

INDICE DE CONTENIDOS

| | |
|---|-----------|
| 1. ¿ES LA ESCUELA LA RESPONSABLE DE LA PREVENCIÓN? | 2 |
| 1.1. ¿POR QUÉ PREVENCIÓN EN LA ESCUELA? | 2 |
| 1.2. FAMILIA Y ESCUELA. ¿UNA BUENA PAREJA? | 4 |
| 1.3. ¿DÓNDE ESTÁN NUESTROS LÍMITES? | 5 |
| 1.4. ¿Y NUESTROS OBJETIVOS? | 6 |
| 2. ¿QUÈ MÁS PODEMOS HACER? | 7 |
| 2.1. DESCUBRAMOS ALGUNAS HERRAMIENTAS | 7 |
| 2.2. CONSTRUYENDO UN DISCURSO PREVENTIVO EN LA ESCUELA: PLANES PREVENTIVOS DE CENTRO..... | 9 |
| 2.3. ¿INFORMAMOS? ¿FORMAMOS? ¿PODEMOS HACERLO TODO?..... | 10 |
| 2.4. ¿QUÉ DEBEMOS SABER SOBRE LAS DROGAS? | 13 |
| 3. NO ESTAMOS SOLOS | 14 |

1. ¿ES LA ESCUELA LA RESPONSABLE DE LA PREVENCIÓN?

1.1. ¿Por qué prevención en la escuela?

El profesorado conjuntamente con la familia son los principales referentes adultos que tiene el niño/a a lo largo de su proceso evolutivo.

La escuela no transmite únicamente conocimientos sino pautas educativas de relación y habilidades personales que ya de por sí tienen un fuerte componente preventivo. No podemos olvidar que los primeros contactos con las drogas se dan generalmente en situaciones de grupo y la escuela concentra a los grupos de iguales.

El grupo clase es un espacio idóneo para detectar algunos comportamientos de riesgo y a la par, desarrollar importantes factores de protección. El ritmo de la escuela exige a la persona unas condiciones (atención, concentración, ...) que si se ven afectadas en caso de producirse un consumo de drogas, de ahí que pueda detectarse dicho consumo con mayor facilidad.

La investigación en prevención de las drogodependencias confirma que existen una serie de situaciones, personales y/o sociales, que pueden predisponer a una persona a consumir drogas y a que este consumo pueda llegar a ser problemático. Estos factores se denominan **factores de riesgo**.

También se ha observado que determinadas condiciones pueden proteger a las personas, reduciendo la probabilidad de que algún día puedan tener problemas de consumo de drogas. Estos factores se denominan **factores de protección**.

Detectar y minimizar los factores de riesgo y, sobretodo, potenciar los factores de protección sería un objetivo fundamental de cualquier intervención.

Factores de riesgo escolar

Uno de los más destacados es el **fracaso escolar**, que puede ampliarse a bajo rendimiento escolar y dificultades para pasar de curso. Este riesgo es superior si se produce en los últimos cursos de primaria ya que con el paso a secundaria suele producirse un descenso del rendimiento durante los primeros meses a consecuencia del proceso de adaptación. El fracaso escolar no va necesariamente unido a baja capacidad intelectual. En muchos casos es consecuencia de bajo apego a la escuela, falta de habilidades personales y/o mala relación con los adultos.

El segundo factor en importancia es la **falta de apego a la escuela**, la falta de motivación, el absentismo y en muchos casos, el abandono temprano antes de finalizar los estudios.

El **tipo y tamaño de la escuela**, el barrio en el que se ubica, el tejido social y los recursos que la rodean. Una escuela muy grande puede tener más dificultades de control por parte del profesorado. A veces es más difícil conocer a los alumnos, identificar aquellos aspectos que conviene reforzar o los aspectos positivos que hay que potenciar. Un barrio con elevada presencia de consumo en la calle o alto índice de problemáticas sociales, con poco tejido asociativo y falta de recursos para adolescentes y jóvenes, comporta un entorno en el que los modelos de referencia que se presentan pueden dar una visión de la realidad negativa.

La **conducta antisocial** en edades tempranas (con importantes problemas de disciplina, agresividad hacia los demás, robos, maltrato deliberado de objetos y material escolar, enfrentamientos con los profesores...va en muchos casos paralelo al consumo de drogas.

1.2. Familia y escuela. ¿Una buena pareja?

El profesorado opina que las familias delegan cada vez más toda la responsabilidad educativa en la escuela, creen que su figura tiene cada vez menor reconocimiento social y que la colaboración entre familia y escuela es cada vez más escasa. Estas creencias provocan una sensación de desánimo y cansancio, especialmente en el profesorado de secundaria.

Si familia y escuela forman equipo, el resultado positivo está garantizado, compartir un mismo proyecto, ganar confianza y credibilidad, buscar estrategias para trabajar conjuntamente.

Las reuniones de inicio de curso son el espacio idóneo para comentar la programación del curso escolar y también para transmitir los mensajes de colaboración y co-responsabilidad. Puede ser un buen momento para explicar claramente a la familia la apuesta de la escuela por la promoción de la salud, invitándoles a participar y a reforzar en casa los mensajes que se transmiten desde la escuela.

Muchos padres y madres tienen dificultades para tratar estos temas en casa y si desde la escuela se trata como parte del curso, adquirirán una mayor confianza para también hablar en casa de ellos.

1.3. ¿Dónde están nuestros límites?

La tarea diaria con el grupo de adolescentes que a veces intentan ponernos contra las cuerdas, es difícil. Las distintas situaciones personales y familiares, los distintos niveles educativos, las actitudes hacia la escuela..El elemento en común puede ser el deseo de oponerse a las figuras de autoridad, característico de la etapa adolescente. A lo largo del día llegamos a plantearnos cuál es nuestro papel, especialmente en los momentos en los que surgen conductas de enfrentamiento o reto.

Es importante recordar siempre que estamos trabajando, sabemos que nuestro trabajo es vocacional pero es nuestro trabajo. Este rol profesional no tiene porque ser frío y distante, pero no debemos perderlo nunca, especialmente cuando el adolescente intenta llevarnos a su terreno.

A veces podemos pensar que una manera fácil de conectar con los alumnos sea la de acercarse como amigos o colegas. La amistad tiene también una parte de complicidad, de frente común ante el adulto, por tanto será difícil que el adolescente entienda que una persona a la que considera amigo o colega no le encubra ante algo que ha sucedido o pueda cuestionarle determinados comportamientos.

Nuestro rol de profesores/as nos protege, nos da autoridad ya que avala nuestros objetivos e intervenciones. Transmitir al adolescente cuál es la finalidad de nuestro trabajo y que para ello necesitamos su colaboración.

Los alumnos tienen tendencia a asociar el que un profesor/a le “caiga bien” a una mejor motivación por la asignatura. Nuestras limitaciones son claras ya que trabajamos en grupo y tenemos poco espacio para desarrollar un trabajo individual, por este motivo quizás no podamos profundizar en problemáticas ni por supuesto suplantar a la familia, pero si podemos comunicar al adolescente la responsabilidad con la que ejercemos nuestro trabajo.

1.4. ¿Y nuestros objetivos?

Con el nuevo curso se definen los objetivos curriculares que cada alumno deberá alcanzar. Estas metas tienen en cuenta el momento evolutivo y los resultados de cursos anteriores, pero también la asistencia a clase, la actitud y en general todas aquellas condiciones que posibiliten la adquisición de los nuevos aprendizajes.

Si observamos que uno de nuestros alumnos tiene dificultades visuales o auditivas, aunque no seamos oftalmólogos podemos detectarlas y saber cómo actuar, somos conscientes que dichas dificultades pueden interferir en los resultados académicos que todos esperamos y en el correcto desarrollo de las relaciones entre el grupo clase. El tema del consumo de drogas debería tener un planteamiento similar pues es una conducta de riesgo que interfiere en los objetivos de la escuela.

Es importante que el centro educativo defina un protocolo de actuación ante situaciones relacionadas con el consumo de drogas, que tenga en cuenta desde la sospecha a la detección de consumo dentro o fuera del centro, en horario escolar.

Este protocolo debería ser presentado a toda la comunidad educativa: profesorado, familias y alumnos/as. De esta forma todos/as se sentirán implicados en la tarea preventiva, evitando posturas de negación y enfrentamiento.

Si se detecta un consumo de drogas es importante que las medidas que adopte la escuela tengan un efecto preventivo, la expulsión sin más no garantiza una mayor reflexión, ya que en muchos casos y debido a situaciones laborales, puede faltar supervisión familiar en estos días que el alumno/a va a estar en casa.

Las medidas más efectivas son las que están directamente relacionadas con la conducta problema que las justifica. En este caso la medida más recomendable sería la de recibir apoyo y asesoramiento en un servicio especializado en atención a adolescentes consumidores y sus familias.

Es importante explicar claramente que no estamos tratando al alumno/a de drogodependiente, sino como persona de mayor riesgo para desarrollar en un futuro consumos problemáticos.

¿Y qué pueden pensar los compañeros/as de clase si no ponemos medidas más drásticas?

Los compañeros comprenderán perfectamente que la escuela no castiga un comportamiento de riesgo sino que aplica una medida orientada a la solución del problema.

Lo más efectivo es dar al adolescente consumidor el mensaje de que el consumo – que transgrede de forma manifiesta la norma y también la posibilidad de alcanzar sus objetivos de curso- puede estar avanzando hacia un problema ya que se está integrando en su día a día en actividades totalmente incompatibles, como el rendimiento académico, la capacidad de atención y concentración, la actitud participativa e implicada en clase y el respeto a la labor del profesorado.

2. ¿QUÉ MÁS PODEMOS HACER?

2.1. Descubramos algunas herramientas

Estrategias que pueden ayudarnos a mejorar la comunicación con nuestros alumnos/as.

Cuando preguntamos a los alumnos/as sobre aquellas personas que consideran de total confianza, casi nunca nombran a tutores y profesores. El motivo es el que piensan que se lo dirán a los padres. En este punto sería importante desmitificar el tópico relativo a que los adultos piensan siempre en castigar al adolescente. La comunicación entre familia y escuela garantiza la adquisición de los aprendizajes necesarios para desarrollar una vida autónoma y lo que puede parecer un inconveniente o un límite ahora, será una ventaja en el futuro que el adolescente siempre agradecerá. El adolescente capta perfectamente el interés del adulto en comprenderle, escucharle y ayudarle, aunque no le guste lo que oiga.

La coherencia de los mensajes que el adolescente recibe por parte de los adultos que le rodean, tiene un efecto multiplicador que los hace más creíbles y difícil de rebatir.

En el ámbito de la prevención de las drogodependencias el consenso y la coherencia se hacen doblemente necesarios. El conjunto del profesorado dispone de elementos para llevar a cabo la detección de un posible consumo y puede en el momento en que lo detecta intervenir con el alumno mostrando la realidad de lo que está. No es necesario afirmar nada que no hayamos visto, en muchos casos bastará con señalar las conductas que estamos observando, para que el adolescente lo relacione. Así evitará pensar que controla y que este consumo no produce en él/ella ningún efecto.

Anteriormente hemos señalado factores de riesgo relacionados con baja implicación y desmotivación. Sugerimos a continuación algunas ideas para tratarlos, aunque seguramente ya las habéis puesto en práctica, es importante seguir en la misma línea, a pesar de que los resultados no sean tan inmediatos como desearíais:

- Adecuar los objetivos a las capacidades reales de los alumnos/as
- Dar más importancia a lo que son capaces de conseguir que a los errores que han cometido.
- Valorar las capacidades personales más allá del rendimiento académico.
- Dar responsabilidades en trabajos en equipo.
- Reforzar las manifestaciones de autonomía.
- No hacer públicos los malos resultados, comentarlos en privado.
- Aceptarlos tal como son evitando comparaciones con otros compañeros, hermanos mayores, etc.
- Enseñarles a asumir sus fracasos. De los errores también se aprende.
- Haciendo que respeten las normas y los acuerdos sin cambiarlas cediendo a las presiones.
- No tomando decisiones que les corresponden.
- Redactando y acordando con todo el claustro las normas de disciplina imprescindibles, así como las sanciones correspondientes.
- Manteniendo una actitud lo más relajada y tranquila posible ante reacciones agresivas. Si entramos en una espiral podemos perder el control, somos

humanos y llegar a decir cosas que en realidad no pensamos y que más tarde pueden restarnos autoridad.

- Permitir que expresen sus ideas aunque no estemos de acuerdo con ellas. Tenemos muchos argumentos para avalar nuestra postura.
- Favorecer la autoevaluación de sus acciones y tareas.
- Favoreciendo la improvisación
- Admitiendo sus críticas cuando sean acertadas. Es importante contar como mínimo hasta cinco, antes de rebatir.

2.2. Construyendo un discurso preventivo en la escuela: PLANES PREVENTIVOS DE CENTRO

Es muy importante que el centro defina su política de promoción de la salud para lograr **Escuelas Saludables** i específicamente su **Plan de Prevención de las Drogodependencias** con participación de toda la comunidad educativa (familias, alumnado y profesorado).

¿Que es un Plan Preventivo de Centro (PPC)?

El PPC promueve la reflexión conjunta sobre la situación del centro respecto a los problemas derivados del consumo de drogas, ayuda a plantificar el tipo de intervenciones necesarias para la prevención y contribuye a la creación de un clima escolar saludable.

Objetivos del PPC

- Disponer de un modelo de intervención que permita crear un discurso interno de promoción de la salud y prevención de las con el que la mayoría de personas puedan identificarse.
- Favorecer la detección precoz, derivación a recursos especializados y seguimiento de alumnos en situación de riesgo y alumnos que han iniciado el consumo de drogas.
- Conseguir un clima escolar que promueva el desarrollo de actitudes y valores favorables a la salud, con la participación de toda la comunidad educativa.

2.3. ¿Informamos? ¿Formamos? ¿Podemos hacerlo todo?

El concepto de prevención en la escuela esta vinculado a la ejecución de programas y/o acciones universales, dirigidas al grupo clase. Los programas se llevan a cabo con participación de profesionales externos o es el propio profesorado el encargado de ejecutarlos. La aplicación de programas preventivos universales, requiere dedicación durante todo el curso escolar, para garantizar su efectividad

Aproximadamente un 50% del profesorado, ha recibido a lo largo de su vida profesional, alguna acción formativa específica en prevención de drogodependencias. La participación, generalmente es a título personal y/o en representación de la escuela, es más difícil que todo el claustro haya recibido formación

En relación a la normativa específica para consumo de drogas, observamos que suele estar poco desarrollada y es poco explícita en cuanto a situaciones y medidas a adoptar.

En la actualidad, la escuela esta sometida a múltiples presiones para que aborde un conjunto de problemáticas que afectan a niños/as y adolescentes, entre ellas el consumo de drogas. Tradicionalmente se ha considerado que ofrecer una sesión informativa podría ser una respuesta preventiva eficaz. Este tipo de intervenciones se basan en lo que la investigación ha denominado **modelo racional o formativo**, es decir, suponer que una información correcta sobre qué son las drogas y los peligros de su consumo lleva a los adolescentes a tomar la decisión racional de no consumir. Parte de la idea de que lo esencial es cambiar el conocimiento, objetivo que coincide con una de las prioridades de la escuela. No obstante en la conducta de consumo influyen factores de tipo emocional, que en muchos casos prevalecen sobre los aspectos racionales.

El modelo de influencias sociales o psicosociales surge de la psicología social (Evans,1976) y del aprendizaje social (Bandura,1986). Considera la existencia de tres factores de riesgo que deben contemplarse en el desarrollo de programas preventivos que resulten eficaces: factores ambientales, los de personalidad y los de tipo conductual.

La conducta de consumir o no consumir drogas se produce en un ambiente social que favorece o no dicho consumo. A mayor presencia de modelos favorables al consumo, mayor probabilidad de consumir. La prevención en este caso se orienta a proporcionar modelos de no-consumo o a reducir la accesibilidad mediante la promoción de recursos y/o actividades incompatibles con el mismo.

En relación a la personalidad, se debe tener en cuenta que el consumo cumple una función en la adolescencia, a causa de los conflictos que suele tener la persona en esta etapa de desarrollo. Esta en juego la búsqueda de identidad, la autonomía, la trasgresión, el desafío a la autoridad y la independencia frente al adulto y el sistema establecido.

La gestión adecuada de las situaciones de riesgo, las habilidades necesarias para controlarlas, la participación en actividades sin drogas, la aceptación de la normativa ejercen una función protectora, de ahí que para los programas preventivos basados en este modelo sea de gran importancia el aprendizaje de habilidades sociales.

Perry y Kelder (1992) indican siete componentes que caracterizan la orientación de los programas que basados en este modelo se aplican en la escuela para prevenir el consumo de tabaco, alcohol y derivados del cánnabis:

1. Identificación por parte del alumno/a de las consecuencias inmediatas del consumo de dichas sustancias (discutir y analizar las consecuencias que consideren relevantes)
2. El análisis de las razones por las cuales los adolescentes consumen estas sustancias.
3. Analizar que el consumo no tiene porque ser una conducta habitual en esta edad.
4. La importancia que da nuestra cultura a los modelos que se relacionan con el consumo (medios de comunicación, adultos, iguales..)
5. Las habilidades de resistencia a las influencias señaladas anteriormente.
6. Las repercusiones del consumo de estas drogas en las personas más cercanas (amigos, familiares, conocidos) y en la comunidad.
7. El compromiso público y personal de no consumir.

El modelo de habilidades generales es el modelo más reciente. Parte de la idea que es necesario entrenar a los adolescentes y jóvenes, no únicamente en habilidades específicas de rechazo ante la oferta de determinadas drogas, sino que además es necesario entrenarles en habilidades generales de la prevención de las drogodependencias. Se basa en la idea de la multiplicidad de causas. El objetivo principal es promover el desarrollo personal y las habilidades sociales cognitivas y conductuales de comunicación, afirmación personal y autoestima, para evitar que los adolescentes busquen en las drogas la compensación a déficits que puedan tener en estas áreas.

¿Qué otros componentes tienes la prevención?

El Siguiete Esquema muestra los componentes que pueden ayudar a desarrollar una prevención eficaz:

| | |
|--|---|
| 1. Cognitivo | Información sobre sustancias y riesgos asociados al consumo. Información sobre la prevalencia del consumo de las diferentes sustancias para desmitificar la percepción de qué es una conducta normal. |
| 2. Autoimagen y Superación | Como se forma la imagen que el adolescente tiene de si mismo. Desarrollo de un proyecto de autosuperación. |
| 3. Toma de decisiones | Desarrollo de una manera crítica de pensar. Aplicación del proceso de toma de decisiones. Reconocer tácticas persuasivas y estrategias publicitarias. |
| 4. Control emocional | Técnicas de afrontamiento de la ansiedad (Relajación, pensamiento positivo). |
| 5. Entrenamiento en habilidades sociales | Habilidades de comunicación, comportamiento asertivo, resistencia a la presión de grup. |
| 6. Ocio | Ocio saludable, alternativas de ocio para satisfacer la búsqueda de sensaciones. |
| 7. Tolerancia y Cooperación | Valor de la cooperación ,respeto al valor de las diferencias |
| 8. Intervención Familiar | Habilidades de comunicación familiar. Estrategias para establecer normas y límites, desde el potencial individual de los hijos/as. |

¿Cuáles son los principios básicos de un programa de prevención?

- Deben estar diseñados para reducir factores de riesgo y potenciar factores de protección.
- Deben abordar todas las drogas, alcohol, tabaco, derivados del cannabis, etc..
- Es importante que sean específicos para cada edad, adecuados a la fse evolutiva y sensibles a los aspectos culturales.
- Deben contar con recursos externos que faciliten la tarea del profesorado.
- Incluir técnicas de resistencia a la oferta de drogas, reforzando el compromiso personal de no consumo, incrementando la competencia social y afianzando actitudes críticas hacia el consumo de drogas.
- Utilizar métodos interactivos
- Ser diseñados a largo plazo
- Detectar los niveles de riesgo de la población de riesgo, a mayor vulnerabilidad, mayor esfuerzo.

¿Cómo podemos llevar a cabo la prevención?

Con motivación. Prevenir es posible y rentable, evitaremos problemas que necesitarían de un mayor número de recursos.

Con apoyo. El profesorado tiene recursos a su alcance, profesionales que pueden y quieren ayudarles, materiales evaluados que han demostrado su efectividad.

Con flexibilidad. Las posibilidades de hacer intervenciones preventivas son numerosas y siempre podemos encontrar la que se adapte a nuestras necesidades y a las de nuestra escuela.

Con confianza. No debemos ser expertos en el tema drogas, aunque tener formación básica puede ayudarnos a comprender mejor una realidad dinámica.

Con realismo. El consumo de drogas tiene un papel en nuestra sociedad. Puede que nuestro esfuerzo no sea suficiente, pero sin duda es necesario i en muchos casos puede ser el único punto de confrontación que reciba el adolescente y que por tanto le ayude a reflexionar.

Con participación. Un programa asumido por la mayor parte del profesorado es garantía de eficacia y continuidad. Familia y alumnos/as deben implicarse al mismo nivel.

2.4. ¿Qué debemos saber sobre las drogas?

Como a cualquier ciudadano, una información general puede ayudarnos a ampliar nuestros conocimientos y aclarar dudas o informaciones que procedan de fuentes poco fiables.

El fenómeno de las drogas es un tema dinámico, sometido a constantes cambios, nuevas sustancias, nuevas formas de consumo, modas, argot, investigaciones. Es muy difícil estar al día

A continuación presentamos algunas webs que ofrecen información exhaustiva y fiable. Algunas de ellas tienen secciones especialmente dedicadas al profesorado.

Webs d'interès

National Institute on Drug Abuse (Nida): www.nida.nih.gov

En español: <http://www.nida.nih.gov/NIDAEspanol.html>

Plan Nacional Sobre Drogas (PNSD) <http://www.pnsd.msps.es/>

- Guia “Drogas: Más información, Menos riesgo” del PNSD: <http://www.pnsd.msps.es/Categoria2/publica/pdf/dir.pdf>
- Publicaciones del PNSD: <http://www.pnsd.msps.es/Categoria2/publica/publicaciones/home.htm>

Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (Fad) www.fad.es

Observatorio Europeo de Drogodependencias: www.emcdda.org

Instituto para el estudio de las adicciones: www.ieanet.com

www.drogasycerebro.com

Versión en castellano, adaptada por El Instituto de Estudios para las Adicciones del material elaborado por el Instituto Jellinek de Amsterdam

3. NO ESTAMOS SOLOS

SIPS (Servicio Integral de Promoción de la Salud” que ofrece CEPS es un recurso que atiende adolescentes y jóvenes consumidores en diferentes situaciones de riesgo y también a sus familias. Su principal objetivo es la intervención precoz, con finalidad preventiva, y se dirige a personas que han iniciado el consumo de drogas, a personas que aún no lo han iniciado pero que se hallan en situación de riesgo y a personas consumidoras que por edad y historial de consumo no pueden considerarse drogodependientes.

Esta ubicado en el distrito del ensanche de la ciudad de Barcelona y tiene un acceso muy fácil, con dos líneas de metro (L5 i L4) autobuses: 43, 44, 15, 6, 34, 66)

CONTACTAD CON NOSOTROS

Tel: 93 476 51 22

Mail: ceps@ceps.e.telefonica.net