“Darles muchos abrazos y besos”

“Darles su espacio de privacidad”

Cierre de sesión

A modo de síntesis se hizo reparo en los aspectos más importantes aprendidos durante la sesión.

Al respecto, los padres mencionaron de forma parecida:

“Aprender a elogiar a nuestros hijos”, “expresarles cosas positivas” y “fomentar la independencia, poco a poco”.

Antes de finalizar la sesión con padres e ir a la sesión de familias, se les pidió a los participantes que en casa durante la semana, identifiquen acciones de su hijo/a adolescente, que merezcan ser elogiadas.

Se les recordó que escondan en casa las tarjetas con elogios donde su hijo la pueda encontrar como sorpresivamente.

Se motivó a los padres a encontrar maneras de aumentar la independencia de sus hijos e hijas. Para finalizar la Sesión 3 con los padres, se repitió el lema: “Con amor y límites seremos una familia mejor”.

El lema fue repetido por todos los padres con mucho entusiasmo. A continuación pasaron al aula donde estaban sus hijos e hijas y realizaron actividades de manera conjunta.

Observaciones

En la actividad sobre elogios se pudo observar que la mayoría de los padres reconocieron que no les brindan a sus hijos e hijas afirmaciones positivas. Pero estuvieron muy interesados y se mostraron bastantes comprometidos a practicarlo en sus casas.

Cuando se hizo la actividad de la carta breve a sus hijos e hijas, algunos padres se esforzaron y los adornaron con pinturas de colores, papel de color, etc.

Sesión 4: Padres

Utilización de las consecuencias

Objetivos:

- Comprender por qué es importante permanecer serenos y actuar con respeto
- Aprender a usar sanciones pequeñas para problemas pequeños
- Aprender a dejar las sanciones grandes para los problemas importantes

Contenido:

- Bienvenida e introducción
- Repaso de las prácticas en el hogar
- Aplicar sanciones leves
- Lista de pequeñas tareas domésticas
- Enumeración de pequeños privilegios que se pueden quitar
- Conservar la calma
- Sanciones grandes para problemas grandes

- Cierre de la sesión

Materiales necesarios:

- Tarjetas de identificación
- Lista de asistencia de los padres
- Televisión y lector DVD
- Video (Sesión 4: Padres)
- Rotafolio y marcador
- Cartel del lema de los padres

Repaso de las prácticas en el hogar

Se hizo a los padres las siguientes preguntas y se analizó las respuestas con el grupo:

- ¿Qué elogios hicieron a sus hijos en casa?
- ¿Cómo respondieron a los elogios que ustedes escribieron y dejaron escondidos en casa?
- ¿De qué maneras promovieron su independencia?

Los padres señalaron: “_En casa practicamos los elogios con nuestros hijos y también con mi esposa. Lo bueno que tenemos como familia es que pudimos juntarnos y hablar específicamente de la falta de afirmaciones que hay en la casa_”.

“_En mi caso es diferente porque estamos acostumbrados a dejar pasar las cosas y no elogiar. Muchas veces incluso da vergüenza cuando mi hija descubrió la cartita en el bolsillo de su chompita, mi reacción fue intimidarme pero luego hablamos con ella y su padre, fue lindo poder compartir ese momento_”.

“_Yo tengo dos hijas mujeres y a las dos les hice la cartita, y fue muy emocionante poder verlas leer sus cuartas, porque yo nunca les escribí algo, son ellas las que siempre me escriben_”.

Tema 1: Aplicar sanciones leves y listas de pequeñas tareas domésticas

Se proyectó el video con escenas de cómo establecer reglas en casa, que sean pequeñas y puedan ser cumplidas.

Actividad 1: La facilitadora dio una pequeña introducción antes de iniciar la actividad.

Las pequeñas tareas que usamos como sanción son tareas adicionales a las tareas y deberes, que ya tienen sus hijos e hijas.

Si el adolescente tiene muchas tareas asignadas, probablemente no dará buenos resultados asignarle otras más como una sanción por su falta.

Primero se solicitó a los padres que hagan una lista de tareas domésticas sobre las cuales sus hijos e hijas ya tienen responsabilidades. Se les pidió que hagan esto individualmente y compartan algunos de sus ejemplos.

Los padres señalaron: “Aprender a cocinar, por ejemplo hacer el arroz”. “Arreglar su cuarto”. “Lavar su ropa interior”.

Segundo, se les pidió hacer una lluvia de ideas sobre una lista de áreas cortas y fáciles para usarlas como sanción. Los padres señalaron: “Lavar los platos luego del almuerzo”. “Secar el baño luego de ducharse”. “Sacar la basura”.

Para finalizar la actividad, se preguntó para qué clase de pequeñas faltas serían apropiadas las tareas pequeñas.

Los padres dijeron: “Olvidarse de hacer la tarea escolar”. “Contestar con insolencia”. “Olvidarse de hacer una tarea doméstica”. “Llegar a casa 20 a 30 minutos tarde”. “No acostarse a la hora”.

Tema 2: Enumeración de pequeños privilegios que se pueden quitar

Proyección del video con escenas que se muestran a padres prohibiendo ciertos privilegios a los hijos.

Actividad 2: Para empezar la actividad se pidió a los padres que hagan una pequeña lista de los privilegios, que actualmente gozan sus hijos e hijas.

Los padres señalaron: “El uso del celular”. “Wifi en la casa”. “Comprar ropa de última moda”. “Computadora en su habitación”.

Como segundo paso se pidió a los padres que realicen una lluvia de ideas sobre una lista de pequeños privilegios, que se pueden quitar.

Los padres señalaron: “_Le puedo quitar el celular temporalmente si infringe alguna regla de la casa_”. “_No dejarlo ir a reunirse con sus compañeros o hacer deporte_”.

Para finalizar, la facilitadora hizo una pequeña retroalimentación sobre el tema y explicó que quizá al principio no funcione con éxito el quitar privilegios, pero con el tiempo los hijos e hijas comprenderán el significado de no cumplir u obedecer las reglas de casa. Es importante tener paciencia y confiar.

Tema 3: Mantener la calma

Se proyectó el video con escenas relacionadas al tema.

Actividad 3:

Se pidió a los padres que realicen una lluvia de ideas en donde puedan sugerir actividades para mantener la calma.

Los padres señalaron: “_Respiro profundo_”. “_Desahogarme con amigas_”. “_Ir al psicólogo_”. “_Hacer ejercicio, ayuda bastante_”. “_No hablar con ellos cuando esté enojada_”.

Tema 4: Aplicar sanciones grandes para problemas grandes

Se proyectó un video con escenas racionadas al tema.

Actividad 4: Se solicitó a los padres que recordaran cuando tenían 12 hasta 15 años de edad y rememoren, una elección equivocada o un error que tal vez cometieron. Para ello, se les hizo las siguientes preguntas:

¿Hubo alguna consecuencia?, ¿Qué aprendieron? Los padres respondieron: “_Me escapaba de la escuela_”. “_Me escapé de la casa con un enamorado que tenía_”. “_Le contesté con malas palabras a mi madre_”. “_Mis padres me pegaban cuando hacía algo malo_”. “_Mi mamá me castigaba, no me volvía dar recreo_”.

Luego se les pidió a los padres que hagan una lista de las faltas más graves, que podrían cometer sus hijos e hijas.

Los padres escribieron: “_Ir a alguna parte a la que no se le permite ir_”. “_Llegar a casa muy tarde_”. “_Salirse de la escuela durante las horas de clase_”. “_Estar involucrado en una pelea violenta_”.

Para complementar la actividad, la facilitadora mencionó que el castigo físico no es una opción. La posición del Programa “Familias fuertes” es apoyar a los padres a encontrar alternativas al castigo físico para disciplinar a sus hijos e hijas.

Cierre de sesión

Como síntesis se hizo una pequeña reflexión con los padres, recordándoles que los castigos físico y psicológico representan una forma de violencia injustificada contra los hijos e hijas y no resuelve el problema de la conducta no adecuada, sino por el contrario la aumenta.

Al finalizar la sesión se pidió a los padres que asignen una tarea o sanción pequeña en casa para castigar una falta cometida por sus hijos e hijas.

Finalmente se pidió a los asistentes que repitan el lema de la sesión: “Con amor y límites seremos una familia mejor”.

Observaciones

En la Sesión 4 se pudo observar que muchos padres de familia tienen problemas al establecer sanciones a sus hijos, puesto que así lo expresaron.

Sesión 5: Padres **Establecer vínculos**

Objetivos:

- Comprender el valor de saber escuchar con empatía
- Aprender a prestar atención a los sentimientos
- Comprender el origen de la conducta inadecuada

Contenido:

- Bienvenida e introducción
- Repaso de las prácticas en el hogar
- Adultos que se olvidan de escuchar
- Saber escuchar con empatía
- Prestar atención a los sentimientos
- ¿Quiere ser igual a sus padres o distinto a ellos?
- Adolescentes que satisfacen sus necesidades de manera negativa
- Análisis de maneras positivas de satisfacer las necesidades
- Conversación de los padres con sus hijos adolescentes
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios:

- Tarjetas de identificación
- Lista de asistencia de los padres
- Televisión y lector
- Video sesión con los padres
- Rotafolio y marcador
- Muestra del escudo protector de la familia
- Cartel del lema de los padres

Repaso de las prácticas en el hogar

La facilitadora hizo a los padres las siguientes preguntas:

- ¿Qué muestras de conducta inadecuada notó en su hijo adolescente esta semana?
- ¿Qué clase de consecuencia o sanción aplicó?

Los padres señalaron: “_Yo, últimamente estoy notando que mi hijo juega mucho en el celular, video juegos en línea algo así. Entonces todo el tiempo está en eso y ni me escucha cuando le hablo_”. “_Decidí quitarle el celular a mi hijo por una semana_”. “_No lo dejé ir a jugar con sus compañeros_”.

Tema 1: Adultos que se olvidan de escuchar

Se proyectó el video con escenas relacionadas al tema.

Actividad 1: Después de observar el video se pidió a los padres que participen respondiendo a las interrogantes:

- La persona con problemas ¿se sintió escuchada y apoyada?
- ¿Cómo puede esto afectar su comunicación en el futuro?

Algunas respuestas han sido: “_La verdad que no, en ningún momento se vio el interés por escuchar a la otra persona_”. “_Ya no va confiar en ella_”. “_Es mejor no preguntar nada a alguien que no le importamos_”.

Tema dos: Saber escuchar con empatía

Se proyectó el video con escenas relacionadas al tema.

Actividad 2: Se hizo las siguientes preguntas al grupo:

- ¿Escucharon los padres las inquietudes de sus hijos?
- ¿Por qué piensan ustedes que los padres reaccionaron de esa manera?
- ¿Cree usted que en el futuro los hijos recurran a sus padres cuando tengan un problema?

Los padres dijeron: “_Antes que acaben de hablar ya los estaban juzgando_”. “_No creo que vuelvan a recurrir a sus padres, ya no habrá confianza_”.

Tema 3: Prestar atención los sentimientos

Se proyectó el video con escenas relacionadas al tema.

Actividad 3: La facilitadora leyó algunas afirmaciones, características de los adolescentes y los padres respondieron diciendo “Parece que estás...” o “Debes sentirte...”.

Situación 1

María comienza a conversar con usted mientras la lleva a la iglesia. Dice: “Julia hará una fiesta el sábado en la noche y no creo que me invite. Ya invitó a Jennifer y Claudia, realmente quiero ir pero no creo que yo le agrade”.

Los padres respondieron: “_Debes sentirte triste..._”. “_Debes sentirte enojada..._”.

Situación 2

Felipe está por ir a su primer día en una escuela nueva. Dice: “_Me pregunto cómo será. Sin duda es mucho más grande que mi escuela anterior. Espero que me toque estar con Marcos en algunas clases_”.

Los padres respondieron: “_Debes sentirte intimidado..._”. “_Debes sentirte ansioso..._”.

Situación 3

Maritza regresa a casa desde la escuela y da un portazo. Corre a su habitación y cuando usted le pregunta qué pasó, ella dice: “La maestra me gritó delante de todos. Yo sólo

estaba conversando con Carmen acerca de la noche del viernes. ¡No era nada importante, pero me hizo quedar después de clases!”.

Los padres respondieron: “_Debes sentirte muy triste..._”. “_Debes sentirte muy enojada..._”.

Situación 4

Teresa irrumpe en la cocina al regresar de la escuela. Dice: “Mami, nunca adivinarás lo que sucedió. Me incluyeron en el equipo de vóley para el próximo año. No pensé que tendría una oportunidad”.

Los padres señalaron: “_Debes sentirte muy feliz..._”. “_Debes sentirte emocionada..._”.

Tema 4: ¿Quiere ser igual a sus padres o distinto a ellos?

Se proyectó el video con escenas relacionadas al tema.

Actividad cuatro: La facilitadora formó grupos pequeños de tres o cuatro padres. Solicitó a los participantes que recuerden si alguna vez tuvieron problemas cuando tenían más o menos la misma edad que tienen ahora sus hijos e hijas.

Luego se les hizo las siguientes preguntas:

¿Cómo actuaron sus padres?, ¿Fue útil o no?

En pantalla:

- ¿Quiere ser igual o diferente a sus padres? ¿Cómo actuaban sus padres? ¿Ayudó o no? ¿Qué efecto tiene en usted la actitud de sus propios padres?

Tema 5: Adolescentes que satisfacen sus necesidades de manera negativa

Actividad 5: Para empezar esta actividad la facilitadora hizo una pequeña introducción. Todo lo que hacen sus hijos es un intento de satisfacer una necesidad profunda.

Todas las personas necesitan sentir que están integradas, que alguien se preocupa por ellas y que no están solas en el mundo.

Todos necesitan algún placer o diversión y esto es cierto también para los padres. La independencia es una de las necesidades más difíciles de aceptar. Sabemos si deseamos que los adolescentes crezcan y se conviertan en adultos sanos, deben aprender gradualmente a pensar y tomar algunas decisiones por sí solos.

La facilitadora leyó a los padres la descripción de las siguientes situaciones relacionadas con estas necesidades mencionadas. Después de la lectura de cada situación, se les pidió que identifiquen cuáles necesidades podrían estar tratando de satisfacer sus hijos e hijas.

Situación 1

Algunos adolescentes problemáticos de la escuela han estado prestando atención a Rubén y les gustaría que se convirtiera en miembro de su pandilla.

Situación 2

El papá le pide a Luis que la ayude a lavar los platos y Luis dice: “Estoy muy ocupado”.

Situación 3

Toña está en la casa de un amigo y este le propone probar una de las cervezas de su papá.

Situación 4

Jennifer aborrece todas las prendas de vestir que su madre le señala cuando van de compras.

Tema 6: Análisis de maneras positivas de satisfacer las necesidades

Actividad 6: 3 minutos. Se promovió la discusión a través de la siguiente interrogante. ¿En qué forma pueden los padres ayudar a sus hijos a tener poder e independencia de manera positiva?

Los padres dijeron: “Elegir su propia ropa y peinado”. “Ayudar a resolver los problemas”. “Hacer aportes en relación con algunas reglas y sanciones”. “Elegir cuáles tareas domésticas harán”. “Asumir la responsabilidad de alguna necesidad familiar real”. “Estimular las aptitudes”.

Tema 7: Conversación de los padres con sus hijos adolescentes

Proyección del video sobre la temática.

Actividad 7: Se promovió a la discusión sobre esta pregunta, ¿dio buenos resultados forzar al hijo para que hablara?

¿Qué otra cosa pudo hacer la madre en vez de forzarlo? Los padres señalaron lo siguiente:

“_Decirle al hijo que como madre estaría allí para hablar más tarde si lo desea_”.

“_Dejar de presionarlo después de que el adolescente dice o muestra que no quiere hablar_”.

Seguidamente la facilitadora solicitó al grupo que realice una lluvia de ideas sobre algunos momentos adecuados para hablar con sus hijos.

Los padres señalaron: “Hacer una tarea doméstica juntos durante los anuncios de televisión

Cuando van en el auto a alguna parte”.

Cierre de sesión

Práctica en el hogar: 1 minuto

La facilitadora pidió a los padres que en algún momento de la semana encuentren tiempo para escuchar a sus hijos e hijas y traten de adivinar lo que estos pueden estar sintiendo. Deben intentar ver las cosas desde el punto de vista de aquéllos.

Para finalizar la sesión la facilitadora solicitó que se repita el lema: “Con amor y límites seremos una familia mejor”.

Sesión 6: Padres

Protección para evitar las conductas de riesgo

Objetivos:

- Proteger a sus hijos del consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo.
- Aprender a supervisar a sus hijos.

Contenido:

- Bienvenida e introducción.
- Repaso de las prácticas en el hogar.
- Diferentes perspectivas en relación a las conductas de riesgo.
- Peligros con el consumo de tabaco y drogas, el abuso de alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo.
- Carta a su hijo.
- Cierre de la sesión.

Materiales necesarios:

- Tarjetas de identificación
- Lista de asistencia de los padres (Sesión 1: Padres)
- Televisión y lector DVD
- Video de la Sesión 6 con los padres
- Rotafolio y marcadores
- Carta para mi hijo (MRF, pág. 88)
- Hojas en blanco para repartir a los padres
- Lápices

Bienvenida e introducción

Repaso de las prácticas en el hogar

Antes de empezar la sesión se hizo una corta actividad para recordar lo aprendido en la Sesión 5 con las siguientes preguntas:

- ¿Se presentaron situaciones en las que pudo prestar atención a los sentimientos de su hijo?
- ¿Tuvo oportunidad de reconocer el punto de vista de su hijo durante la semana?

- ¿Qué aspectos de la relación con su hijo están funcionando efectivamente?

Tema 1: Diferentes perspectivas en relación a las conductas de riesgo

Proyección del video.

Actividad 1: La facilitadora explicó al grupo que se va a trazar una línea imaginaria en el piso con dos extremos. Uno de los extremos representó a los padres que creen en la abstinencia total de la conducta (de la lista de conductas a continuación) y en el otro extremo a los padres que consideran no debe haber ningún control sobre esa misma conducta de sus hijos e hijas.

Luego se reunió a los padres y se les pidió que por cada conducta leída, analicen en cuál de los dos extremos se ubicarían.

Al finalizar se pidió a los padres que expliquen por qué se ubicaron donde lo hicieron en la línea.

La lista de conductas resultantes fue:

- El consumo de alcohol
- El consumo de tabaco
- El consumo de drogas, por ejemplo Marihuana
- La actividad sexual responsable con uso de preservativos

Tema 2: Peligros con el consumo de tabaco y drogas, el abuso de alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo

Proyección del video.

Actividad 2: Se pidió a los padres enumeren las cosas que podrían ser graves problemas para sus hijos e hijas. Si beben, si usan drogas o si no tienen información sobre las conductas sexuales de riesgo.

Posteriormente se continuó con el vídeo.

Tema 3: Carta a su hijo

Actividad 3: En la siguiente actividad se pidió a los padres que escribieran una carta a su hijo.

La consigna consistió en completar los espacios en blanco de la carta y en la sesión familiar se la leyó. El objetivo fue abrir una oportunidad para decirle a su hijo/hija lo mucho que lo/la estima.

También se explicó que la carta constaba de siete sesiones, que posteriormente fueron explicadas por la facilitadora.

Cierre de sesión

La facilitadora hizo hincapié en los aspectos relevantes de la sesión, sugiriendo a los padres que todo lo aprendido es para practicarlo en sus casas.

Antes de terminar la sesión, se requirió a los padres que repitan el lema: “Con amor y límites seremos una familia mejor”.

Sesión 7: Padres Conexiones con la comunidad

Objetivos:

- Aprender a apoyar el interés de sus hijos por la escuela
- Aprender las maneras de abogar por los adolescentes en la comunidad
- Comprender el valor de buscar ayuda

Contenido:

- Bienvenida e introducción
- Repaso de las prácticas en el hogar
- ¿Por qué es importante la escuela?
- Hacer que nuestra comunidad sea segura para nuestros hijos
- ¿Adónde ir en busca de ayuda?
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios:

- Tarjetas de identificación
- Video (Sesión 7: Padres)
- Televisión y lector DVD
- Rotafolio y marcador
- Cartel con el lema de padres

Bienvenida e introducción

Se dio la bienvenida a los padres y se agradeció su asistencia.

Repaso de las prácticas en el hogar

Se hizo un pequeño resumen acerca de lo aprendido la Sesión 6.

Tema 1: ¿Por qué es importante la escuela?

Se proyectó el vídeo.

Actividad 1: De acuerdo con el vídeo proyectado, la facilitadora preguntó al grupo lo siguiente:

- ¿Qué razones dieron los padres en el vídeo para explicar por qué la escuela es importante?

Los padres señalaron lo siguiente:

- Seguir en la escuela puede ayudarles a conseguir un mejor trabajo.
- Pueden ganar más dinero.
- Se relacionan con otros adolescentes que desean seguir adelante.
- Ayuda a mantenerlos lejos de problemas.

La siguiente pregunta, que se les hizo fue: ¿Qué pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos a seguir interesados en la escuela?

Los padres dijeron lo siguiente:

- Mostrar interés en sus tareas escolares.
- Promover la participación de los adolescentes en las actividades escolares.
- Visitar la escuela cuando sea posible.
- Hablar con el maestro cuando hay algún problema.
- Alentar a los adolescentes a que se queden en la escuela

Tema 2: Hacer que nuestra comunidad sea segura para nuestros hijos

Proyección del video.

Actividad 2: Se pidió al grupo mencione los problemas existentes en su comunidad, que podrían afectar a los adolescentes.

Luego se les indicó que identifiquen uno de los problemas o situaciones que se podrían resolver con su apoyo para lograr un cambio en su comunidad.

La facilitadora hizo que el grupo realice una lluvia de ideas sobre lo que en realidad pueden hacer para resolver el problema.

Tema tres: ¿Dónde conseguir ayuda?

Proyección del video.

Actividad 3: Se trabajó con el grupo preguntándoles si saben dónde conseguir ayuda, dónde pueden obtener ayuda y por qué a la gente no le gusta pedir ayuda.

Finalmente se les dio información de instituciones a donde podrían ir para solicitar ayuda.

Cierre de sesión

Se hizo un pequeño resumen de la sesión. La facilitadora agradeció a los padres asistentes por su tiempo y dedicación a los siete talleres del Programa “Familias fuertes”. Finalmente se repitió el lema: “Con amor y límites seremos una familia mejor”.

Sesión familias fuertes

Sesión uno familias

Apoyar metas y sueños

Objetivos

- Establecer relaciones positivas
- Apoyar las metas y los sueños de los y las adolescentes

Contenido

- Juegos en grupo
- Mapas del tesoro
- Pasos para alcanzar las metas
- ¿En qué medida nos conocemos?
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Tarjetas con instrucciones para el juego de rotación de la botella y el juego del nudo (una para cada grupo). (MRF, pp. 10)
- Cinco botellas de refresco vacías
- Cinta adhesiva para sujetar los carteles y las páginas del rotafolio
- Tarjetas de preguntas para el Mapa del tesoro. (MRF, pp. 11)
- Tarjetas de “Cuando tenías mi edad”. (MRF, pp. 12)
- Página del rotafolio con las metas y los sueños (de la sesión con los adolescentes 1)
- Hojas de papel en blanco y lápices
- Rotafolio y marcadores
- Cartel de la frase para cerrar el círculo. (MRF, pp. 13)
- Cartel del lema de la familia hecho por el facilitador. (MRF, pp. 14)
- Cartel del lema de los adolescentes (de la sesión 1)
- Cartel del lema de los padres (de la sesión 1)

Antes de iniciar con la sesión “familia” se hizo una dinámica llamada el nudo que consiste en que no deben tomar ambas manos a la misma persona ni la mano a la persona más próxima, cuando todos estén de las manos los participantes trataran de desatar el nudo pasando por debajo, encima o girando, hasta desenredar el nudo y formar el círculo original.

Acto seguido los padres debían adivinar cuál era el mapa del tesoro de sus hijos (actividad realizada en la sesión de adolescentes), una vez que los padres adivinaron

se les repartió unas preguntas para que tanto padres e hijos conversaran, la finalidad de esta actividad fue promover la comunicación y el conocerse más entre ellos. Luego se les pidió que algún padre voluntario pasara con su hijo y compartiera lo que aprendió el uno del otro.

Y por último se hizo una reflexión.

Para finalizar la sesión de familia se pide a todos los participantes que repitan los lemas, el de padres, adolescentes y familia.

Observación:

Durante la actividad del mapa del tesoro se puede notar claramente de parte de la mayoría de las familias mucha emoción, tanto de padres como hijos, aunque también es importante recalcar que algunas familias no realizan la actividad, se quedan en silencio.

Hubo un número considerable de madres que no lograron adivinar el mapa del tesoro de sus hijos, por lo cual se tuvo que hacer una reflexión.

Sesión dos familias

Promover la comunicación en familia

Objetivos

- Desarrollar la capacidad de escuchar
- Resolver los problemas juntos

Contenido

- Romper el hielo con el juego “El Ahorcado”
- Juego de escuchar
- Demostración de la solución conjunta de problemas
- Juego de solución conjunta de problemas
- Reglas para la familia
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Rotafolio y marcador
- Tarjetas del juego de escuchar (1 conjunto de tarjetas, 12 tarjetas – (MRF, pp. 20-43)
- Gorra de béisbol (1, optativa)
- Tarjetas del juego de solución conjunta de problemas (4 tarjetas por familia - MRF, pp. 44-45)
- Cartel de la frase: “Para cerrar el círculo” (MRF, pp. 46)
- Cartel del lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
- Cartel del lema de los padres (Sesión 1 Padres)
- Cartel del lema de la familia (Sesión 1 Familias)

Antes de comenzar la sesión dos de familia fuertes, las facilitadoras realizaron una dinámica que se llama “un qué” que consiste en que las familias debían colocarse en un círculo y cada uno debía decir una palabra y acompañarlo con un gesto por ejemplo A: esto es un abrazo B: ¿un qué? A: un abrazo y le da uno, todos deben realizar esta actividad.

Luego los adolescentes debían entregar las cartas que hicieron a sus padres, y se les pidió que voluntariamente compartieran que sintieron al leer lo que sus hijos les expresaron en la carta.

Acto seguido se comenzó con la sesión explicándoles a los padres la diferencia entre lo que es oír y escuchar.

Luego se les presentó a la familia un problema “la familia Hernández tienen dificultades cada mañana para usar el baño que podrían hacer esto para solucionar esto”

En esta actividad se les pidió a padres, madres y adolescentes que den su opinión tanto mamá, papá e hijos cada uno debe dar su punto de vista, y sus respuestas serán anotadas en un papelógrafo, la finalidad de esta actividad fue que entiendan que un problema se solución en conjunto en familia, es decir con el aporte de todos.

Para finalizar la sesión de familia se pide a todos los participantes que repitan los lemas, el de padres, adolescentes y familia.

Observación:

Se observó que la mayoría de los asistentes a la sesión eran nuevos, es decir que no habían asistido a la primera sesión, por lo que se tuvo que explicar de manera un tanto amplia la sesión número uno.

Sesión tres familias

Aprecio a los miembros de la familia

Objetivos

- Identificar los puntos fuertes
- Expresar aprecio

Contenido

- Hacer un árbol de familia
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Rotafolio
- Muestra del árbol de la familia hecho por el facilitador del grupo (MRF, pp.48)
- Cartel con diferentes árboles de familias (MRF, pp.49)
- Hoja de trabajo “Puntos fuertes de la familia” (1 por familia – MRF, pp. 51)
- Rectángulos de puntos fuertes (papel adhesivo de color)
- Hojas de puntos fuertes (papel adhesivo de color)
- Marcadores (1 caja de diferentes colores por familia)
- Pegamento o lápices adhesivos (uno por familia)
- Tijeras (una por familia)
- Cartel de la frase para cerrar el círculo (MRF, pp.52)
- Cartel del lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)

- Cartel del lema de los padres (Sesión 1 Padres)
- Cartel del lema de las familias (Sesión 1 Familias)

Las facilitadoras mostraron a las familias un paleógrafo del “árbol de familia” se les explicó que las ramas son los adolescentes y los padres.

Las raíces son los abuelos. La actividad consiste que cada familia debe realizar en una hoja bom su árbol familiar.

Se les explicó que cuando realizaran sus árboles, en las hojas debían colocar las virtudes o fortalezas de cada miembro de la familia, y por último en el tronco debían colocar como definen a sus familias, luego se pidió que pasen al frente y compartan a todos como son sus familias, la finalidad fue marcar positivamente la vida de los adolescentes en relación a sus familias.

Algunas familias comentaron que sus familias eran muy alegres, otros decían que sus familias eran unidas, otros que eran familias muy trabajadoras y esforzadas, etc. Lo que provocaba un momento muy ameno.

Para finalizar la sesión de familia se pide a todos los participantes que repitan los lemas, el de padres, adolescentes y familia.

Sesión cuatro familia

Empleo de las reuniones familiares

Objetivos

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

Contenido

- Juego activo: globos en el aire
- Reuniones familiares
- Comienzo de la práctica: realizando una reunión familiar
- Cuando las reuniones familiares se complican
- Juegos de barajas/naipes para la familia
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Normas de procedimiento para las reuniones familiares (una por familia –
- MRF, pp.68)
- 12 globos grandes (inflados)
- Barajas/naipes (una caja por familia)
- Cartel: Frase para cerrar el círculo. (MRF, pp.69)
- Cartel con el lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
- Cartel con el lema de los padres (Sesión 1 Padres)
- Cartel con el lema de la familia (Sesión 1 Familia)

Antes de comenzar la sesión familiar, las facilitadoras realizaron una dinámica que consiste en dividir al grupo de 5 o 6 personas y hacían que cada grupo forme un círculo tomados de la mano y luego se arrojaba un globo a cada grupo la idea es que el globo se mantenga en el aire sin soltarse las manos, luego según la orden debían mantener el globo en el aire con los codos, rodillas, pies etc.

Luego de crear un ambiente divertido donde tanto padres y adolescentes pasaron un lindo momento, se les mostró un video sobre “reuniones familiares” con la intención de que la familia a través de las reuniones pudieran resolver problemas, pudieran promover la comunicación, aumentar el amor, la unión y crear recuerdos que perduren para siempre, aquí todos participaron y contaron sus experiencias, muchos de los padres compartieron sus vivencias de cuando ellos eran adolescentes y como eran sus reuniones familiares.

Para finalizar la sesión de familia se pide a todos los participantes que repitan los lemas, el de padres, adolescentes y familia.

Sesión cinco familia

Comprender los principios de la familia

Objetivos

- Ver la conexión entre los principios de la familia y sus actividades y decisiones
- Identificar los principios de su propia familia

Contenido

- Comprender lo que son los principios de la familia. Acertijos sobre los principios
- Armonizar los principios con la acción
- Actividad de valores
- Hacer un escudo protector de los principios de la familia
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Cartel de principios de la familia (MRF, pp.83)
- Tarjetas de los escenarios para adolescentes (MRF, pp.84)
- Tarjetas de principios de la familia para padres (MRF, pp.85)
- Muestra del escudo protector de la familia hecho por el facilitador (MRF, p.71)
- Marcadores (1 caja por familia)
- Recortes de revistas cortados previamente por el facilitador, clasificados en pilas separadas según el valor
- Tapas de cajas de poca profundidad para poner los recortes, rotuladas con el nombre de cada valor
- Pegamento o lápiz adhesivo (1 por familia)

- Hojas de papel y lápices (1 por familia)
- Cartel de la frase del círculo de cierre (MRF, p.86)
- Cartel con el lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
- Cartel con el lema de los padres (Sesión 1 Padres)
- Cartel con el lema de las familias (Sesión 1 Familias) Comprender lo que son los principios de la familia. Acertijos sobre los principios

En esta sesión se mostró un diagrama de valores en donde tanto padres e hijos en conjunto debían decir cuáles serían las desviaciones que los adolescentes podrían tener en el transcurso de sus vidas lo que impediría que cumplan sus sueños como tomar alcohol, robar, no estudiar, drogarse, etc. Y cómo los padres podrían ayudar a que sus hijos no comentan tales acciones.

Por último debían realizar un escudo protector, cada familia debía realizar un escudo de principios y valores esto les ayudara a superar momentos difíciles y crecer juntos.

Acto seguido las familias voluntarias debían pasar al frente y compartir lo que hicieron y lo que aprendieron en la sesión.

Para finalizar la sesión de familia se pide a todos los participantes que repitan los lemas, el de padres, adolescentes y familia.

Observaciones:

Durante esta sesión se pudo notar la poca asistencia de los padres y los adolescentes, puesto que el colegio se encontraba en actividades académicas y tenían la elaboración de otras actividades.

Sesión seis familia

La familia y la presión de los compañeros

Objetivos

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

Contenido

- Juego: “Alcanzar nuestras metas”
- Los padres ayudan a los adolescentes a afrontar la presión de los compañeros
- Compartir las habilidades de rechazo
- Compartir los sueños y expectativas de los padres
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Cuatro cartulinas 50cmx50cm
- Cinta adhesiva
- Tarjetas para los padres, tarjetas con metas de los adolescentes y tarjetas “Te salvaré” (MRF, pp. 94-109). Fotocopie cada conjunto de tarjetas en cartulinas de diferentes colores.
- Tiras de tela de 10 cm (1 por adolescente)
- Televisión y lector DVD
- Video de padres que ayudan a afrontar la presión de los compañeros
- Lista del rotafolio con las situaciones que revelan la presión de los compañeros (Sesiones 5 y 6 Adolescentes)
- Cartel de pasos (MRF 80-82, 89)
- Cartel de situación de riesgo” (MRF. pp. 79)
- Carta para mi hijo- cartas completadas (Sesión 6 Padres)
- Cartel con la frase del círculo de cierre hecho por el facilitador (MRF, pp.110)
- Lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
- Lema de los padres (Sesión 1 Padres)
- Lema de la familia (Sesión 1 Familia)

En esta sesión se les mostró tanto a padres como adolescentes un video en el cual los padres ayudarían a sus hijos a trabajar en equipo para enfrentar las posibles conductas de riesgo que los adolescentes podrían atravesar a lo largo de esta etapa.

Después de ver el video se les repartió a las familias tarjetas con distintas conductas de riesgo; tomar una cerveza, tomar alcohol, robar una tienda, maltratar alguna instalación del colegio, maltratar a un compañero, etc. se les pidió que en equipo resuelvan esta mala conducta, lo que se pretendió fue que los padres tengan empatía con sus hijos y se pongan en lugar de ellos, esta fue una forma en la cual se promueve el dialogo, la comprensión y el enfrentar situaciones difíciles en familia.

Para finalizar la sesión de familia se pide a todos los participantes que repitan los lemas, el de padres, adolescentes y familia.

Sesión siete familia

Promover la comunicación en la familia

Objetivos

- Repasar el contenido del programa
- Expresar su agradecimiento

Contenido

- Juegos para la familia
- Resumen y repaso del programa
- Evaluación del programa
- Ceremonia de graduación
- Fiesta con bocadillos
- Cierre de la sesión

Materiales necesarios

- Tarjetas de identificación
- Hojas del rotafolio y proyectos de las sesiones anteriores:
- Sesión 1 Padres: Rotafolio de las cualidades que desean ver en sus hijos
- (Actividad 1.1)
- Sesión 1 Adolescentes: Muestra del Mapa del tesoro
- Sesión 2 Padres: Cartel de las afirmaciones que comienzan con “Me siento...”

- (Actividades 2.2 a 2.5)
- Sesión 2 Adolescentes: Lista de “Es difícil ser adolescente” y lista de “Es difícil ser padres” (Actividad 2.1)
- Sesión 3 Padres: Lista del rotafolio “Establecer una relación positiva”
- (Actividad 3.5)
- Sesión 3 Adolescentes: Lista del rotafolio “Cómo hacer frente al estrés”
- (Actividad 3.3)
- Sesión 3 Familia: Muestra del árbol de la familia
- Sesión 4 Padres: Lista del rotafolio de los privilegios que se pueden quitar
- (Actividad 4.2)
- Sesión 5 padres: Lista del rotafolio de formas de promover la independencia
- (Actividad 5.8)
- Sesión 5 Adolescentes: Lista del rotafolio de qué hacen los adolescentes para agradar a los demás (Actividad 5.2)
- Sesión 5 Familia: Muestra del escudo protector de la familia
- Sesión 6 Padres: Lista del rotafolio de los riesgos que corren los adolescentes
- Sesión 6 Adolescentes: Señales 1 a 7 para afrontar la presión de los compañeros
- Lapiceros (1 por persona)
- Encuesta de los padres (1 por padre)
- Encuesta de los adolescentes (1 por adolescente)
- Carta a los padres (1 por adolescente)
- Carta a los adolescentes (1 por padre)
- Sobres con estampillas puestas para las cartas (1 por persona)
- Certificados de graduación de la familia firmados por el facilitador del grupo y el promotor del programa
- Bocardillos (proporcionados por los facilitadores del grupo o el promotor)
- Cartel de la frase del círculo de cierre hecho por el facilitador (MRF, p.114)
- Cartel del lema de los padres hecho por el facilitador (Sesión 1 Adolescentes)
- Cartel del lema de los adolescentes hecho por el facilitador (Sesión 1 Padres)
- Cartel del lema de las familias hecho por el facilitador (Sesión 1 Familias)

En esta sesión se hizo una recapitulación de todas las sesiones desarrolladas en el programa.

Se hizo un repaso de todo lo que se aprendió en los diferentes talleres, promoviendo la participación de los padres y los adolescentes a fin de que tengan una intervención protagónica en la reconstrucción del proceso vivido desde la perspectiva de cada uno.

Muchos de los padres expresaron su gratitud con los talleres “gracias porque a veces pensamos que sabemos todo como padres pero nos hemos dado cuenta que no es así gracias a estos talleres”

“Gracias porque nos ayudaron a ser mejores padres y a tener una mejor comunicación con nuestros hijos”

Se creó un ambiente muy ameno pues tanto padres y adolescentes participaban agradeciendo por los talleres, pero a la vez emotivo porque era la última sesión.

Para dar por finalizado el programa familias fuertes, se pidió a las familias que formen un círculo, los adolescentes junto a sus padres para repetir los lemas de cada conjunto, el lema de padres y familia.

Con amor y límites seremos una familia mejor, somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos.

6.3 Análisis de los resultados del postest

En respuesta al objetivo tres: “Evaluar el impacto del programa a través del postest” de la práctica institucional, a continuación se muestran los resultados.

Tabla 10: Control de los padres frente al mal comportamiento

	PRETEST					POSTEST					
	Nunca	Casi nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	Total
AREA N° UNO	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1. ¿Cuándo, hizo una regla para su hijo/a, se aseguró que la cumpliera?	1,7	6,1	48,1	34,7	9,4	0,7	3,0	20,9	52,9	17,5	100
2. ¿Cuándo, su hijo/a rompió alguna regla recibió la sanción que usted prometió?	2,0	13,8	48,1	25,3	10,8	0	2,0	15,5	53,5	23,9	100
3. ¿Explicó claramente a su hijo/a las reglas que esperaba que siguiera y la consecuencia que recibiría, si rompía esa regla?	2,7	12,1	37,0	31,6	16,5	0	5,1	10,8	44,1	35,0	100
4. ¿Con que frecuencia sancionó a su hijo/a por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente ocasión lo ignoró?	4,0	17,5	47,5	23,2	7,7	55,2	19,2	14,1	4,0	2,4	100
5. Pensó cuidadosamente las reglas que le dio a su hijo/a y las consecuencias o sanciones que recibiría si las rompía?	2,4	13,5	39,1	27,9	17,2	1,7	2,4	6,7	40,1	44,1	100
6. ¿Amenaza a su hijo/a, o le dice que se va a meter en problemas si ha hecho algo malo?	6,1	12,5	40,4	25,9	15,2	0	4,0	12,1	36,4	42,4	100
7. Si mi hijo/a no obedece alguna regla o la quebranta, ¿me pongo de acuerdo con mi esposo/a, sobre el castigo que tendrá?	10,8	12,5	38,0	22,2	16,5	0	4,4	11,1	33,0	46,5	100

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

Las normas o reglas son importantes porque permiten que la familiar y a su vez la sociedad funcionen ordenadamente y puedan convivir en armonía, puesto que es el límite entre lo que está permitido y lo que no.

Además, le otorga la capacidad a cada persona de responder a lo que le toca. Uno de los objetivos principales del Programa es lograr que los padres establezcan control parental eficaz. Es decir, practiquen límites en el hogar, sin olvidarse de reflejar amor. Es importante que los padres comprendan que la falta de normas y límites con los hijos e hijas va a influirles negativamente. Estas consecuencias serán determinantes en la vida de los adolescentes.

En el cuadro número 8 se observa de manera general la conducta de los padres respecto al control es **muchas veces, con tendencia a siempre.**

Haciendo referencia a los resultados obtenidos en el Programa, durante las siete sesiones, es importante recalcar que hubo una diferencia. El **70,4%** (resultado obtenido de la suma entre 52,9% y 17,5%) de los padres señalaron las opciones “Muchas veces y Siempre”, porque se aseguraron que sus hijos cumplan las reglas establecidas en casa.

Otro tanto, un **76,4%**, (suma obtenida de 53,5% y 23,9%) señaló que cuando su hijo/a rompió alguna regla “Muchas veces o Siempre” recibió la sanción que prometieron y a comparación del pretest el promedio se elevó. Esto indica que el Programa enseñó a los padres a entender que es importante cumplir con los castigos, que se promete si alguna regla de casa es incumplida.

Pero es aún más gratificante ha sido que las opciones Nunca y Casi nunca disminuyeron notablemente. Es decir, los padres a partir del Programa “Familias fuertes” generaron conciencia sobre poner límites en casa, establecer reglas, horarios, uso del celular, de la televisión, etc.

Se pudo ver una importante disminución del **10,8% al 0%** en cuanto a ponerse de acuerdo esposo y esposa para sancionar a los hijos e hijas ante alguna falta.

Los padres asumieron que deben tener claras las normas y los límites en relación a sus hijos e hijas, porque son responsables de su crianza. Que deben escucharse entre sí para llegar a tener acuerdos y construir un criterio guía para la formación de sus hijos e hijas. El fijar criterios debe ser cuando los adolescentes no estén presentes, ya que no tienen que involucrarlos en el conflicto. Cuando un menor reconoce que existen dificultades entre sus padres, puede aprovecharse de la situación, manipularlos y seguir la orden que más les convenga.

El **84,2%** de los padres respondió en el postest con las opciones “Muchas veces y Siempre”. Ello demostró que piensan mucho en las consecuencias de establecer una regla para sus hijos e hijas si la incumplen.

Antes de establecer una penitencia, será fundamental evaluar si el adolescente está en condiciones reales de llevarla a cabo o de respetarla para no tener expectativas equivocadas y exigirle lo que no puede. Pero al mismo tiempo habrá que evaluar si los adultos del hogar se encuentran en condiciones de sostener la decisión y llevarla a la práctica. Es importante de acuerdo a la edad del hijo/hija, que los padres puedan tomarse el tiempo para explicarle en forma breve, pero clara, el porqué de la sanción. De ese modo, podrá ir comprendiendo el motivo e incorporando las reglas. Los argumentos deben ser simples y breves, un sermón extenso sólo aburre.

Es importante ser claros tanto al establecer límites como al consensuar las normas, porque si no somos muy específicos queda como un vacío en el que el adolescente tendrá libertad de elección.

Los padres deben seguir la misma dirección y estar de acuerdo con las normas y límites impuestos. No puede ser que el padre opine una cosa y la madre otra, porque entonces el hijo no acatará una norma, sino que se inclinará por la que más le convenga.

Revisando los resultados obtenidos en la aplicación del postest se concluye que el Programa instruyó a los padres y madres a entender la importancia de establecer límites para sus hijos e hijas, pero no solo eso sino también el poder elegir sanciones correspondientes ante alguna falta.

Tabla 11: Interacción familiar

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

	PRETEST					POSTEST					Total
	Nunca	Casi nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	
AREA N° 2	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
8. Nos reunimos en algún momento del día para conversar y/o compartir alguna actividad (comer, ver televisión, etc.)	3,7	21,5	39,7	23,2	23,2	0	0,7	11,1	32,0	51,2	100
9. ¿Hacemos algo como familia, por lo menos una vez a la semana que sea del agrado de todos?	4,7	20,9	44,1	19,5	10,8	0	1,3	24,2	53,9	15,5	100
10. ¿Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia (ponernos al tanto sobre lo que nos sucedió, tomar decisiones, solucionar problemas, etc.)?	3,0	13,1	44,4	21,5	17,8	0	1,3	17,5	57,2	18,9	100
11. ¿Cada uno tiene la oportunidad de expresar lo que desea o piensa en forma respetuosa?	3,4	12,5	42,4	23,6	18,2	0	3,0	13,1	53,2	25,6	100
12. ¿Dedico tiempo cada día para hablar con mis hijos?	2,4	11,4	48,1	20,2	17,8	0	1,7	18,2	44,8	30,3	100
13. ¿Mi hijo ayuda con las tareas y responsabilidades de la casa?	5,4	14,8	39,1	23,2	17,5	0	2,4	13,8	45,8	33,0	100
14. Cuando estoy en dificultades, ¿cuento con mi esposo/a y mi familia para solucionar el problema?	1,0	16,8	34,7	23,6	23,9	0,3	2,4	15,8	42,4	34,0	100

“El hombre el ser más complejo de la creación y el más perfecto, tiene un potencial inagotable de mejoramiento y de necesidades para lograr una vida satisfactoria y plena, lo que depende de sus características como ser complejo que debe ser clasificadas de alguna manera para ser analizadas y mejoradas.

Así mismo, estas características atienden a la condición personal y humana de los hombres y su presencia comienza a insinuarse en la medida en que son satisfechas las

necesidades humanas, estas corresponden a un nivel en que el ser humano busca no solo sobrevivir sino también el encuentro consigo mismo y el desarrollo de talentos, que no persiguen otra cosa que el goce y la felicidad; a este nivel corresponden necesidades como el amor, el afecto, el respeto, el amor propio, el poder y el control, la pericia y la ilustración, el prestigio, la satisfacción estética, el interés, la novedad y por supuesto la necesidad de recrearse y de tener bienestar propio. (Smith, 1990,).

El Programa “Familias fuertes” tiene como finalidad el compartir tiempo de calidad con la familia. Contiene actividades para reforzar la convivencia padre e hijos.

Es importante la interacción familiar porque de esa manera se podrá contribuir a mejorar las relaciones entre los miembros de la familia. Así en el hogar fluirá un ambiente positivo. Una familia unida será menos sensible a las conductas de riesgo y capaz de afrontar satisfactoriamente los factores perjudiciales.

Observando de manera general la tabla se puede evidenciar un cambio realmente positivo. En comparación con el postest, la inclinación hacia las opciones **Muchas veces y Siempre** se elevaron.

Según los resultados, el **51, 2%** y un **32%** de los padres optaron por “Muchas veces y Siempre” al referirse que se reúnen un momento por día para conversar, hablar y compartir en familia.

Otro resultado efectivo es la erradicación del porcentaje que marcaba la opción “Nunca”. Luego de la implementación del Programa, los padres indicaron que sí existen momentos en donde comparten algo como familia; por lo menos una vez a la semana y que es del agrado de todos.

Sí tienen reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia, en esa oportunidad dijeron que cada uno tiene la potestad de expresar lo que desea o piensa,

pero de forma respetuosa, además los hijos e hijas ayudan con las tareas y responsabilidades de la casa.

En cuanto a dedicar tiempo para hablar con los hijos e hijas, el porcentaje de padres que lo hacen se elevó a **75,1%**. Del total, un **78,8%** indicó que los hijos e hijas si ayuda en las labores de casa, mientras un **76,4%** respondió que sí siente el apoyo de su pareja para tomar decisiones en la familia. Estos porcentajes se obtuvieron con la suma de las tendencias entre “muchas veces y siempre”

El Programa sirvió para que las familias se den cuenta de lo importante que es compartir tiempos juntos, lo valioso de la familia y el interesarse los unos por los otros.

Tabla 12: Manifestaciones de aprecio y cuidado

PRETEST	POSTEST
---------	---------

	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	Total
ÁREA N°3	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
15. ¿Hace algo entretenido con su hijo/a cómo hacer deportes, ver una película, salir a pasear o jugar en el parque?	5,1	17,2	41,8	24,6	11,4	0	1,0	20,2	43,1	30,6	100
16. ¿Con qué frecuencia le dice algo bueno, positivo a su hijo/a, sobre lo que hizo? (elogios, cumplidos)	2,7	16,8	42,1	24,2	14,1	0	2,7	19,5	43,8	29,0	100
17. ¿Con qué frecuencia le dice a su hijo/a lo orgulloso que esta de él o ella por el esfuerzo que ha puesto en hacer algo?	2,0	16,8	46,8	21,2	13,1	0	2,7	17,8	41,4	33,0	100
18. ¿Con qué frecuencia le da algún premio a su hijo/a, por lo que hizo, como ser un regalo, salir a pasear, dinero extra o algo especial para él/ella?	2,0	14,5	54,2	21,9	7,4	0	3,4	12,1	42,8	36,7	100
19. ¿Con qué frecuencia usted hace algo especial con su hijo/a, como ir al cine, jugar un juego o ir a un sitio especial?	1,3	21,2	46,1	22,9	8,4	0	2,4	11,4	39,4	41,8	100
20. ¿Con qué frecuencia le dice gracias a su hijo/a, por hacer algo que usted le pidió que hiciera?	1,3	14,5	42,8	20,9	20,5	0	1,3	13,8	35,0	44,8	100
21. ¿Le muestra a su hijo/a, que usted realmente se preocupa por él/ella, por sus ideas o por sus cosas?	1,3	8,8	41,8	26,3	21,9	0	2,0	13,1	37,4	42,4	100
22. ¿Ayuda a su hijo/a hacer algo que era importante para él/ella?	2,0	9,8	44,8	24,6	18,9	0	1,7	14,1	35,7	43,4	100

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

El agradecimiento es el sentimiento de gratitud que se experimenta normalmente como consecuencia de haber recibido, de parte de alguien, algo que se esperaba o que se necesitaba, de haber sido ayudado en alguna circunstancia difícil, entre otras situaciones.

El Programa “Familias fuertes” trabaja con el valor de ser agradecido. Este valor muy pocas veces se practica con los hijos, muchas veces los padres creen que los adolescentes tienen obligaciones y que por eso no corresponde agradecerles, pero es

importante entender que agradecer puede cambiar el ánimo y la situación de una persona.

Además, el **44,8%** de los padres, después del Programa, dijeron que siempre dan las gracias a sus hijos en comparación a un **8%** que dijo lo hacía desde siempre.

Es importante reconocer, agradecer y elogiar los cumplidos que hacen las personas. Un elogio puede ser toda una inyección de confianza y motivación. Mediante él se ofrece a alguien una imagen más positiva de sí mismo, que quizás no era capaz de percibir. Para ello, es importante que quien da un agradecimiento lo haga con sinceridad, así también como quien la recibe se crea merecedor/a y le otorgue valor.

Comparando el porcentaje de la opción Nunca, entre el pretest y postest, se observa un cambio total en las actitudes de los padres. En sus respuestas ninguno indicó sentir apatía. En el postest se puede observar que todas las opciones están en **0%**.

Los resultados obtenidos no son un 100% positivos, pero reflejan la efectividad del Programa. El cambio estuvo reflejado en los porcentajes, que se pudieron observar durante el transcurso de las sesiones, con testimonios de padres, madres e hijos.

Más del **70%** de los padres apuntaron que le dicen a su hijo/a lo orgulloso/a que esta de él o ella por el esfuerzo que ha puesto en hacer algo. Hacen algo especial con su hijo/a como ir al cine, jugar o ir a un sitio especial. Le muestran a su hijo/a que realmente se preocupan por él/ella, por sus ideas o por sus cosas y los ayudan hacer algo que es importante para los adolescentes.

Se pudo lograr que los participantes del programa vean la importancia de compartir en familia y la conexión emocional necesaria para el mejor desarrollo de sus hijos.

Tabla 13: Comunicación

PRETEST	POSTEST
---------	---------

	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	Total
ÁREA N°4	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
23. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hizo durante el día?	3,4	16,8	35,4	22,9	21,5	0	2,7	18,9	50,2	23,2	100
24. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre lo que hará el próximo día?	2,7	18,2	40,7	22,2	16,2	0	1,7	15,8	46,8	30,6	100
25. ¿Le habla a su hijo/a sobre los valores de la familia?	1,3	17,2	39,4	22,9	19,2	0	3,7	16,8	42,8	31,6	100
26. ¿Conversa con su hijo/a sobre cuáles son sus metas?	1,0	21,2	40,1	20,9	16,8	0	3,4	17,2	43,1	31,3	100
27. ¿Lo apoya para poder lograr sus metas?	1,3	11,1	43,8	23,2	20,5	0	3,0	16,2	38,4	37,4	100
28. ¿Le pregunta cómo le va en la escuela?	0	12,5	37,4	23,9	26,3	0	1,7	16,8	38,4	38,0	100
29. ¿Lo escucha cuando quiere hablar con usted?	0,3	11,4	43,8	25,6	18,9	0	3,0	12,5	40,7	38,7	100
30. ¿Le pregunta su hijo/a que hace durante su tiempo libre?	1,3	13,5	43,1	25,9	16,2	0	2,4	9,4	40,4	42,8	100
31. ¿Le pregunta sobre sus amigos y compañeros de clases?	2,0	13,1	43,4	25,6	15,8	0	2,4	9,4	38,0	45,1	100
32. ¿Antes de que su hijo/a salga, le pregunta con quien va a salir, a donde piensa ir y a qué hora va volver?	3,0	11,1	39,4	18,5	27,9	0,3	2,4	7,7	37,4	47,1	100
33. ¿Le pregunta su hijo/a quienes son los padres de sus amigos, donde viven?	3,4	15,5	38,4	23,2	19,5	0	2,7	7,4	40,1	44,8	10
34. ¿Le pregunta a su hijo/a sobre sus tareas, exámenes o trabajos prácticos?	1,7	10,4	38,4	22,2	27,3	0	2,7	9,1	35,4	47,8	100
35. ¿Le pregunta a su hijo/a acerca de su relación con sus compañeros y profesores de clases?	2,0	14,5	36,7	22,2	24,6	0	2,4	10,1	33,7	48,8	100
36. ¿Discute o pelea con su hijo/a, siempre que no está de acuerdo en algo?	3,7	12,1	52,9	19,2	12,1	0	2,7	11,1	36,4	44,8	100

Fuente: Elaboración propia con base en el Programa “Familias fuertes”.

La comunicación en la familia es muy importante, puesto que donde no la hay fracasa en algunos ámbitos, sobre todo con los hijos e hijas. Los padres deben tener siempre presente que la buena comunicación familiar, aparte de fortalecer el compañerismo entre sí, es muy importante para que exista unión y mayor afecto.

El Programa “Familias fuertes” busca promover la comunicación en la familia y la confianza que muchas veces está disipada.

La buena comunicación es aquella sana, constructiva, fluida. Abre las puertas, facilita las relaciones interpersonales y con uno mismo. El significado y la autenticidad que se da a las palabras, como las combinamos, qué energía le ponemos a lo que decimos y cómo escuchamos construirán el diálogo. La comunicación profunda y auténtica, basada en el mutuo respeto, es terapéutica, la palabra tiene ese poder sanador.

Con el Programa se obtuvieron resultados muy buenos. Pasaron al nivel positivo de las opciones Siempre y Muchas veces.

El **83,2%** (suma obtenida de 40,4 y 42,8 %) de los padres indicó que pregunta a su hijo/a “Muchas veces o Siempre” qué hace durante su tiempo libre. Esta es una manera de expresar interés por la otra persona.

Se observó también la disminución de la opción Nunca, ello indica que los padres ya no expresan indiferencia y quieren mantener una buena relación con sus hijos e hijas.

Un **47,1%** de las respuestas que dieron los padres estuvieron circunscritas a su interés por sus hijos e hijas. En tanto, el **37,4%** respondió que A veces. Esto quiere decir que lo que antes no les parecía muy importante ahora es un tema de conversación en familia. Por ejemplo, el preguntar con quién pasará la tarde, quiénes son sus amigos, qué hará en su tiempo libre son maneras comunicativas de promover la unión familiar.

Cuadro N°14: Percepción: área 1

Cuadro N°15: Percepción: área 2

	PRE TEST					POST TEST					Total
	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	Nunca	Casi nunca	A veces	muchas veces	Siempre	
AREA N°5	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
37. Fumar cigarrillos	9,4	20,2	34,7	21,2	14,5	1,0	1,7	25,6	49,2	17,5	100
38. Tomar alcohol	8,4	17,5	36,4	22,6	15,2	1,0	3,0	22,6	50,5	17,8	100
39. Usar drogas	10,1	20,9	33,3	19,5	16,2	0,7	3,0	22,6	46,1	22,6	100
40. Unirse a una pandilla	10,4	18,2	36,7	18,9	15,8	0,7	3,4	20,2	40,1	30,6	100
41. Pelear en el colegio	7,4	17,8	36,4	18,9	19,5	0,3	3,4	17,5	38,4	35,4	100
42. Tener relaciones sexuales a corta edad	29,6	16,8	25,9	15,2	12,5	1,3	1,7	29,3	45,1	17,5	100
43. Tener un(a) enamorado(a)	22,9	15,5	31,0	16,5	14,1	1,3	1,7	25,6	48,5	17,8	100
44. Abandonar la escuela o dejar de estudiar	22,2	16,8	26,9	17,8	16,2	1,3	1,7	25,3	47,5	19,2	100

	PRE TEST					POST TEST					Total
	Estoy seguro que no	Creo que no	No se	Sospecho que si	Estoy seguro que si	Estoy seguro que no	Creo que no	No se	Sospecho que si	Estoy seguro que si	
AREA N°6	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
45. Fumar cigarrillos	36,0	32,0	22,9	8,4	0,7	64,0	16,8	4,4	8,4	1,3	100
46. Tomar alcohol	37,4	31,6	20,2	9,1	1,7	61,6	17,5	4,4	10,1	1,3	100
47. Usar drogas	42,1	30,3	22,6	4,4	0,7	72,1	16,5	4,7	0,7	1,0	100
48. Se ha unido a una pandilla	44,1	31,3	19,2	5,1	0,3	73,1	15,2	4,4	1,3	1,0	100
49. Pelea en el colegio	32,7	32,3	25,6	7,4	2,0	57,9	14,8	10,8	4,4	7,1	100
50. Tiene relaciones sexuales a corta edad	38,0	31,3	25,6	3,7	1,3	67,3	18,2	5,7	2,4	1,3	100
51. Tiene un(a) enamorado(a)	30,6	25,3	29,0	10,1	5,1	33,0	22,6	13,8	15,8	9,8	100
52. Desea abandonar la escuela o dejar de estudiar	42,8	27,6	23,9	4,0	1,7	76,4	14,1	2,0	0,7	1,7	100

Cuadro N°16: Percepción:

PRE TEST					POST TEST					
Agrada	Agrada	Indife	Moles	Moles	Agrada	Agrada	Indife	Molesta	Molesta	total

	ría mucho	ría algo	rente	taría mucho	taría algo	ría mucho	ría algo	rente	ría mucho	ría algo	
AREA N°7	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
53. Fumar cigarrillos	0,7	1,7	6,4	30,0	61,3	0	0,3	2,4	21,2	71,0	100
54. Tomar alcohol	0,7	1,0	6,1	30,6	61,6	0	0	2,0	21,5	71,4	100
55. Usar drogas	0	2,0	3,0	25,3	69,7	0	0	0	20,5	74,4	100
56. Se ha unido a una pandilla	0	1,7	3,4	26,6	68,4	0	0	0	17,8	77,1	100
57. Pelea en el colegio	0	1,7	8,1	30,3	59,9	0	0,3	2,0	19,9	72,7	100
58. Tiene relaciones sexuales a corta edad	0,7	1,3	3,7	30,3	64,0	0	0	3,0	19,2	72,7	100
59. Tiene un(a) enamorado(a)	4,4	10,4	11,1	35,7	38,4	0,7	2,0	9,4	44,1	38,7	100
60. Desea abandonar la escuela o dejar de estudiar	1,0	1,3	3,0	22,9	71,7	0	0	0,7	17,2	77,1	100

Las conductas de riesgo en la adolescencia contribuyen a las principales causas de morbimortalidad de esta etapa.

Es importante que los padres estén informados sobre todo tipo de conductas de riesgo, así como también es necesario que transmitan su conocimiento a sus hijos e hija y encontrar momentos, modos de hablar.

“Familias fuertes” es un Programa que tiene como base fundamental evitar conductas de riesgo, por lo cual es muy importante evaluar si ha sido útil.

Los resultados indican que actualmente los padres ocupan con más frecuencia parte de su tiempo para hablar con sus hijos sobre alcoholismo, drogadicción, pandillas, etc.

El **50,5%** de los padres dijo que hablan Muchas veces con sus hijos e hijas sobre temas de alcoholismo en comparación a un **36,4%**, que afirmó hacerlo de vez en cuando.

Se pudo observar, igualmente, en el postest que existe seguridad en los padres porque creen que sus hijos e hijas no están en riesgo de conductas como bebidas alcohólicas, drogas, relaciones sexuales, etc.

Para lograr tal seguridad se requiere de una gran confianza y los padres lograron entender que es necesario mantener un diálogo abierto y sincero con los hijos e hijas para poder llegar a profundizar en temas importantes.

En el último cuadro del cuestionario se puede notar que aún se mantiene un desagrado hacia la mayoría de las conductas de riesgo.

Es importante mencionar que gracias al Programa, los padres lograron darse cuentas que además de su desagrado hacia estas conductas es importante demostrar el apoyo a los hijos e hijas, brindándoles tiempo e información.

Es importante mencionar que respecto a tener un enamorado, los padres no mostraron mayoritariamente desagrado. Se mantuvieron de manera similar en el pre y postest.

6.4 Aporte institucional

Realizar un cortometraje con testimonios de padres participantes en el Programa “Familias fuertes- Amor y Límites” en la presente gestión.

Para dar cumplimiento al objetivo cuatro de la práctica institucional, la facilitadora hizo filmaciones y tomó fotografías durante el transcurso de las sesiones del Programa “Familias fuertes con el fin de poder crear un cortometraje.

Se hicieron filmaciones a todos los grupos con los cuales se trabajó.

El cortometraje intentará reflejar la experiencia vivida, tanto de padres, madres, familias en conjunto como profesores y tutores participantes del taller.

Capítulo VII

Conclusiones y recomendaciones

7.1 Conclusiones

Al objetivo 1: “Diagnosticar en los padres de familia la relación y actitudes hacia el entorno familiar a través de un pretest”.

El objetivo de la aplicación del instrumento pretest, fue conocer el nivel de relación familiar, la comunicación en familia, la manifestación de afecto, el cuidado y afecto que existía en familia, el control, cuidado y protección que los padres brindan a sus hijos.

Con los resultados obtenidos del pretest se llegó a la conclusión que si bien hay comunicación ocasional entre las familias asistentes al Programa, esta no cumple su función de efectividad.

La comunicación se encuentra en deuda en algunos aspectos, puesto que la mayoría de los padres desconocen o no tienen seguridad de lo que sus hijos hacen durante el día, o lo que hicieron el día anterior. Los porcentajes obtenidos del pre test indican que esto se debe a que la mayoría de los padres no dedican el tiempo suficiente a sus hijos y carencia de actividades recreativas en familias.

Hubo un importante porcentaje de padres que informaron sobre la falta de afecto. Estos muchas veces se mostraron alejados de sus hijos; aunque quizá no fue un número elevado, pero algunos indicaron que no tenían ninguna muestra de afecto con sus hijos e hijas.

En cuanto al eje de afecto y cuidado los padres señalaron que estas manifestaciones se dan, pero de forma esporádica, es decir “a veces” se preocupan por las ideas de sus hijos.

Otro punto importante, que se pudo observar fue que si bien existen reglas establecidas en el hogar, muchas veces no son explicadas ni cumplidas. En consecuencia la sanción correspondiente no se hacía cumplir.

Al objetivo 2: “Implementar el Programa, a través de estrategias que permitan mejorar la comunicación y relación familiar con la finalidad de evitar conductas de riesgo”.

Durante el desarrollo del Programa se utilizó la metodología activo-participativa, la cual facilitó la dinámica de aprendizaje y discusión de los temas con los padres.

El programa de prevención se realizó a través de siete sesiones, divididas en dos módulos; sesión con padres de familia y sesión familias fuertes.

Cada grupo fue muy diferente, algunos muy participativos opinaban y tenían bastantes preguntas. Otros grupos eran bastantes tímidos, hubo grupos donde sus integrantes eran más de 40 y otros en donde solo asistían diez personas.

Los objetivos planteados en cada actividad cumplieron su fin, pudiendo observarse un cambio de pensamiento por parte de los padres, durante las sesiones pudieron expresar sus sentimientos, emociones, ideas y opiniones que sirvieron para enriquecer las actividades.

Las actividades que obtuvieron mayor éxito fueron las de la sesión “familias”, se notó mayor emoción, por parte de los padres como de sus hijos e hijas. Fue la parte del programa que tuvo mayor éxito con actividades divertidas para fomentar de esa manera una mayor complicidad entre padres e hijos.

Al objetivo3: “Evaluar el impacto del programa a través del post test”.

Los resultados obtenidos (anteriores y posteriores), se observó un notable cambio luego de la aplicación del Programa. Un cambio de forma positiva.

Se dio un aumento significativo en el sentido que los padres lograron expresar afecto a sus hijos e hijas, interesarse por el día a día de sus vidas, por su entorno y sus amistades. Se disminuyó o eliminó el desinterés, la indiferencia que se identificaban con la opción Nunca en el cuestionario del pretest.

Se produjo un mayor seguimiento a las normas y aplicaron sanciones al incumplimiento de los hijos e hijas.

Además se observó un cambio significativo en el monitoreo de los hijos, conversar sin censurar, demostrar empatía, conversar sobre los distintos tipos de conductas de riesgo, asimismo se evidencia un cambio en cuanto a establecer límites, sin necesidad de reprender.

Al objetivo 4: Realizar un video con testimonios de padres participantes en el programa “Familias fuertes-amor y límites” en la presente gestión.

Para cumplir con el objetivo número cuatro, se pidió a los padres de familia que al finalizar el programa familias fuertes (sesión siete) grabaran un pequeño video contando sus experiencias vividas durante las sesiones.

El objetivo de crear el video fue el de capturar momentos y experiencias durante las semanas del desarrollo de “familias fuertes”.

El video también esta conformados por fotografía tomadas de las actividades realizada por los padres.

7.2 Recomendaciones

A la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho”:

- Realizar y renovar convenios con las instituciones con las cuales se trabaja actualmente. También hacer convenios con nuevas instituciones con el fin de dar más oportunidades a estudiantes, que desean hacer práctica institucional.
- Como universidad, hacer programas en donde los estudiantes puedan brindar charlas educativas a familias, barrios, instituciones, etc. Como una manera de poder adquirir experiencias enriquecedoras.

A la institución:

- Publicar en redes sociales, televisión, los programas que ofrecen como institución para que las personas interesadas puedan hacer un voluntariado.
- Ampliar el número de practicantes que se recibe por años para dar más oportunidad a los estudiantes.

A la Facultad de la Carrera de Psicología:

- Renovar convenio con las diferentes instituciones para acceder fácilmente a la práctica institucional en ambas áreas.

A futuros facilitadores del Programa “Familias fuertes”:

- Controlar el tiempo de las sesiones para poder cumplir con todas las actividades propuestas en el Programa “Familias Fuertes”.

- Poder lograr una relación amigable con los padres y madres asistentes al taller, para crear un ambiente de confianza y participativo.
- En la sesión familia organizarse con el otro facilitador/a para poder dar la atención y la disponibilidad necesaria a las familias participantes.
- Conocer bien la metodología, los instrumentos, la teoría para manejar sin inconvenientes cada sesión.

A las unidades educativas:

- Que sigan abriendo las puertas a practicantes universitarios para poder realizar las prácticas.
- Que siempre se cuente con la superación de un responsable del establecimiento durante las sesiones.

A padres de familias:

- Seguir participando de programas preventivos, con entusiasmo puesto que todo lo aprendido servirá para afrontar las diferentes dificultades de la vida en cuanto a crianza y educación de sus hijos.