



El papel de la familia en el consumo recreativo de drogas

José Antonio Gómez Fraguela
Universidad de Santiago de Compostela
Facultad de Psicología

El empleo de distintos tipos de drogas por parte de los seres humanos no es un fenómeno nuevo. Sustancias como el alcohol en Europa; las hojas de coca en la cordillera andina; los derivados del cannabis en los países Árabes o el opio en el Extremo Oriente son conocidas y utilizadas desde la antigüedad. El problema de las drogas tal como hoy lo conocemos surge a finales de los años 60 y principios de los 70. Las razones que explican su aparición son múltiples, pero entre las principales habría que incluir: la “globalización del mercado de las drogas” que hace posible que, los individuos de muchas comunidades, puedan acceder a sustancias hasta entonces desconocidas en su entorno; la creciente importancia en nuestra sociedad de valores en los que se resaltan el individualismo y el hedonismo y la asunción por parte de algunos movimientos sociales muy importantes para los jóvenes de distintas épocas (por ejemplo el movimiento hippie en los años 70) del tema de las drogas como elemento identificativo.

Esto, unido a otros importantes cambios sociales que se han producido en España en los últimos años, ha hecho que la realidad del consumo de drogas haya cambiado considerablemente en pocos años. Hasta los años 70 en nuestro país el consumo de drogas se limitaba al uso del tabaco y el alcohol que, salvo en contadas ocasiones, no solía ser visto como problemático. Ese uso era realizado mayoritariamente por varones adultos y en el caso del alcohol tenía lugar dentro de unos hábitos gastronómicos o costumbres culturales muy bien asentadas (consumo de vino en las comidas, fiestas populares, etc.). Pero con la aparición en el mercado de sustancias culturalmente “extrañas” y la incorporación a esos consumos de los jóvenes y las mujeres esa integración cultural ha desaparecido y la realidad ha cambiado considerablemente. El tabaco y el alcohol siguen siendo las sustancias más consumidas por los Españoles como se evidencia de los datos recogidos por las encuestas promovidas por el Observatorio Español sobre Drogas. En concreto, en la Encuesta Domiciliaria sobre el Uso de Drogas realizada en 1999 se observa como el 39’8 de las personas de entre 15 y 65 años ha consumido tabaco en los últimos treinta días, elevándose ese porcentaje al 61’7% cuando se pregunta por el alcohol. El resto de las sustancias sigue presentando un consumo minoritario, aunque algunas sustancias se van introduciendo poco a poco en los hábitos de los españoles. Así, el cannabis es la más popular con un 19’5% de personas que lo han probado alguna vez en la vida, seguida a gran distancia por la cocaína con un 3’1%, el éxtasis con un 2’4% y los alucinógenos con un 1’9%.

Edita

Confederación Española de
Asociación Española de Padres de
Alumnos (CEAPA).

Autores

Juan Carlos Diezma

Coordinación

María Teresa Pina Ledesma,
Fernando Vélez Álvarez,
Ginés Martínez Cerón
Pablo Cortázar Díaz

Administración, suscripciones y publicidad

CEAPA. Puerta del Sol, 4 6º-A
28013 MADRID
Tlf. 91 701 47 10 Fax 91 521 73 92

Realiza

ROELMA
Deposito legal: M-10221 - 1998
Edición: 11.500 ejemplares

ceapa@ceapa.es
www.ceapa.es

CEAPA ES UNA ENTIDAD DECLARADA
DE UTILIDAD PÚBLICA

Cuando se analizan estos datos teniendo en cuenta el sexo y la edad de los sujetos que las contestan se observa claramente el cambio de tendencia. En el grupo de personas de entre 40 y 65 años un 35'1% de los hombres fuman diariamente, reduciéndose ese porcentaje al 20% en las mujeres. Sin embargo en el grupo de 15 a 19 años esa tendencia se invierte, siendo más las mujeres que fuman diariamente (un 23'5% frente a un 18% de varones). Algo similar ocurre con el alcohol. En el grupo de 40 a 65 el 74'5% de los hombres habían probado el alcohol durante el último mes, reduciéndose ese porcentaje a un 50'7% en las mujeres. Esas diferencias se hacen mínimas cuando hacemos la comparación en el grupo de 15 a 19 años, donde el 54'9% de los varones y el 50'9% de las mujeres habían bebido durante el último mes. Esas tendencias también se observan para otras sustancias. Sirvan de ejemplo los casos del cannabis, el éxtasis y la cocaína que se presentan en la tabla 1.

Tabla 1: Consumo “alguna vez en la vida” de distintas sustancias

| | | Hombres | Mujeres |
|-----------------|------------|----------------|----------------|
| Cannabis | 15-19 años | 21'1% | 21'6% |
| | 40-65 años | 12'5% | 4'6% |
| Éxtasis | 15-19 años | 3% | 4'1% |
| | 40-65 años | 0'8% | 0'2% |
| Cocaína | 15-19 años | 2'2% | 2'7% |
| | 40-65 años | 1'5% | 0'9% |

Fuente: DGPNSD. Observatorio Español sobre Drogas

Pero el cambio en la realidad del consumo no sólo se produce a nivel cuantitativo. También parece que se ha dado un cambio cualitativo. Los datos apuntan a que el consumo de alcohol y otras drogas entre los jóvenes se concentra fundamentalmente en los fines de semana. En el año 2000, el 42'9% de los estudiantes entre 14 y 18 años que consumieron alcohol en el último mes, lo hicieron exclusivamente durante el fin de semana. Otro dato que resalta la importancia del consumo de fin de semana lo encontramos al comparar la cantidad media de alcohol puro consumida durante los días laborables y durante los fines de semana (12'2 cc. frente a 186'8 cc. respectivamente según la

encuesta escolar de 1998). Estos consumos suelen realizarse en espacios públicos (discotecas, bares pubs, la calle), caracterizándose en el caso del alcohol por la ingesta de grandes cantidades en cortos períodos de tiempo, lo que conlleva frecuentes episodios de embriaguez entre los consumidores (un 39'7% de los estudiantes afirman haberse emborrachado alguna vez y el 20'6% dicen haberlo hecho alguna vez durante el último mes). Además, a diferencia de los adultos, para quienes las bebidas preferidas son el vino y la cerveza, en el caso de los jóvenes se muestra cierta predilección por los combinados. En concreto, según los datos de la encuesta escolar del 2000, los combinados/cubatas son las bebidas consumidas en mayor proporción en los últimos 30 días (el 47,3% lo consumió), seguidos de la cerveza/sidra (30'5%) y los licores de frutas (25'8%). Aunque existen diferencias en el consumo de días laborables o de fin de semana. Los días laborables la bebida más utilizada es la cerveza, siendo desplazada a un segundo plano por los combinados durante el fin de semana.

La mayoría del consumo actual de los jóvenes se relaciona con el tiempo libre y las actividades de ocio. De hecho la dimensión lúdica es referida por la mayoría de los que consumen para justificar el uso de las distintas sustancias. Por ejemplo, en la encuesta escolar del 2000, la diversión y el placer era mencionada como motivación para el consumo del alcohol en el 58'5% de los casos, siendo ese porcentaje del 21'4% para el cannabis, del 45'7% para la cocaína y del 41'3% para el éxtasis. Para estas dos últimas sustancias, además de la diversión, también se menciona como motivación para consumir el bailar (en un 20'4% para la cocaína y un 19'6% para el éxtasis).

El problema del uso recreativo de las drogas


Durante años el problema de las drogas se ha visto como algo relacionado con la posibilidad de generar dependencia. Con este término se quiere hacer referencia a un patrón compulsivo de consumo difícil de controlar que desencadena en las personas el desarrollo de tolerancia a las sustancias (necesidad de consumir cantidades cada vez mayores para llegar a experimentar las mismas sensaciones sentidas con los primeros consumos) y la apa-

rición de un síndrome de abstinencia que causa malestar y deseos de volver a consumir tras períodos más o menos prolongados sin haberlo hecho.

El poner el énfasis en la dependencia ha hecho que la imagen social del drogodependiente se asociara al estereotipo de heroinómano. En este sentido el drogadicto se ha visto como una persona que consumía drogas “ilegales”, que era incapaz de controlar su uso, que se veía impulsado a realizar actividades ilegales para mantener su consumo y que, poco a poco, iba cayendo en una degradación física, psicológica y social difícil de superar. Pero aun admitiendo que el problema de la droga se limitase a la dependencia, esta imagen no es real. No son las sustancias ilegales las únicas capaces de causar dependencia. De hecho la sustancia que genera mayor número de adictos es el alcohol, siendo el número de alcohólicos muy superior al de drogodependientes causados por el conjunto de todas las otras sustancias. Además, existe un buen número de sustancias “ilegales” con escasa capacidad adictiva (por ejemplo, el cannabis, el LSD, las anfetaminas) que, si el único problema fuese la dependencia, no deberían despertar preocupación en la sociedad.

El concebir el problema de las drogas limitado al tema de la dependencia ha hecho que, al hablar del consumo recreativo de drogas, pareciera como si nos estuviésemos refiriendo a un consumo no problemático. Pero esto es un grave error. El problema de las drogas, además de la dependencia, también debe considerar otros conceptos como el abuso de las sustancias o la intoxicación por su consumo. El concepto de abuso de drogas es un término genérico que hace referencia a un patrón de consumo continuado que acarrea importantes problemas para los individuos relacionados con el incumplimiento de sus obligaciones a nivel laboral, escolar o familiar; con la aparición de problemas de tipo legal; con el empleo de las sustancias en situaciones en las que hacerlo puede acarrear riesgos físicos evidentes como por ejemplo en situaciones en las que se debe conducir o pese a la existencia de problemas de salud relacionados con ese consumo.

Gran parte del consumo recreativo del alcohol y otras sustancias debe ser considerado abusivo ya que puede tener graves consecuencias. Analicemos el caso del alcohol. El 28'5% de los adolescentes que beben reconocen haber sufrido algún problema derivado de ese consumo. Entre los más habituales destaca el haber tenido algún problema de salud; las discusiones con amigos y problemas familiares; problemas de tipo económico y el verse envuelto en peleas y agresiones



físicas. En el caso de otras sustancias como la cocaína o el éxtasis, dos de las más empleadas con fines recreativos, también se citan problemas a la hora de conciliar el sueño (en el 33'9% de los que consumen cocaína y en el 35'7% de los consumidores de éxtasis).

Pero además, una gran parte del consumo recreativo produce intoxicaciones a los individuos que las toman. Esto es así porque el patrón de uso se caracteriza por el consumo de grandes cantidades concentrado en períodos de tiempo cortos, que no permiten que el organismo metabolice las sustancias con la suficiente rapidez. La relevancia de estas intoxicaciones puede pasar desapercibida si no se tienen en cuenta las importantes complicaciones físicas que pueden ocasionar y que, en muchas ocasiones, necesitan de atención médica como queda de manifiesto durante muchos fines de semana en la mayoría de los servicios de urgencias de los hospitales.

Otros problemas no menos importantes relacionados con el consumo recreativo se deriva del hecho de que los efectos de las sustancias, en muchas ocasiones, convierten a los individuos en imprudentes, haciendo que se comporten de forma irresponsable y asumiendo riesgos que en condiciones normales no se correrían. Baste citar como ejemplo la importancia que esos consumos pueden tener a la hora de explicar el establecimiento de relaciones sexuales arriesgadas. No hace falta apuntar la importancia que los jóvenes le conceden al sexo. En los contextos recreativos, cuando se consumen drogas y se mantienen relaciones bajo sus efectos, aumenta la probabilidad de hacerlo sin tomar las debidas precauciones, incrementándose enormemente el riesgo de que se produzcan embarazos no deseados o contagios de enfermedades de transmisión sexual.

Otro tema sería el de los accidentes de tráfico, cuya relación con el uso de drogas es incuestionable. En el caso del alcohol, el 15'5% de los estudiantes analizados en la encuesta escolar del 2000 admiten que durante el último año, han conducido o se han subido con alguien que conducía un vehículo de motor bajo los efectos del alcohol. Este hecho, unido a la necesidad que tienen los adolescentes de desplazarse para ir a los lugares de marcha y al hecho de que esos desplazamientos se produzcan habitualmente a altas horas de la madrugada (más del 50% de los adolescentes suelen regresar a casa después de las 2 de la madrugada) tiene unas consecuencias trágicas. Los accidentes de tráfico

representan la primera causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 24 años, habiendo estudios que apuntan a que el alcohol y el consumo de otras sustancias pueden estar presentes en casi la mitad de los accidentes que se producen.

Lo dicho debería ser motivo suficiente para que se le conceda la importancia que tiene al uso recreativo de drogas, desterrando así la idea de que este patrón de consumo es menos preocupante que otros. Pero si todas estas razones no parecieran suficientes, aún podríamos mencionar otra. Nos estamos refiriendo a la propia naturaleza del fenómeno del consumo de drogas.

El fenómeno del abuso de drogas

El consumo de drogas es un fenómeno que no aparece de la noche a la mañana, sino que es el resultado de un largo proceso de desarrollo. Para llegar a comprender a lo que nos estamos refiriendo al hablar de abuso de drogas es necesario que se tenga en cuenta la naturaleza del fenómeno. Para lograrlo es necesario considerar, cuanto menos, tres dimensiones estrechamente relacionadas con él. Nos estamos refiriendo a la edad de los sujetos, el patrón de consumo de las sustancias y el tipo de sustancia consumida.

En cuanto a la edad de consumo existen claras diferencias en función de que una persona consuma una sustancia a una edad u a otra. A muy pocos les parecería preocupante que un joven de 25 años tomase una copa de vino de vez en cuando, sin embargo, cuando ese mismo consumo es realizado por un niño de 10 años, la valoración es totalmente distinta. Cuando nos referimos al patrón de consumo, estamos considerando un amplio conjunto de variables que ayudan a cualificar el consumo. Entre ellas se encuentra la frecuencia de uso, la cantidad consumida en cada ocasión, el contexto en el que se produce el consumo, etc.. El consumo de forma ocasional y en pequeñas cantidades de una sustancia debe ser menos preocupante que un consumo de mayor intensidad y frecuencia. De la misma forma, para ciertas sustancias como el alcohol, el consumo dentro de un contexto social y en compañía de otros parece mucho menos preocupante que su uso en solitario. La última dimensión a la que debemos hacer referencia es al tipo de sustancia. Es evidente que, bien sea por razones culturales o por la propia naturaleza de las sustancias, se debe tener en cuenta

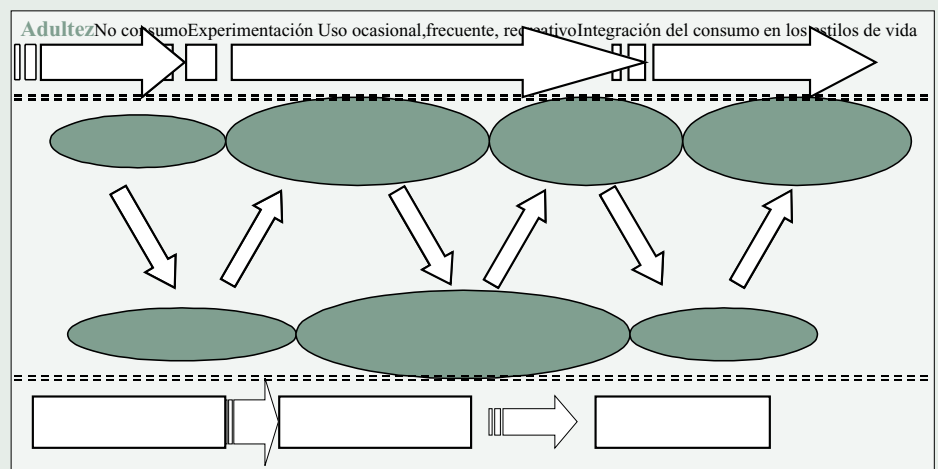




cierta graduación a la hora de hablar del problema de las drogas. El tabaco y el alcohol en nuestro contexto está ampliamente admitido, por lo que un uso moderado no suele provocar alarma, sin embargo, cuando nos referimos a otras sustancias como pueden ser el cannabis, la cocaína o el éxtasis, los consumos, aunque sean realizados de una forma muy puntual, sí que causan gran preocupación.

El fenómeno del abuso de drogas no aparece de forma espontánea, sino que es fruto de un proceso que, en la mayoría de los casos, tarda varios años en desarrollarse y que suele producirse en paralelo con el desarrollo del adolescente. Los investigadores son coincidentes en apuntar que un inicio temprano en el consumo de sustancias como el tabaco o el alcohol es uno de los mejores predictores de la aparición de problemas más graves en el futuro. En este sentido, no debemos hablar de un único problema con las drogas. Dependiendo de la situación, la sustancia y el momento evolutivo en el que se producen tendríamos distintos problemas. El uso recreativo de las drogas representa un momento más en el fenómeno del abuso de drogas. Dependiendo de la edad en que se produzca, del tipo de sustancia que se consuma o de la frecuencia o intensidad con la que se haga, podremos referirnos a él como algo problemático o no. En la figura 1 representamos esquemáticamente el modelo evolutivo del fenómeno del abuso de drogas expuesto en las líneas anteriores.

Gráfica 1: modelo evolutivo del abuso de drogas



El papel de la familia en la prevención del abuso de las drogas

Muchos han sido los estudios realizados para explicar el fenómeno del abuso de drogas. De ellos se deriva que esta problemática es un fenómeno complejo resultado de la influencia de múltiples factores de distinta naturaleza. Habría que considerar factores de naturaleza individual (falta de información sobre los efectos de las drogas, actitudes favorables hacia las mismas, inicio temprano en el consumo, una alta necesidad de buscar sensaciones, etc.), de naturaleza familiar (ausencia de unas adecuadas relaciones familiares entre los miembros de la familia, la existencia de actitudes familiares positivas hacia las sustancias y su consumo, la presencia de prácticas educativas inapropiadas, etc.), escolar (rechazo de los compañeros en los primeros cursos, baja vinculación con la escuela, la presencia de fracaso escolar), grupal (existencia de amigos consumidores, la presencia de normas grupales favorables al consumo) y comunitarias (normas permisivas hacia el consumo, accesibilidad a las sustancias o la existencia de un alto grado de desorganización social).

Desde la familia se puede hacer mucho por reducir el impacto sobre los jóvenes de esos factores de riesgo. Obviamente la influencia mayor se tiene sobre las variables de tipo familiar, pero existe amplia evidencia que apunta a que el desarrollo de un adecuado funcionamiento familiar, además de su valor como forma de reducir el riesgo, también juega un papel muy relevante a la hora de proteger a los jóvenes contra la influencia de otros factores de riesgo ajenos a la familia. La familia es el agente de socialización básico y su papel en el desarrollo de personas sanas y competentes, capaces de afrontar eficazmente los retos de la vida, es primordial. Es más, incluso nos atreveríamos a decir que el resto de las instituciones sociales juegan un papel complementario a la familia. Aunque en la sociedad en la que vivimos, debido al cambio en el modelo familiar y a las exigencias que la sociedad moderna impone, otras instituciones como la escuela juegan cada vez un papel más relevante. El cambio en el tipo de familia que se ha producido en los últimos años, pasando de la familia extensa, en la que existían fuertes relaciones entre los padres y los hijos con otras figuras como los abuelos, los tíos, etc. que servían de apoyo, a una concepción mucho más nuclear, en la que las familias están compuestas sólo por



los padres, las madres (en ocasiones sólo por ésta) e hijos, ha obligado a que se tengan que “delegar” ciertas tareas de la educación de los niños en figuras ajenas a la familia. Esta tendencia se ve incrementada por la necesidad con la que se encuentran muchas familias en las que el padre y la madre se ven obligados a trabajar fuera del hogar para salir adelante. Estas demandas sociales ocasionan una reducción en el tiempo y la atención que se le pueden prestar a los hijos y hace muy necesaria que la escuela o, en su defecto, otras instituciones de la comunidad, tengan que asumir nuevas responsabilidades que tradicionalmente no les correspondían.

Pero esta situación no debe llevar a las familias a delegar su responsabilidad en el proceso educativo de sus hijos. Si esto es verdad de forma general, también lo es en el tema de las drogas. No se debe esperar que sea la escuela u otros agentes sociales los que enseñen a nuestros hijos cómo se deben comportar ante las drogas. La familia debe asumir su protagonismo e impulsar desde su seno unas prácticas adecuadas que protejan a los jóvenes de las influencias que los ponen en riesgo de abusar de las drogas.

¿Cómo se puede lograr esto? La respuesta a nuestro entender no pasa por convertir a los padres y madres en “expertos” sobre drogas. Esto no lo consideramos necesario y además, sería inviable. Por otra parte, si algo ha quedado demostrado en los años de investigación sobre prevención del abuso de drogas es que la información sobre las drogas no garantiza la prevención de su consumo. La información puede ser necesaria, pero no es suficiente. La familia debe transmitir unas actitudes adecuadas sobre las sustancias; debe proporcionar apoyo emocional al adolescente; debe fomentar la vinculación positiva con él; debe supervisar su conducta y como no, también debe promover el vínculo de sus hijos con otras instituciones convencionales de la comunidad como la escuela y promover, a través de su acción social, que esas instituciones colaboren en la labor de crear jóvenes más resistentes y saludables.



El programa Construyendo Salud¹



Con esta filosofía, un equipo de investigadores de la Universidad de Santiago preocupados por la prevención de los problemas de conducta en la adolescencia, llevamos trabajando varios años en el desarrollo de un programa de prevención. Nuestros esfuerzos iniciales se centraron en el desarrollo y evaluación del programa escolar “Construyendo Salud”, aplicándolo repetidamente en distintas localidades del territorio Español y en comunidades de algunos países latinoamericanos y obteniendo resultados muy positivos. Pero conscientes del papel fundamental que los padres y madres deben tener en la tarea preventiva, hemos venido esforzándonos en los últimos años por desarrollar también un componente familiar.

Si bien el planteamiento de origen del componente familiar era reforzar la intervención escolar, en su desarrollo se ha intentado ir más allá. Así, además de fomentar la conciencia sobre la relevancia que el uso del tabaco o el alcohol puede tener en las primeras etapas de la adolescencia, con él se ha pretendido concienciar sobre la relevancia que ciertas prácticas educativas familiares tienen en las primeras etapas de la adolescencia y tratar formas en que éstas pueden ser mejoradas para adaptarse a los cambios que se producen en estas edades.

El principal objetivo de este componente es el de prevenir el consumo de drogas y la implicación en otras conductas problemáticas en las primeras etapas de la adolescencia. Centrándonos en los objetivos específicos podríamos hacer referencia a los siguientes:

Fomentar en los padres y madres la conciencia a cerca del problema que supone el inicio temprano en el consumo de tabaco y alcohol.

Reflexionar sobre los cambios asociados a la adolescencia y la necesidad de modificar el tipo de relación que se establece con los hijos

Identificar los patrones de comunicación que se establecen dentro de la familia y practicar algunas habilidades para optimizar la calidad de la comunicación

Analizar la forma de abordar los conflictos y decisiones familiares y aportar habilidades para afrontar estas situaciones eficazmente

¹ Aquellas personas interesadas en saber más sobre el programa “Construyendo Salud” pueden ponerse en contacto con el autor en la siguiente dirección de correo electrónico: pctonogf@usc.es

Fomentar el empleo de estrategias adecuadas para supervisar y controlar la conducta de los hijos, evitando su implicación en el consumo de drogas u otras conductas problemáticas.

A lo largo de esta intervención se van trabajando estos aspectos siguiendo las indicaciones de otros trabajos que han mostrado su validez para prevenir el consumo de drogas y la involucración en conductas problema. El objetivo final que se persigue es promover en los padres y madres una serie de habilidades que les permitan proteger a su familia de los factores de riesgo procedentes de otros contextos.

El material va dirigido a la población de padres y madres de alumnos de E.S.O. de edades comprendidas entre los 12 y 14 años (aunque puede ser aplicado también en los últimos años de la Educación Primaria). Las actividades están estructuradas para ser llevadas a cabo en pequeños grupos de unos veinte personas como máximo, siendo lo ideal aplicarlo en sesiones de hora y media o dos horas de duración, una o dos veces por semana. En el diseño del programa, al contrario de otras propuestas que pretenden abarcar una amplia variedad de temas, nosotros hemos preferido centrarnos en los más relevantes y concentrar los contenidos en cinco sesiones. Teniendo en cuenta el poco tiempo con el que cuentan los padres y madres después de atender a sus responsabilidades laborales y familiares, pensamos que ésta es la mejor opción. Aunque esto no impide que, una vez creado el grupo de padres y madres, si sus miembros están dispuestos a mantener más reuniones, no se pueda realizar tratando con mayor profundidad los temas propuestos.

El material que se utiliza en las sesiones ha sido editado por CEAPA y está compuesto por un Manual para el Guía del grupo y un Manual para los Padres y Madres. En el primero se detallan los objetivos que se pretenden conseguir a lo largo de la intervención y se describen minuciosamente el contenido de cada una de las sesiones y las actividades que se deben realizar en cada una de ellas (discusiones en grupo, práctica en pequeños grupos de las habilidades a entrenar, representación de situaciones de conflicto familiar reales...). Con él pretendemos que no tenga que ser un especialista el encargado de llevar el programa. En la experiencia acumulada con el programa hemos comprobado que los propios padres y madres, con una pequeña formación previa, pueden encargarse de realizarlo de una forma eficaz.



Por lo que respecta al Manual de Padres y Madres, en él se pretende aportar información sobre los distintos temas tratados en las sesiones y se proponen las actividades que deben ser realizadas por los y las participantes.

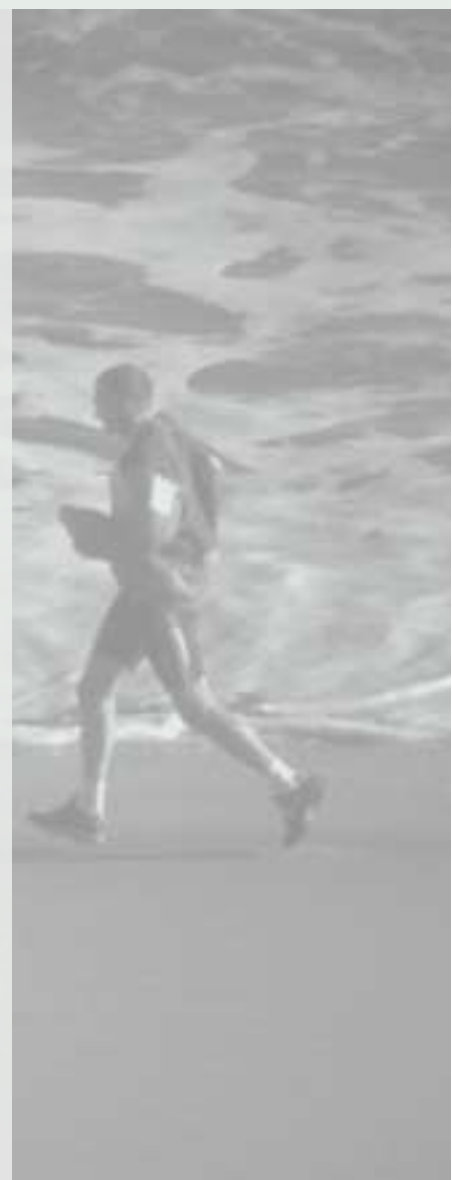
A lo largo de las sesiones del programa se pretende concienciar a los padres y madres sobre el papel que juega el inicio temprano en el consumo de tabaco y alcohol en el desarrollo futuro de problemas relacionados con estas y otras drogas. También se pretende promocionar en ellos habilidades relacionadas con la comunicación y con el manejo familiar que ayuden a prevenir el inicio temprano de estos consumos así como la aparición de otros problemas de conducta. Los contenidos de las sesiones se corresponden con los siguientes temas:

Presentación del programa

Se presenta el programa y se realizan algunas actividades dirigidas a crear un clima grupal adecuado. Posteriormente se pretende fomentar en los padres y madres una visión real de lo que es el problema de las drogas en la adolescencia. Para ello, tras reflexionar sobre lo que significa el concepto de droga y los tipos de sustancias que existen, se establece un debate sobre lo que es el problema del uso de drogas en la adolescencia y se presentan datos que ayudan a aclarar el tema. La sesión se finaliza analizando las principales variables relacionadas con la aparición del abuso de las drogas.

La adolescencia y los estilos educativos familiares

El segundo componente del programa se centra en comprender lo que representa la adolescencia para las personas y en resaltar la importancia de que el funcionamiento familiar se adapte a las necesidades de los hijos en esta etapa evolutiva. Al principio se plantea un debate sobre los principales cambios que se producen con la llegada de la adolescencia y las consecuencias que estos pueden tener para los hijos. Posteriormente se pretende hacer conscientes a los padres y madres de los principales estilos educativos familiares así como de su adecuación o no a la hora de favorecer el desarrollo saludable de los y las adolescentes. Para concluir se destaca el valor de un estilo educativo en el que se fomente el respeto mutuo, la participación activa de los hijos en la toma de decisiones que les afectan, el fomento de su responsabilidad a la hora de cumplir las normas familiares básicas y el fomento de la cooperación como estrategia de resolución de conflictos familiares.



Habilidades de comunicación

A lo largo de este componente se presentan y ponen en práctica una serie de habilidades básicas para favorecer una comunicación familiar adecuada. En primer lugar se plantea un debate sobre la importancia relativa que los padres y madres tienen frente a los amigos en la adolescencia, proponiendo la comunicación familiar como un recurso para atenuar la pérdida de influencia familiar. Posteriormente se llama la atención sobre la importancia de escuchar activamente a nuestros hijos y de comunicarnos con ellos de forma positiva. También se practican algunas habilidades para escuchar y comunicarnos de forma más positiva.

Habilidades para superar conflictos

El cuarto componente del programa se centra en trabajar con los padres y madres sobre la forma de afrontar los conflictos familiares. Se pretende enseñar principios adecuados para manejar estos conflictos sin que el clima familiar se deteriore y fomentando la responsabilidad por parte de los adolescentes. Se empieza enseñando un procedimiento para resolver los conflictos familiares en el que se fomenta la cooperación de las personas implicadas en la búsqueda de la mejor solución para todas las partes. Tras la práctica de este procedimiento, se debate sobre la mejor forma para el establecimiento de los acuerdos familiares y las habilidades necesarias para manejar las conductas de forma que se haga cumplir lo acordado.

El establecimiento de una posición familiar firme sobre las drogas

En este último componente se trata la posición que la familia debe adoptar ante el consumo de drogas. Antes que plantear posiciones dogmáticas, se pretende fomentar el debate dentro del grupo. Por otra parte se intenta aplicar todo lo aprendido en las sesiones anteriores explícitamente al tema de las drogas. Se empieza por debatir el papel que variables familiares como el modelado, las normas familiares y la supervisión de la conducta tienen sobre el comportamiento de los y las adolescentes. A partir de ahí se discute sobre cuál debería ser la posición familiar ante esas conductas y se resalta el valor que las distintas habilidades tratadas durante el programa para lograr el establecimiento de una postura familiar adecuada.



La propuesta que hacemos como responsables del programa “Construyendo Salud” es que este componente no se aplique de forma aislada, sino que se integre dentro de una actuación mucho más amplia que debería incluir el componente escolar del programa “Construyendo Salud” y el diseño y desarrollo de actividades extraescolares en las que se pudiesen implicar a toda la comunidad educativa. Para una adecuada aplicación es necesario también que el programa sea asumido como una tarea de toda la comunidad educativa. Para llegar a conseguirlo sería de mucha utilidad que dentro del centro educativo se crease una equipo de trabajo encargado de coordinar, supervisar y desarrollar las actividades del programa. La composición de este equipo debería garantizar la representación de todas las partes implicadas en la comunidad escolar para fomentar su apoyo a los esfuerzos realizados. La presencia de miembros del equipo directivo facilita el desarrollo de los componentes del programa y transmite al resto de los miembros de la comunidad el apoyo institucional al programa. El equipo de orientación, por su conocimiento técnico de los temas abordados en los distintos componentes del programa (conceptos psicológicos, técnicas de trabajo grupal, entrenamiento de habilidades, etc.), debe aportar el apoyo necesario para resolver las cuestiones técnicas que se pudiesen plantear. Los profesores y los padres y madres tienen un papel fundamental en el equipo al tener que asumir la mayor responsabilidad a la hora de realizar las actividades del componente escolar y del componente familiar. Por último no nos debemos olvidar de los propios alumnos que son los destinatarios últimos del programa y cuya participación en el equipo de trabajo debiera ayudar a que las actividades propuestas, especialmente las actividades extraescolares contactasen realmente con sus inquietudes e intereses.

