

Universidad siglo 21.



Trabajo Final de Grado - Plan de Intervención
Licenciatura en Psicología.

En escuela I.P.E.M. 193 José María Paz.

Autor: Ivan Bravo.

Legajo: psi03314.

Docente director: Mgter. y doctor. Rubén Pereyra.

Córdoba, Argentina.

Diciembre, 2020.

INDICE

Resumen.	3
Introducción.	4
Línea estratégica de intervención.	6
Resumen de la institución.	12
Delimitación del problema objeto de la intervención.	14
Objetivos.	18
Justificación.	19
Marco Teórico.	22
Capítulo I: Consumo problemático.	22
Capítulo II: Adolescencia y consumo problemático.	29
Capítulo III: Consumo, y las sustancias psicoactivas psicoactivas.	34
Capítulo IV: Plan de Acción.	45
Plan de Actividades.	46
Encuentro 1: “ Primer encuentro, presentación de los participantes, lineamientos, y desarrollo de la actividad”.	48
Encuentro 2: Una ventana a mirar que nos pasa.	49
Encuentro 3: Taller de Mindfulness.	51
Encuentro 4: Autoestima y, proyección.	52
Encuentro 5: Una hoja de papel.	55
Encuentro 6: nuestro tiempo en familia.	56
Diagrama de Gantt.	59
Presupuesto.	61
Evaluación.	62
Resultados esperados.	64
Conclusiones.	66
Referencias.	68
Anexo I.	72
Anexo II.	75
Anexo III.	76

RESUMEN

El presente Trabajo Final de Grado de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Siglo 21 propone un plan de intervención para el I.P.E.M. N°193 “José María Paz” de la Ciudad de Saldan, Provincia de Córdoba. Luego de realizar un análisis sobre la institución donde se ponía de manifiesto la necesidad de atender a la demanda del consumo problemático de sustancias en una población adolescente, alumnos de la mencionada escuela. En función de lo planteado surge en como intento de respuesta este abordaje, de plan de intervención, en donde se propone un modelo de prevención multidimensional, el cual abordara la temática mediante un dispositivo de taller vivencial - psicoeducativo. El taller tendrá una frecuencia de seis encuentros semanales, con el fin de que los alumnos adquieran herramientas, para identificar, registrar, y elaborar sus emociones, contar con información de calidad, generando fortalezas, y además propiciando así la auto-regulación, por defecto disminuir la vulnerabilidad. A si mismo esta intervención se hace extensible, involucrando a los padres de dichos alumnos fomentando así los factores protectores. Se plantearse un posicionamiento en pos de generar autonomía y un desarrollo crítico con respecto a la forma de relacionarse con el consumo y con el cuidado de sí mismos. Para finalizar cabe aclarar que se aborda la temática desde una postura de la promoción de la salud, que alimente factores protectores, e invita a una auto transformación desde este punto.

Palabras Claves: Adolescencia- Consumo Problemático- Prevención- promoción de la salud-abordaje multidimensional, auto-regulación emocional.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se lleva a cabo en el marco de la materia Seminario final de Psicología, con orientación clínica, de la Universidad Siglo 21. El mismo se llevara a cabo en la institución I.P.E.M. N° 193 “José María Paz”, ubicado en la localidad de Saldán, Córdoba, Argentina, y se trabajara con una población adolescente de las misma, y con sus respectivos padres.

El eje en torno al cual girara este trabajo será el del consumo problemático de sustancias psicoactivas es un fenómeno muy presente, complejo que está instalado en nuestra sociedad desde tiempos inmemoriales, generando daños y perjudicando a millones de personas en todo el mundo.

Esta problemática seleccionada se fundamenta en la importancia que tiene según se cree, generar diversos dispositivos para intentar atacar de distintos puntos a esta problemática tan arraigada en nuestra cultura, desde una posición de promoción y prevención de la salud.

Se cree fundamental detenerse a dimensionar aunque sea de soslayo los problemas que acarrea el consumo problemático de sustancias psicoactivas, para así entender la gravedad del asunto en cuestión.

Las sustancias psicoactivas tienen la capacidad de afectar diversas esferas de la vida del ser humano, tales como, desajustes neuroquímicos en el cerebro, alteraciones del humor, de la conducta pudiendo incurrir en conductas de riesgo para sí mismo y para terceros, acarrea a la vez problemas en el área vincular, familiar, y social, como así también múltiples problemas en la salud, entendida tanto como física, emocional, y cognitiva.

El trabajo que se desarrollara tiene lugar a partir de una demanda manifiesta de parte de la institución antes mencionada, la cual ha detectado y configurado como necesidad el dar respuesta a el consumo problemático de sustancia en estudiantes de la misma.

Un punto a destacar es el afrontar esta problemática desde la relación con los padres y cuidadores, ya que estos son vitales para el adolescente que se está constituyendo, así lo expresan algunos autores " La literatura destaca el importante rol de la familia en la sociedad, mientras su compleja realidad le acredita como entorno protector o de riesgo frente a situaciones relacionadas con la niñez y la adolescencia". (Mónica M. López-González Claudia P. et al). También, Gallego (2012) " señala la importancia de la familia como socializador primario y agrega que esta unión afectiva está mediada por reglas, normas o prácticas de comportamiento que complejizan su definición, comprender su realidad y sus constantes cambios sociales y culturales", o como lo afirma García (2013) discriminar como positivo o negativo las vivencias que se dan en su interior. (Gallego, H.A, 2012). La adolescencia representa una etapa muy movilizante, repleta de cambio, y en el cual este lucha por consolidar una identidad, como lo expresan algunos autores como Erikson" el quinto estadio se corresponde con la adolescencia y la tarea principal consiste en lograr la identidad del yo resolviendo la confusión de roles propia del período" .(Borinsky, Marcela ,2013). En consonancia agreeamos que "lo novedoso del aporte de Erikson con respecto a la adolescencia fue el de analizar este proceso no sólo desde la perspectiva intrapsíquica del sujeto sino fundamentalmente a partir del modo en que cada sociedad proporciona recursos que facilitan o no este tránsito de la infancia a la adultez. (Borinsky, Marcela ,2013).

Es en este punto que nos detenemos y por el cual se cree que el brindar herramientas que contribuyan una salida exitosa entendida en término de salud de la adolescencia cobra relevancia.

Se cree que la escuela es un ambiente propicio para genera en menor o mayor medida intervenciones en pos de la salud y bienestar, articulando un trabajo en red, con los docentes, y familia, entendiendo la escuela como un espacio vital para los alumnos adolescentes en vías de construcción y desarrollo.

Este trabajo final tiene como finalidad generar fortalezas en cuanto a la inteligencia emocional, entendidas como "un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar las demandas y presiones del medio ambiente" (Mayer, 2001), y agregamos, "se refiere a la habilidad para reconocer el significado de las emociones y sus relaciones, y para razonar y resolver problemas en base a ello. También incluye emplear las emociones para realzar actividades cognitivas". Mayer et al. (2001), las cuales sirvan de herramientas para afrontar de una manera más eficaz las dificultades que presenta la vida en sus diferentes contextos en general, y en particular para arrostrar la problemática de consumo, trabajando sobre los factores de protección.

Línea estratégica de intervención:

Para dar nacimiento a este trabajo final de grado, y posterior desarrollo, se iniciara por un análisis de la institución sugerida por la Universidad Siglo XXI. Para dicho trabajo se seleccionó el colegio secundario I.P.E.M nº 193 José María Paz, la

elección de la línea estratégica de intervención es: “vulnerabilidad y conductas de riesgo en la actualidad”, el cual se enmarca dentro de un grupo de población adolescente.

Para dar mayor contexto, se cree adecuado definir algunos constructos conceptuales los cuales serán piedras angulares de este trabajo.

En primer lugar la vulnerabilidad es definida como la disminución de la capacidad de una persona o colectivo para anticipar, enfrentar y resistir ante los efectos de un peligro natural y/o recuperarse de las consecuencias de dicha situación, causadas por una actividad específicamente humana. Por otro lado, las conductas de riesgo son las consideradas acciones que podrían poner en peligro el equilibrio de la salud, tanto física como mental, de la propia persona. (Universidad Siglo 21, 2019).

Otra acepción que encontramos pertinente es la de vulnerabilidad psicosocial “Desde el contexto de la salud y las adicciones es de primordial importancia desarrollar el constructo de vulnerabilidad para poder hacer frente a su impacto en los problemas de salud, y en los comportamientos de consumo químico y no químico. Teóricamente intervienen en la construcción de la vulnerabilidad psicosocial una serie de variables: riesgo, afrontamiento, resiliencia, estrés, apego e inteligencia emocional, que modulan su configuración, consiguiendo que finalmente la vulnerabilidad se transforme en un factor de riesgo o de protección en función de cómo actúen dichas variables en la fase final.(García del Castillo, Jose A, 2015).

Dando un mayor acercamiento se continuara hablando de la población adolescente, para entender desde una perspectiva más amplia haremos presente la definición “cómo veremos uno de los avances teóricos más sorprendentes durante los últimos años ha consistido en otorgar una importancia creciente al contexto en la

comprensión del desarrollo humano. Actualmente hay un mayor reconocimiento del papel clave que desempeñan los ambientes, incluida la familia, el vecindario, y la sociedad mas amplia al influir en la adolescencia. (John C. Coleman, Leo B. Hendry, 2003).

El situarnos en la etapa del ciclo vital adolescente nos acerca una idea de precaución ya que este periodo de transición, de duelos, y lucha por conformar la identidad conlleva peligros, de por sí, se podría decir que existen numerosos factores en el universo adolescente que estarían disparando ciertas conductas de riesgo e influenciando, en parte, en algunas de las patologías más frecuentes de esta edad. Estos factores tendrían un origen tanto interno como externo, y estarían implicados en ellos aspectos personales, familiares y sociales. Kazdin, (2003), plantea que durante la adolescencia hay un incremento en el número de actividades consideradas como comportamientos problemáticos, o de riesgo; como por ejemplo el uso ilícito de sustancias, ausentismo escolar, suspensiones, robos, vandalismo, y sexo precoz, y sin protección. Los factores comunes que determinan las conductas riesgosas de la juventud en alto riesgo, también han sido revisados por Florenzano Urzúa (1998), quien señala como más importantes la edad, expectativas educacionales y notas escolares, comportamiento general, influencia de los pares, influencia de los padres, calidad de la vida comunitaria, la calidad del sistema escolar y ciertas variables psicológicas, (el diagnóstico de depresión, junto con el de estrés excesivo, es el que aparece más frecuentemente asociado con las diversas conductas de riesgo adolescente. También la autoestima baja es mencionada como predictor de las conductas problema). Donas Burak (2001), hace una distinción entre factores de riesgo de “amplio espectro” y factores o conductas de riesgo que son “específicos para un daño”. Entre los primeros encontramos: familia con pobres vínculos entre sus miembros; violencia intrafamiliar;

baja autoestima; pertenecer a un grupo con conductas de riesgo; deserción escolar; proyecto de vida débil; locus de control externo; bajo nivel de resiliencia. Los factores o conductas de riesgo específico serían: portar un arma blanca; en la moto, no usar casco protector; tener hermana o amigas adolescentes embarazadas; consumir alcohol (emborracharse); ingesta excesiva de calorías; depresión. (Ángel Paramo, M, 2011).

Varios autores en distintos países han investigado diferentes facetas de factores o comportamientos de riesgo para la salud, entre los que se mencionan los síntomas depresivos, ser varón y tener baja religiosidad (Campo-Arias, Cogollo & Elena Díaz, 2008); trastornos del aprendizaje, de la conducta alimentaria y depresivos, conductas violentas, mayor consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales, episodios de embriaguez y mayor consumo de sustancias adictivas por amigos y familiares (Paniagua Repetto & García Calatayud, 2003); problemas emocionales en todas las áreas, en particular la familiar y la de salud, relacionados específicamente con la interacción y comunicación con los padres, la autoimagen (demasiada preocupación con la imagen corporal, especialmente en las mujeres), tendencia al aislamiento (no pertenecer a ningún grupo de pares ni tener amigos) y conductas de consumo de cigarro y alcohol (Barcelata, Durán & Lucio, 2004). (Ángel Paramo, M, 2011).

Resumen de la Institución:

El I.P.E.M. N° 193 “José María Paz” se encuentra ubicado en la localidad de Saldán, a 18 km al noroeste de la ciudad de Córdoba. Situándose en el departamento de Colón, y limitando con las ciudades de Villa Allende (al noreste), Córdoba (sur y este), y con el cordón de las Sierras Chicas (oeste y Noroeste). (Universidad Siglo 21, 2019).

La ciudad de Saldán cuenta aproximadamente con 10.650 habitantes según el último censo en el año 2010 (INDEC, 2010), y se encuentra integrada por 13 barrios públicos y privados. Estos sectores se encuentran poblados entre un 70% y 95% de familias con una posición económica predominantemente baja. (Universidad siglo 21, 2019).

En cuanto a la población escolar, está conformada en un 75 % por habitantes de Saldán y en un 25 % por habitantes de localidades vecinas (La Calera, Dumesnil, Villa Allende, Arguello y Rivera Indarte). (Universidad siglo 21, 2019).

En su aspecto educativo, el I.P.E.M 193, cuenta con 644 alumnos, en 2018 fueron 64 los estudiantes que abandonaron la escuela tanto por pase, como por quedar en condición libre o por abandono, siendo dicha cifra un tanto menor a las ocurridas años anteriores; tales causas se corresponden con el consumo problemático, repetición reiterada de año, situaciones familiares particulares y problemas en la convivencia escolar. (Universidad siglo 21, 2019).

En cuanto a los padres, se puede señalar que:

- un 45 % no completaron el secundario
- un 15 % tiene estudios terciarios
- un 30 % tiene el secundario completo
- y el 10 % restante accedió a la universidad

Dichos porcentajes fueron declarados a principios del periodo lectivo 2018, por medio del llenado de ficha de legajo de los estudiantes, donde se solicitaron datos de padres y tutores. La información es tabulada por la secretaria de la escuela, y se utiliza

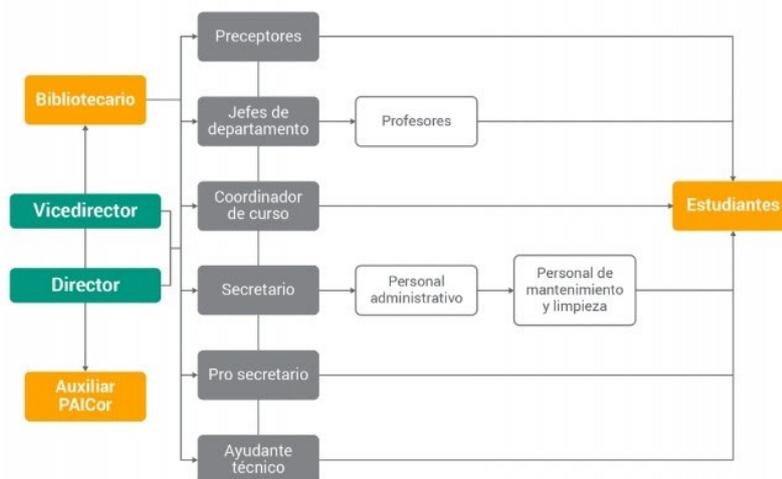
para generar estrategias tanto institucionales como de enseñanza aprendizaje (Universidad Siglo 21, 2019).

La institución cuenta, en paralelo con los estudios secundarios, del C.E.N.M.A N° 216, la cual es una secundaria para adultos, de gestión pública, y del C.E.M.P.A en la cual los adultos pueden desarrollar sus estudios a partir del nivel primario; los cuales motivan a los padres a tomar la iniciativa de culminar sus estudios de bachillerato. (Universidad siglo 21, 2019).

Los comienzos de la escuela datan en el año 1965, y se instituyó a partir de la inquietud de los habitantes y vecinos, de no contar con un nivel de enseñanza media, donde pudiesen continuar con los estudios de la educación inicial, lo cual imponía a niños y familias el deber trasladarse para finalizar sus cursos secundarios. Luego de una gran lucha a través de su historia, consiguieron los objetivos propuestos, dando lugar al origen de la institución. (Universidad siglo 21, 2019).

Tal institución, se configura como pública provincial gracias al continuo trabajo y persistencia de los habitantes y los dirigentes políticos que se involucraron en el desarrollo de la causa; y en pos de un extenso trabajo y esfuerzo de todos, en el año 1995, la escuela se traslada a su propio edificio en la calle Vélez Sarsfield N° 647 de la ciudad de Saldan. (Universidad Siglo 21, 2019).

Para el funcionamiento del establecimiento educativo se cuenta con el siguiente organigrama:



Fuente: Ponce, 2018.

Esquema 1: Organigrama IPPEM 193

En cuanto a su Misión, la institución, se compromete a brindarle al egresado los mas importantes conocimientos, que lo lleven a conformarse como ciudadano a partir de la cultura del aprendizaje, del esfuerzo y del compromiso personal, tanto para su crecimiento como para la formación continua en merced de su dignidad individual y social, afianzando el compromiso con la sociedad. (Universidad Siglo 21, 2019).

La visión de la institución consta de brindar una formación integral y permanente de sus estudiantes, brindándoles herramientas para el desarrollo del pensamiento crítico, y la resolución de problemas en un espacio de intercambio, enmarcado en la educación en valores que favorezca, en general, la realización personal, y en particular, la inserción en la vida sociocultural y en el mundo laboral, así como la continuidad en estudios superiores. (Universidad Siglo 21, 2019).

Dentro de los valores que se nombran en la Ley de Educación Nacional N° 26.201 y la ley de Educación Provincial N° 9.870, se trata de inculcar a los jóvenes el respeto, libertad, tolerancia, empatía, responsabilidad, conocimiento, sentido de pertenencia, igualdad, inclusión, y honestidad a través de los objetivos institucionales. (Universidad Siglo 21, 2019).

Delimitación de la necesidad o problemática de intervención:

Luego de adentrarnos en el contexto tanto externo como interno de la institución obtenido a través de la información brindada por la por la Universidad Siglo 21, mediante las entrevistas y material recolectado del personal ya sea directivos, como docentes de la escuela I.P.E.M. 193 José María Paz, se procede a la detección las siguientes necesidades o problemas:

De la entrevista realizada a la directora actual Susana Giojalas (2019), se ha podido rescatar:

- Falta de formación profesional docente.

- Falta de interés en los jóvenes por el conocimiento brindado por los docentes, y la influencia de la tecnología en la pérdida de la calidad humana:

- Falta de compromiso de parte de la familia, en cuanto al acompañamiento en la trayectoria de sus hijos, falta de pertenencia del espacio de la escuela tanto de los chicos como de los padres: la directora actual de la escuela, menciona que aún no han podido lograr que la familia se acerque o asista a la escuela sin que la llamen. (Susana giojalas , 2019) (Susana Maria Baudaco, 2019).

En la entrevista a Juan Rojas (2019), quien es el coordinador de curso y docente se extrajo lo siguiente:

- Inasistencias: se abordó desde comunicación con las familias; en adolescentes que no tienen una familia con presencia, se ha podido trabajar desde el gabinete de psicopedagogía,

- En el ámbito de la salud: consumo problemático de sustancias.
- Niños y adolescentes precarizados, en situaciones familiares de riesgo: se trabajo con agentes de salud, y desarrollo social, realizando un abordaje interdisciplinario.
- Falta de acercamiento profesor alumno.
- Obstáculo que se encuentra a la hora de abordar una problemática: las distintas concepciones de educación que poseen algunos integrantes del cuerpo docente. Aquí se habla de un nuevo paradigma de la educación, que es el de la inclusión, el cual surge a partir de que los niños y adolescentes no son mas objeto de derecho sino tambien sujeto de derecho, partiendo de la educación como derecho fundamental; y es éste paradgima el cual se encuentra en pugna entre los diferentes docentes y directivos escolares. (Juan Rojas, 2019)

Por otro parte la institución ha realizado una autoevaluación con respecto a sus fortalezas y debilidades, dentro de las cuales nombran como fortalezas: el espíritu crítico y de trabajo, la dedicación de espacios de tiempo no institucionalizados, la permanente búsqueda bibliográfica específica y la consulta permanente a especialistas en el tema de la convivencia escolar; y dentro de sus nombradas debilidades se pueden encontrar: la falta de apoyo de los docentes, las diferentes interpretaciones en cuanto a las normativas con otros estamentos, la ausencia de los padres y la falta de capacidad para mantener los acuerdos entre los agentes institucionales. Éstos últimos serán aquellos desafíos frente a los cuales la institución debe comprometerse, dando una respuesta abierta a la participación de todos. (Universidad Siglo 21, 2019)

A continuación un análisis de las diferentes necesidades y/o problemáticas, la misma enuncia el siguiente diagrama:

Esquema 2 : IPEM. 193 Jose Maria Paz, Canvas 2019. Arbol de problemas:



(Universidad Siglo 21, 2019). *I.P.E.M. 193 José María Paz*. Recuperado de: <https://siglo21.instructure.com/courses/9721/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

Y declara su preocupación frente a los numerosos temas que deben seguir trabajando, entre ellos:

- La participación de las familias, creando mayor vínculo con sus hijos y con la escuela.
- Retomar el proyecto de adicciones y consumo problemático de sustancias.
- Reforzar las observaciones de clase con seguimientos para el acompañamiento.
- Reformular proyectos para mejorar las trayectorias escolares.
- Lograr mayor efectividad en el trabajo de Secretaría para su cumplimiento.
- Realizar análisis estadísticos que nos permitan visualizar las etapas para conocer el progreso de los estudiantes.
- Seguir recuperando espacios físicos para brindar mayor confort a los estudiantes y docentes.
- Realizar evaluaciones institucionales donde todos puedan participar.
- Seguir reforzando el cumplimiento de las normas.
- El tiempo que se determinó para las tutorías fue escaso y colaboró la interrupción ministerial para que las tutorías no se desarrollaran con el éxito del año anterior.
- Realizar monitoreos que sean efectivos para lograr trayectorias escolares significativas.
- Seguimiento en el cumplimiento de los acuerdos institucionales.

- En evaluación plan de gestión 2017

(Universidad Siglo 21, 2019). *I.P.E.M. José María Paz 193*. Recuperado de:
<https://siglo21.instructure.com/courses/9721/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

Hasta el momento se realizó un escrupuloso análisis de la institución haciendo un recorrido por lo que enuncian miembros de la misma acerca de ella, y pudiendo a través de sus declaraciones detectar lo más sobresaliente de su historia, contexto, virtudes y conflictivas. Se procede entonces mediante este trabajo final de grado , a formular un plan de intervención, donde se abordara la problemática del consumo de sustancias, el cual intentara aportar una alternativa de solución a esta problemática que aqueja a los estudiantes que se encuentran inmersos en la institución. Se concluye generar esta proposición de plan de intervención a partir de los distintos indicadores de necesidades y problemáticas dictados por la institución, detallados con anterioridad.

Objetivos generales:

Prevenir el consumo de sustancias en adolescencia inicial, y media, del colegio I.P.E.M n° 193 Jose Maria Paz, a través de un dispositivo grupal.

Objetivos específicos:

- Generar conciencia y fortalecimiento familiar.
- Disminuir la vulnerabilidad emocional.
- Propiciar el fortalecimiento emocional.

Justificación:

Educación en salud, y consumo de drogas.

Es la educación, es el pilar fundamental para prevenir, al ser parte de un proceso pedagógico donde se fomenta el desarrollo de habilidades y capacidades que protegen en escenarios de riesgo, y especialmente en el consumo de sustancias psicoactivas. Sin embargo, existe una gran preocupación a nivel mundial en torno a los programas de educación en salud, ya que tiene poco impacto en los jóvenes que están en alto riesgo de consumo que ya han iniciado el consumo de drogas. Concientizar es la clave para la transformación de hábitos y conductas de los individuos, especialmente de los adolescentes en situaciones vulnerables. es por eso por lo que se deben implementar programas enfocados a la prevención del consumo y en las unidades educativas y sobre todo fomentar hábitos saludables en los adolescentes, la educación y comunicación son primordiales para evitar el consumo de sustancias psicoactivas. (Geanella Lisseth Pionce Toala, 2019).

Propiciar el desarrollo de aptitudes para la vida en los niños y adolescentes y ofrecerles apoyo psicosocial en la escuela y otros entornos de la comunidad son medidas que pueden ayudar a promover la salud mental. (Geanella Lisseth Pionce Toala, 2019).

Consumo de sustancias psicoactivas.

El consumo nocivo de sustancias psicoactivas entre los adolescentes preocupa cada vez más a muchos países, ya que reduce el autocontrol y aumenta los comportamientos de riesgo, como las relaciones sexuales no protegidas o

comportamientos peligrosos. El consumo de sustancias psicoactivas entre jóvenes de 15 a 19 años también es una fuente de preocupación importante a nivel mundial. El control de las drogas puede centrarse en la reducción de la demanda, de la oferta o de ambas, y los programas con éxito suelen incluir intervenciones estructurales, comunitarias e individuales. (Geanella Lisseth Pionce Toala ,2019)

Desarrollo cognitivo, psicosocial y afectivo.

En esta edad el desarrollo cognitivo y psicosocial del adolescente no ha concluido su formación, en la que su pensamiento hipotético- educativo aún no se ha desarrollado completamente, de igual modo, el proceso de desarrollo de su identidad no ha llegado a su formación final, pues se da en la presencia de sentimientos de invulnerabilidad, omnipotencia y egocentrismo, propio de la etapa, donde el adolescente busca experiencias nuevas y la separación de su familia. Además, una limitación del pensamiento es su carácter dicotómico, es decir, su rigidez basada en las generalizaciones extremas, poco flexibles que el adolescente realiza en el análisis de cualquier situación, lo cual afecta las relaciones con los adultos, tanto maestros como padres, así como las relaciones de pareja, las cuales tienden a ser inestables entre el ideal desde el punto de vista físico con el ideal al que aspiraran. En esta etapa es obvio que el sujeto aún no pueda prever y analizar las consecuencias de sus actos ni pueda anticipar al resultado de sus conductas, y además poder tomar decisiones de forma responsable, ya que no han logrado el nivel de desarrollo cognitivo y emocional necesario para establecer una conducta sexual responsable. (Geanella Lisseth Pionce Toala ,2019)

Causas del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.

Carencia del apoyo familiar La carencia de una estructura y del apoyo familiar, se revela que la falta de unos de los padres o por desarmonía de la pareja, dificultad económica, violencia intrafamiliar, además del sentimiento de abandono, soledad y acogimiento de los padres. La interacción de esos factores es el motivo para el inicio del consumo de sustancias psicoactivas. Es por eso por lo que es fundamental la relación de los adolescentes con los padres de familia, ya que, si existe destrucciones del hogar, ellos presentaran alteraciones afectivas, psicológicas, de formación intelectual, buscan refugios en actividades ilícitas, se afectan en sí mismo, al núcleo familiar y a la sociedad. Las influencias del entorno en que se desarrollan los jóvenes La falta de apoyo familia, al que se añade la falta de cariño de los padres, seguido de la influencia de amigos, promesa de una vida con menos dificultades, la facilidad para conseguir dinero, la curiosidad y el alejamiento de la escuela. La influencia del ambiente en el refuerzo positivo para mantener el consumo de drogas. Se evoca la necesidad de ser ayudados y de encontrar caminos para realizar actividades propias de su edad, como por ejemplo frecuentar la escuela, realizar deportes, y toda actividad que sea en bienestar de los adolescentes. El desconocimiento del efecto que causan las drogas y planes para el futuro Movidos por la sensación de bienestar causada por el consumo de sustancias psicoactivas, sin saber el tipo de drogas, los adolescentes se adentran en este mundo de las drogas. La falta de educación de no saber cuáles son las consecuencias del consumo para el organismo se involucra en un círculo vicioso que, aunque quieran salir de él, no encuentran condiciones para eso. (Geanella Lisseth Pionce Toala ,2019).

Marco teórico:

Capítulo I: Consumo problemático

Antes de adentrarnos en el tratamiento de la problemática es necesario realizar un breve rodeo con el objeto de contextualizarla. De este modo, creemos favorecer un mejor abordaje de la cuestión dotándola de sentido. Luego estaremos en mejores condiciones de enfocarnos los diferentes aspectos de la complejidad de la temática. Sociedades de consumo. Quisiéramos detenernos antes de ingresar de lleno al punto en una primera observación que podemos realizar referida al tipo de sociedades en que se está dando la problemática que nos convoca. Si bien siempre han existido problemáticas ligadas al consumo de sustancias, en los últimos 50 años las mismas se han incrementado tanto cuantitativa como cualitativamente. Al mismo tiempo, desde las ciencias sociales, existe un amplio consenso en señalar que desde hace medio siglo vivimos en la denominada sociedad de consumo. ¿Es esto casual? Existe evidencia arqueológica y antropológica de que los pueblos aborígenes de nuestro continente consumían drogas, tales como alucinógenos y alcoholes. Pero este consumo era muy diferente del consumo que observamos hoy día. El consumo de aquellos pueblos, podríamos decir, era un consumo “reglado” de una manera particular. No se consumía en cualquier momento, sino que se lo hacía en cierto momento del año, en general vinculado con alguna cuestión religiosa, o para celebrar algún acontecimiento significativo, como el término de la cosecha. En términos generales, no consumía cualquier miembro de la comunidad, sino que eran personas autorizadas por la liturgia quienes lo hacían, los llamados chamanes, para conectarse con fuerzas espirituales o con

los dioses. Asimismo, los procesos de transformación de los elementos de la naturaleza circundante en sustancias con propiedades psicoactivas eran celosamente guardados por algunos miembros autorizados por la tradición para conocerlos, y requerían largos tiempos de elaboración. En nuestra sociedad actual, notamos casi lo contrario: consume todo tipo de personas, en cualquier momento o lugar, y aparecen constantemente nuevas drogas, que apuntan a tener un efecto cada vez más rápido y a ser cada vez más baratas, es decir, que conllevan la posibilidad de ser adquiridas de manera más fácil. (Lucchese Marcela Sm, et al 2012).

Vivimos, entonces, en una cultura que valora la satisfacción rápida e inmediata, el consumo por el consumo, donde el sistema nos propone todos los días, por ejemplo, un nuevo modelo de celular, con una serie de funciones que nada tienen que ver con la necesidad que vienen a satisfacer -la comunicación-, y que, además, si no se lo posee, uno se queda afuera de la sociedad. La integración a la sociedad se da por el consumo, y se prodigan valores que apuntan más al tener, que al ser. La publicidad nos muestra, todos los días, que la solución a los padecimientos subjetivos puede darse a través del consumo (SEDRONAR, 2017).

En este marco es atinado preguntarse ¿es casual que en plena sociedad de consumo se agraven los problemas de consumo de drogas? ¿Es casual que aparezcan todo el tiempo nuevas drogas, llamadas “de diseño”, con nombres atractivos? La lista de preguntas podría continuar. Por supuesto, este contexto no es una causa determinante absoluta de las adicciones, pero sí es el escenario donde las mismas tienen lugar. Las problemáticas de consumo de sustancias son un fenómeno multicausado que deben encuadrarse dentro de las problemáticas del consumo en general. (SEDRONAR,2017).

A si mismo todas las sociedades, en todos los tiempos, ofrecen mecanismos de regulación de los padecimientos subjetivos y colectivos, a fin de garantizar el orden social. La institución matrimonial, por ejemplo, es uno de ellos: ordena las pulsiones sexuales, reglamentando que los sujetos deben, llegados a cierta edad, elegir a una persona solamente. Las instituciones -como el matrimonio, la escuela, la familia, etc.- tienen la función de construir personas que sean funcionales a esa sociedad. En la actualidad, se señala desde las ciencias sociales, que las instituciones clásicas parecieran ya no dar respuestas a esa necesidad de ordenamiento social. Escuchamos decir que la escuela está en crisis, que los maestros perdieron autoridad, que la familia está en crisis, etc. Ante este desconcierto, pareciera emerger como ordenador social el consumo. Los padecimientos se canalizan consumiendo. Se pertenece a cierto grupo social por el tipo de objetos que se consumen, a esto llamamos sociedad de consumo. (SEDRONAR,2017).

La complejidad del campo de los consumos problemáticos en el contexto actual demanda, "nuevas estrategias con relación al abordaje del consumo problemático no podemos hablar en abstracto, es necesario contextualizar y complejizar la mirada con el objeto de comprender a fondo el marco en el que dichas prácticas adquieren sentido. A partir de los últimos 40 años vienen desarrollándose, a escala global, una serie de transformaciones del mundo laboral y sociocultural que impactarán en la conformación de la subjetividad."(SEDRONAR,2017).

Esta nueva forma de hegemonía cultural, política y económica ligada al capital financiero propicia la construcción de subjetividades individualistas, consumistas, despreocupadas, superficiales, pero también se retroalimenta y potencia por la instauración de un sentido común, básicamente, con escasa densidad crítica, liviano, que

tiende a alimentar lógicas de dispersión y desagregación social. Son todas estas características de lo que algunos intelectuales han denominado sociedad postindustrial, modernidad líquida, posmodernidad, etc. (SEDRONAR, 2017).

Siguiendo esta línea se puede pensar que en la sociedad occidental y moderna, el consumo se erige como un dispositivo de construcción de orden social. “En la sociedad actual, vales por lo que tenés”, dicen algunos. El poder adquisitivo y el tipo de consumos que una persona realiza suelen ser ejes constructores de identidad y, por lo tanto, del lugar que esa persona ocupa en el mundo. En este sentido, es interesante recordar que en ciencia la palabra “problema” alude a aquello que se quiere conocer o investigar. Podemos decir, entonces, que abordar los “problemas de consumo” implica estudiar los atravesamientos del consumo en nuestras vidas, cómo nos condiciona, qué papel juega en los padecimientos que transitamos. (SEDRONAR, 2017).

Por otra parte se cree valioso re-pesar el circulante de las, “Representaciones sociales y el rol que juegan en la sociedad, con respecto a la el consumo y consumidor.” (SEDRONAR, 2017).

Hay un sin número de representaciones, creencias y mitos compartidos socioculturalmente cuando nos referimos a cuestiones ligadas con la salud. Las representaciones sociales son, entonces, formas del pensamiento social, el conocimiento práctico que se transmite y se sostiene socialmente, a través de las relaciones entre las personas. Constituyen un modo de interpretar y de reproducir nuestra realidad cotidiana, una forma de conocimiento social. Las representaciones configuran lo que sabemos desde el sentido común. Ellas están constituidas por opiniones, creencias, nociones, ideas, que ante determinadas situaciones afloran y son compartidas por un colectivo social. (SEDRONAR, 2017).

Autores como, Serge Moscovici, Roberto Farr, Denise Jodelet, ideoneos en materia de representaciones sociales nos hablan al respecto.

Lo preocupante de estas representaciones sociales es que operan como “ mitos y del sentido común emanan prejuicios y estereotipos que devienen en estigmatizaciones.” (SEDRONAR, 2017). La estigmatización se produce cuando una persona posee, realmente o según la opinión de otros, algún atributo o característica que le proporciona una identidad social negativa o devaluada en un determinado contexto. Al igual que el prejuicio, el estigma siempre se produce en forma grupal y es compartido. (SEDRONAR, 2017).

En relación a las sustancias, nos encontramos con uno de los campos de la vida social en el que circula una gran cantidad de mitos, estigmatizaciones y prejuicios. Se suele pensar que los adictos son delincuentes o enfermos. Los estigmas y prejuicios dirigidos a los consumidores en muchos casos actúan como trabas para que las personas puedan acceder a un tratamiento adecuado. Es entonces fundamental romper ciertos mitos, desnaturalizar las miradas, criticar ciertas conductas prejuiciosas y tender un puente al consumidor incluyéndolo para que él mismo no se auto segregue. Es preciso tener presente que las personas que son estigmatizadas sufren una disminución de su autoestima. A la vez, a estos sujetos se les dificulta generar vínculos sociales. La pérdida de estima y el ensimismamiento van aislando a la persona de la trama social. (SEDRONAR, 2017).

Se cree fundamental fomentar y hacer hincapié en la desnaturalización de las miradas estigmatizaste del consumo, requiriendo así un análisis crítico y complejo para alejarnos de la lógica condenatoria, represora y prejuiciosa.

Como se venía mencionando, “la Humanidad utilizó siempre sustancias psicoactivas para modificar la percepción de la realidad, en su constante búsqueda de apartarse del sufrimiento, sea éste físico, psíquico, social ó espiritual”. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Sin embargo, el uso de sustancias psicoactivas, en personas aisladas o asociado a circunstancias tradicionales festivas ó rituales, cambió radicalmente a mediados del siglo XX. Se modificaron las condiciones en que dicho consumo se realizaba, haciéndolo desde entonces, con el único fin de la búsqueda del efecto psicoactivo. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

El lugar que las drogas ocupan en una sociedad, la razón por la cual incluye a algunas y excluye a otras, debe ser interpretado a la luz de los cambios sociales, económicos, culturales y científicos que la afectan. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

El abuso de sustancias constituye actualmente uno de los mayores problemas de la salud pública siendo también un fenómeno social complejo, que requiere que sobre él se hagan lecturas complejas para poder encontrar soluciones. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019.)

La toxicodependencia como hecho social, implica un cambio antropológico que modifica la mirada y la significación del uso de las sustancias, significación que no se encuentra en ellas, sino en nuestra cultura. Remite al paradigma central de la articulación entre el lazo social y la libertad individual. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Se puede aseverar que no existe una causa única a la que pueda responsabilizarse sino que son tres los ámbitos concurrentes, *necesarios* y “*obligatorios*” para que pueda desarrollarse el consumo problemático: un contexto social, una persona con disposición y una o más sustancias. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

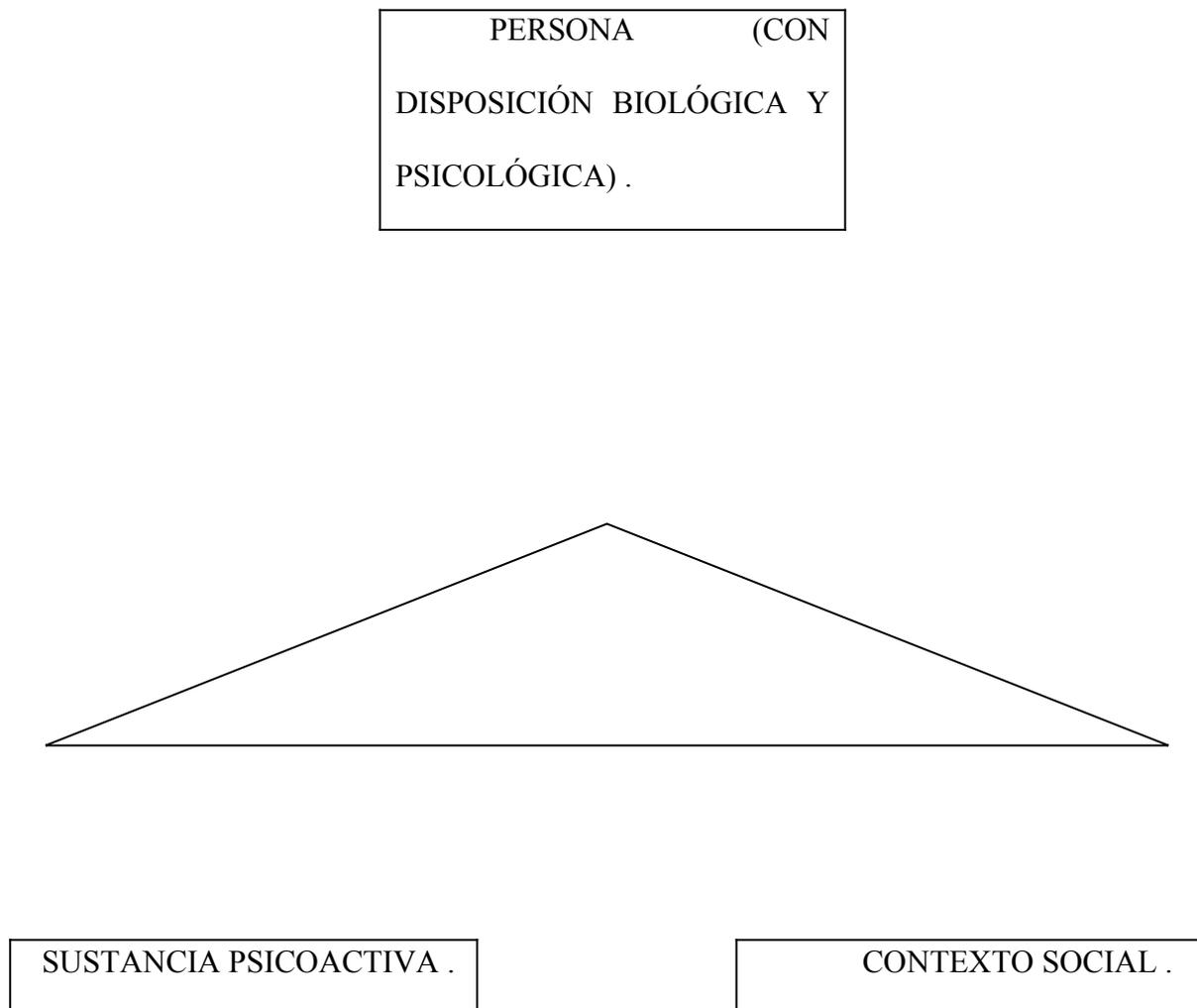


Grafico : Damin C, Di Biasi B, 2019). Consumo de sustancias psicoactivas, recuperado de RAAC (Red asistencias de las adicciones en Córdoba).

La explicación comprensiva del comportamiento humano exige integrar en un mismo ser humano los componentes socio-culturales, o contexto en donde ha nacido, ha

aprendido, ha desarrollado sus habilidades y donde actualmente vive (esto significa que ha aprendido cosas dentro de una cultura concreta, que tiene una concepción del mundo distinta a la de otros grupos sociales, que afronta el mundo con los valores y creencias de esa cultura); los componentes psicológicos, o modo de comprender y afrontar el mundo desde su realidad; y, el componente biológico, o parte física que le permite ser hombre, por una parte, y hombre social por otra, dependiendo de su estructura orgánica y de su funcionamiento biológico a través de sus sentidos, órganos y características biológicas innatas u otras que han ido interaccionando con su parte psicológico y su parte social de modo mutuo a través de su ciclo vital (Carlson, 1998, como se cito en (Becoña Iglesias, Elisardo, 2007).

Capítulo II: Adolescencia, y consumo problemático.

En este capítulo se realizara un acercamiento más en profundidad acerca de la población que se abordara, sus características, y algunas de las variables que pueden influir en la misma, para poder comprender la complejidad que convoca esta etapa tan particular del ciclo vital humano, y su relación con el consumo.

Para comenzar en preciso realizar un recorrido breve, pero necesario, a fin de cimentar bases para el posterior desarrollo de las tramas en las que se ve este periodo de ciclo vital que vamos a abordar.

La adolescencia es un periodo transicional entre la niñez y la vida adulta, pero también es un proceso de maduración en el desarrollo, que involucra cambios físicos, psicológicos, cognoscitivos y sociales (Alsinet, et al 2003; Stassen, 1997 como se citó en Linda T ,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010).

De acuerdo con Stassen (1997), la adolescencia se divide en tres momentos, adolescencia temprana (entre 13 y 15 años), en la que suelen intensificar las conductas de rebeldía e inestabilidad en el desempeño escolar; adolescencia media (entre 15 y 18 años), donde se establecen los primeros noviazgos y la formación de grupos de pares y la adolescencia tardía (entre 18 y 28 años), que es el tiempo de resolución de las problemáticas que conducirán al adolescente hacia la adultez. (Stassen, 1997 como se citó en Linda T,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010).

La transición entre la infancia y la adultez, tiene su origen en los cambios que se presentan los cuales interactúan con diversos factores individuales, familiares y sociales para facilitar el éxito o fracaso en las tareas de desarrollo propias de la edad. Para lograr con éxito las tareas de desarrollo el adolescente debe experimentar varios cambios, entre ellos modificar sus patrones de relación (Steinberg & Morris, 2001 citados por Vargas & Barrera, 2002, como se citó en Linda T, Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010). Esta etapa de transición en la cual se están dando cambios físicos, cognitivos y emocionales puede llegar a afectar las relaciones de los adolescentes con sus padres y con los iguales, (Motrico, et al, 2001 como se citó en Linda T,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010). El proceso por el que pasan los adolescentes para definirse a sí mismos, está relacionado con el intento de integrar su personalidad y construir su identidad, considerando sus propias emociones, pensamientos y conductas. En consecuencia, los efectos que tienen estos cambios en el adolescente, pueden adquirir un carácter estresante y tener diversos efectos psicológicos (Barra, et al, 2006, como se citó en Linda T,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010). Tales factores son evidencia del periodo de vulnerabilidad que viven los adolescentes, en donde la influencia de la familia y los amigos, entre otros. Es fundamental las redes de apoyo que de aquí se deriven pueden tener efectos positivos o negativos sobre esta población (Barrón, 1992,

como se citó en Linda T, Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010). Es por ello que se resalta la necesidad de brindar apoyo social para el bienestar del adolescente. La percepción que los jóvenes tengan respecto del apoyo con que cuentan, las características de éste, su disponibilidad, accesibilidad, fortalezas y deficiencias, constituyen elementos centrales al intentar reflexionar sobre los medios para favorecer el desarrollo adolescente (Méndez & Barra, 2008 como se citó en Linda T ,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010).

El adolescente suele presentar algunas manifestaciones preocupantes desde el punto de vista de los adultos con relación a su entorno. Estas manifestaciones pueden abarcar desde cambios en su aspecto físico, actitudes desafiantes frente a la autoridad, bajo rendimiento escolar hasta conductas que lo ponen en alta situación de riesgo, como ejercicio prematuro de la sexualidad, consumo de sustancias psicoactivas, trastornos alimentarios, comportamientos delictivos e intentos de suicidio (Jiménez, et al, 2005; Andrade, et al, 2006; Palacios, et al, 2007; Pardo, et al, 2004; Goncalves, et al 2007: Uribe & Orcasita, 2009; Uribe et al, 2009 como se citó en Linda T ,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010).

Cuando se habla de red social se hace referencia a las características estructurales de las relaciones sociales y está conformada por los sujetos significativos cercanos al individuo constituyendo su ambiente social primario. (Linda T, Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010).

En consonancia con lo antes dicho también da lugar al "concepto de apoyo social surge del interés por comprender las interacciones sociales y la tendencia a buscar la compañía de otras personas, especialmente en situaciones estresantes en el transcurso del ciclo de vida". (Linda T,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010).

Algunas investigaciones demuestran que las relaciones que se establecen entre las personas permiten minimizar los efectos adversos de diferentes situaciones tensionantes, además de que las personas que se encuentran en mejores condiciones psicológicas y físicas eran aquellas que mantenían un mayor número de interacciones o se hallaban integrados socialmente a diferencia de aquellas personas en condiciones de aislamiento o poca integración (Gracia, et al 1997 como se citó en Linda T ,Pineda, y Fernanda Uribe Rodriguez, 2010) , por este motivo para ser determinante la presencia de una red de apoyo, pudiendo conformar un factor de protección en la transición y procesos de la adolescencia Bienestar y Familia Comprender la adolescencia como una etapa de cambios y grandes aprendizajes, permite nutrir la propuesta de intervención del Modelo de Bienestar Psicológico. En este modelo, Carol Ryff plantea el bienestar psicológico como proceso dinámico, multifacético que incluye dimensiones subjetivas sociales, y psicológicas; García (2013) describe que para Ryff ese bienestar es concebido “como desarrollo personal y compromiso con los desafíos existenciales de la vida” (p.49) Este modelo de bienestar multidimensional incluye las áreas de auto-aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, desarrollo personal y propósito de vida. (Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002). El entorno protector primario es la familia y como describe la teoría ecológica y sociocultural, sus roles y relaciones son determinantes de ello. De acuerdo con Bronfenbrenner (1987) las relaciones de primer nivel se convierten en el foco desde donde se puede comprender los fenómenos evolutivos de los miembros de la familia ya que es el GESTION EMOCIONAL EN PADRES DE ADOLESCENTES 21 esquema ecológico más interno y las interacciones de este encuentro bidireccional se caracterizan por el acercamiento físico directo y el clima afectivo que se construye. De la misma forma, Vigotsky (citado por Isaza y

Henao, 2011) destaca la influencia que ejercen los padres sobre sus hijos por medio del grado de intimidad, implicación, apoyo social, así como con el poder y la autoridad que caractericen su relación, ha tiempo que señala que a partir de las interacciones entre padres y niños se construye un proceso de aprendizaje transferencial no formal fundamental en la crianza. El estudio de la interacción paterno filial ha permitido establecer que son los factores de cohesión, expresividad y organización familiar los que guardan relación positiva con todas las áreas, especialmente con el auto concepto (Musito y Allat, 1994), así como la adaptación social y emocional (Mestre y cols. 2007; Vera, Morales y Vera, 2005). Además como lo afirman Moos y Trickett (citados por Isaza y Henao, 2011) la posibilidad de expresar libremente los sentimientos, el conflicto, la cólera y la agresividad, hacen parte de los procesos emocionales de las dinámicas familiares y es a partir de las acciones, verbalizaciones y relaciones que se propician experiencias y ofrece recursos y herramientas para el desempeño social en los distintos contextos inmediatos y posteriores a los hijos. (Mónica M. López-González Claudia P. et al)

Por otro lado, la adolescencia resulta un período de profundas incertidumbres en la vida de todo ser humano, aquel pasaje a la vida adulta marcado de forma universal por una situación de crisis. Es éste terreno propicio para experimentar situaciones de riesgo para los adolescentes, que pongan en peligro su integridad física y/o psíquica. (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Entre los adolescentes el consumo se relaciona generalmente al ámbito de las fiestas. El consumo recreativo suele ocurrir los fines de semana y el consumidor por lo general no tiene mayor interés en continuarlo pasada la celebración. Este tipo de consumo es especialmente peligroso debido a que sucede en un contexto donde muchas

variables de riesgo no pueden ser cuidadas, como por ejemplo: las acciones que las demás personas puedan tener con el sujeto que se encuentra bajo los efectos de la sustancia, la interacción fisiológica de la sustancias con otras que se lleguen a consumir en el mismo periodo de tiempo, la reacción fisiológica particular de cada sujeto a un estímulo ocasional -ante el cual probablemente no tenga tolerancia, lo que podría derivar en intoxicación aguda-, entre otras. (SEDRONAR ,2017).

A modo de cierre, debemos ser conscientes de que la experimentación con las drogas se ha convertido en un hecho habitual en los adolescentes de las sociedades desarrolladas (Blackman, 1996, como se citó en Becoña Iglesias, Elisardo, 2007). Un gran número de ellos experimentan con el tabaco y el alcohol, en un lugar intermedio el hachís, y en menor grado con otras sustancias. Una experimentación temprana con estas sustancias facilita la posterior experimentación con otras sustancias. Saber convivir con las drogas (Funes, 1996 como se citó en Becoña Iglesias, Elisardo, 2007), y saber que un porcentaje importante de los adolescentes las van a probar o consumir, es un hecho que hay que saber, conocer y reconocer, para poder actuar y ayudar a estas personas. (Becoña Iglesias, Elisardo, 2007).

Capítulo III: Consumo, y las sustancias psicoactivas.

En relación a la temática del consumo, se desprenden distintos tipos, los cuales presentan diferentes características que establece el sujeto en relación a sustancia, en el siguiente apartado se ahondara más en detalle al respecto, luego se dará paso a aspectos más técnicos en lo referente a las sustancias psicoactivas, y clasificaciones sociales de las mismas, posteriormente una reflexión acerca de lo trabajado hasta el momento, que

implicara una mirada crítica, y que integrara llevar a cuestionar o por lo menos visibilizar desde una óptica más macro, aristas de los consumos problemáticos.

Las personas entablan distintos tipos de vínculos con las sustancias, conductas o prácticas y no todos necesariamente devienen problemáticos o se desarrollan como adicciones. Es más, la mayoría de los sujetos que consumen sustancias o llevan a cabo determinadas prácticas no establecen una relación adictiva con las mismas. En este sentido, clásicamente se suele diferenciar entre uso, abuso y dependencia o adicción. (SEDRONAR, 2017).

Por uso de una droga se entiende el consumo de una sustancia que no produce consecuencias negativas en el individuo o éste no las aprecia. Este tipo de consumo es el más habitual cuando se utiliza una droga de forma esporádica. El abuso se da cuando hay un uso continuado a pesar de las consecuencias negativas derivadas del mismo. La dependencia surge con el uso excesivo de una sustancia, que genera consecuencias negativas significativas a lo largo de un amplio período de tiempo. También puede ocurrir que se produzca un uso continuado intermitente o un alto consumo sólo los fines de semana. Por dependencia, o síndrome de dependencia, según la CIE-10 (OMS, 1992), se entiende: un conjunto de manifestaciones fisiológicas, comportamentales y cognoscitivas en el cual el consumo de una droga, o de un tipo de ellas, adquiere la máxima prioridad para el individuo, mayor incluso que cualquier otro tipo de comportamiento de los que en el pasado tuvieron el valor más alto. La manifestación característica del síndrome de dependencia es el deseo, Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación 25 a menudo fuerte y a veces insuperable, de ingerir sustancias psicoactivas ilegales o legales, aun cuando hayan sido prescritas por un médico. La recaída en el consumo de una sustancia,

después de un período de abstinencia, lleva a la instauración más rápida de los síntomas de la dependencia, en comparación con lo que sucede en individuos no dependientes. Según la CIE-10, el diagnóstico de dependencia de una droga, sólo debe hacerse si durante algún momento de los últimos doce meses, o de un modo continuo, han estado presentes tres o más de los siguientes rasgos: a) deseo intenso o vivencia de una compulsión a consumir una sustancia; b) disminución de la capacidad para controlar el consumo de una sustancia o alcohol, unas veces para controlar el comienzo del consumo y otras para poder terminarlo o para controlar la cantidad consumida; c) síntomas somáticos de un síndrome de abstinencia cuando el consumo de la sustancia se reduzca o cese; d) tolerancia, de tal manera que se requiere un aumento progresivo de la dosis de la sustancia para conseguir los mismos efectos que originariamente producían dosis más bajas; e) abandono progresivo de otras fuentes de placer o diversiones, a causa del consumo de la sustancia, aumento del tiempo necesario para obtener o ingerir la sustancia o para recuperarse de sus efectos; y, f) persistencia en el consumo de la sustancia a pesar de sus evidentes consecuencias perjudiciales a nivel de salud física (ej., cirrosis hepática), salud mental (ej., depresión), deterioro cognitivo, etc. Los criterios de la CIE-10 sugieren la existencia de dependencia física, psicológica y social en una persona, pero no como elementos separados sino complementarios y entrelazados. Así, tendríamos los factores físicos (tolerancia, neuroadaptación y abstinencia), los psicológicos (aprendizaje y características personales) y los sociales (grupo de afinidad, cultura de grupo y medio ambiente). Tanto las clasificaciones de la CIE de la OMS, como otros autores relevantes, han diferenciado siempre la dependencia física de la psíquica. Dentro de la dependencia física los dos aspectos principales son la tolerancia y el síndrome de abstinencia. La CIE-10 define la dependencia física como el estado de adaptación que se manifiesta por la aparición de intensos trastornos físicos

cuando se interrumpe la administración de la droga o se influye en su acción por la administración de un antagonista específico. Esos trastornos, esto es, los síndromes de abstinencia, están constituidos por series específicas de síntomas y signos de carácter psíquico y físico peculiares de cada tipo de droga. Por dependencia psíquica o psicológica se entiende la situación en la que existe un sentimiento de satisfacción y un impulso psíquico que exigen la administración regular o continua de la droga para producir placer o evitar el malestar. (Elisardo Becoña, Iglesias Maite Cortés Tomás, 2010).

Se cree importante considerar problemático el hecho de que afecte, aunque sea un área vital de la persona, por ejemplo, sus relaciones sociales, nos indica que la mirada debe ser integral, ecológica y, al mismo tiempo, apuntar a la singularidad de cada sujeto en su contexto y tomando en cuenta su historia. (SEDRONAR, 2017).

Por otro lado, "el consumo sin sustancia psicoactiva: amplía el espectro de la problemática, dejando en claro que lo fundamental es pensar cuál es la relación que una persona establece sea con una sustancia psicoactiva o cualquier objeto de consumo, o inclusive con un comportamiento compulsivo. Lo más contingente siempre es el objeto, ya que éste puede variar de manera indefinida". (SEDRONAR, 2017).

Sustancias psicoactivas:

Las sustancias psicoactivas producen sensaciones psíquicas además de efectos físicos, dependiendo de su pertenencia a distintos grupos:

- Psicoanaléptico (Estimulantes)
- Psicolépticos (Depresores)
- Psicodislépticos (Alucinógenos)

- Cannabinoides

Recuperado de (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Psicoanalépticos : Se denominan así a las sustancias que estimulan la actividad mental y nerviosa, aumenta los niveles de actividad motriz y cognitiva, refuerza la vigilia, el estado de alerta y la atención, en este grupo se encuentran las anfetaminas, las metanfetaminas, los derivados metanfetamínicos, la cocaína, el “paco”.Recuperado de (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Psicolépticos :Sustancias que determinan relajación y depresión de la actividad mental. Incluyen los derivados naturales y sintéticos del opio, los hipnóticos, sedantes o ansiolíticos, los neurolépticos o antipsicóticos, los solventes volátiles (usados en pegamentos) y el alcohol.(Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Psicodislépticos: Sustancias químicas capaces de producir fenómenos mentales no ordinarios, como alteraciones de la sensopercepción, del humor y de la conciencia. Incluyen el cornezuelo del centeno y sus respectivos alcaloides (LSD, mezcalina, psilocina y psilocibina) la ayahuasca, el peyote y los hongos psicoactivos. Entre los alucinógenos propiamente dichos se encuentran las solanáceas psicoactivas: la belladona, el beleño, la mandrágora, el toloache y las brugmansias (floripondio). (Damin Carlos, Di Biasi Beatriz, 2019).

Otra clasificación de las sustancias es la de legales e ilegales: uno de los grandes mitos en esta temática es la creencia en la mayor peligrosidad de las sustancias ilegales, lo cual condice con la mirada punitiva-represiva del fenómeno del consumo de drogas. Una tarea importante es la visibilización de las problemáticas asociadas a las sustancias que están más legitimadas como el alcohol, cuyo consumo tiene efectos negativos

graves a nivel social, como por ejemplo los accidentes de tránsito. (SEDRONAR, 2017).

Legales: son las socialmente aceptadas, de producción y distribución dentro del circuito legal. Ejemplos de ellas: café, mate, tabaco, alcohol. Algunas de ellas como el alcohol y el tabaco, poseen ciertas restricciones como la prohibición de su comercialización, a menos de 18 años. Dentro de las drogas legales, también se encuentran los medicamentos, pero dado que algunos de ellos tiene requisitos para ser adquirido se los diferencia como sustancias legales reguladas, o bien intermedias (puesto que requieren de a intermediación debidamente extendida por un profesional. (SEDRONAR, 2017).

Ilegales son las socialmente prohibidas, la producción y distribución de estas sustancias se realizan a través de un circuito ilegal y clandestino. En nuestra cultura por ejemplo, son drogas ilegales, la marihuana, el paco, éxtasis, cocaína, lsd, entre otras. (SEDRONAR, 2017).

Reflexión:

El bombardeo de la publicidad, la interpelación a los jóvenes como consumidores, en fin, todos los medios volcados al servicio del goce hacen, por ejemplo, que en determinadas situaciones sujetos que jamás habían consumido alcohol abusen de él o consuman drogas de diseño en el boliche. La complejidad del asunto y el modo en que está instalado y nos interpela hace que sea cada vez más imperioso poner en palabras la cuestión y pensar mecanismos para el abordaje del consumo problemático. Planteando así "la idea de "lo problemático" como reflexión sobre las prácticas, como la capacidad del sujeto de evaluar sus propias acciones y emprender

todas las transformaciones que sean necesarias (tanto en lo individual como en lo social) para mejorar sus condiciones de vida y las de los demás. (SEDRONAR, 2017).

Cuando hacemos referencia a las sustancias incluimos en la lista tanto las ilegales como las legales. Dentro de estas últimas, además de las bebidas alcohólicas o el tabaco debemos incluir los medicamentos que además de sustancias son drogas. Las drogas son sustancias que, introducidas en el organismo por cualquier vía de administración, producen una alteración, de algún modo, del natural funcionamiento del sistema nervioso central del individuo y es, además, susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas. Vivimos en una sociedad que promueve –gracias a una serie de discursos que plasman representaciones– el consumo de medicamentos, bebidas y demás sustancias como un objeto de consumo más. Entre otras cuestiones, se termina (queriendo o sin querer) generando un terreno fértil para la automedicación. La alusión a la inmediatez, a la posibilidad de aliviar fácil los síntomas, a tapar el malestar, a que todo puede solucionarse con una pastilla constituye un imperativo indiscutido en el contexto que vivimos. Esta cuestión da cuenta de que detrás del medicamento en sí mismo como mercancía y del sujeto que lo compra existe un complejo entramado de relaciones que se dan en un contexto determinado. Es importante, entonces, ponderar la relación del sujeto con la sustancia y las características que asumen las relaciones sociales propias del contexto en que el sujeto se inserta. (SEDRONAR, 2017).

En relación a esto se cree “erróneo ponderar el consumo problemático de sustancias solo cuando se da a través del consumo de drogas ilegales”. (SEDRONAR, 2017). El alcohol es una sustancia legal cuyo consumo puede tornarse problemático o devenir en una adicción tanto como el tabaco, la heroína o el paco. De hecho, es la que más daño está haciendo en nuestra sociedad.

El apartarse de un enfoque tradicional respecto del consumo problemático, permite entender “que el problema no radica ni en el sujeto ni en la sustancia (en la “droga” en sí misma) o sólo en el contexto, sino en el vínculo que el sujeto establece con ella en determinado contexto social. (SEDRONAR, 2017).

Para cerrar nos enmarcamos en el enfoque que aquí convoca a este trabajo, el cual se centrará en la prevención en relación a la problemática que vienen teniendo lugar en textos anteriores, los cuales dan cuenta una demanda existente. A la hora de pensar dispositivos de prevención, muchas veces se piensa en la problemática desde una óptica particionada, que suele enfocarse el problema sobre el contexto, la persona o la sustancia en sí misma como el problema, y en consecuencia no se aborda la problemática con la complejidad que merece.

Es importante tener en cuenta que ni la prevención centrada en las sustancias ni la focalizada exclusivamente en la persona han logrado evitar que las personas consuman ni han obtenido avances significativos en la reducción de la demanda. Resulta fundamental entender que en rigor no se producen cambios por el hecho de que seamos advertidos acerca de las consecuencias del consumo. (SEDRONAR, 2017). En consonancia es de destacar a la hora de pensar en prácticas de prevención “que son muchos los factores que influyen en el consumo y en el modo de consumir”, por lo cual se cree atinado el abordaje “desde una perspectiva multidimensional e interdisciplinaria”.(SEDRONAR, 2017).

La propuesta fundamental es oficiar de herramienta de problematización, lo cual quiere decir construir preguntas con el sujeto que consume respecto de qué papel, a qué le está encontrando respuesta, qué está evadiendo, con ese consumo. Esta pregunta tiene que ser el punto de partida, y debe ser coproducida con la persona, colocando al sujeto

en un rol protagónico desde el primer momento. Quien interviene debe ser apenas un mero facilitador del proceso. En este sentido, podemos decir que todos los consumos se pueden problematizar, ya que siempre pueden incorporarse en un espacio de reflexión y escucha. (SEDRONAR, 2017).

Aunando con la perspectiva de Becoña, cuando nos dice " El tratamiento es muy importante para las personas que tienen un trastorno pero aún es más importante prevenir que nuevas personas lleguen a padecer el mismo. Esto está claro cuando hablamos del consumo de drogas. La mayoría de los programas preventivos eficaces han sido realizados por psicólogos, al menos los de última generación que funcionan adecuadamente (programas psicosociales, basados en la evidencia, etc.)". (Elisardo Becoña, Iglesias Maite Cortés Tomás, 2010). Agregando al respecto Becoña simplifica mencionando que " No hay ninguna duda de que la mejor solución para que los niños y adolescentes no se hagan adictos o tengan enfermedades físicas en el futuro por fumar cigarrillos, beber abusivamente alcohol, consumir cannabis, cocaína, drogas de síntesis, heroína, etc., es prevenir dicho consumo."(Elisardo Becoña, Iglesias Maite, Cortés Tomás, 2010).

Algunos de los objetivos que se plantean los programas preventivos según Becoña, son:

1. Retrasar la edad de inicio en el consumo de drogas. Hay sustancias, como el alcohol y el tabaco, que tienen una alta probabilidad de que los jóvenes lleguen a probarlas, pero cuanto más se retrase dicha prueba menor probabilidad habrá de que consuman otro tipo de sustancias.

2. Limitar el número y tipo de drogas utilizadas. Una de las características que tiene el consumo de drogas en la actualidad, relacionado principalmente con el ocio nocturno, es el policonsumo de sustancias. Este aspecto tiene, con frecuencia, consecuencias más graves a nivel de salud.

3. Evitar la transición de la prueba de drogas al abuso y a la dependencia. Tal y como apuntábamos en el primer punto, es probable que el joven llegue a probar determinadas sustancias, pero debemos evitar que esa prueba se convierta en un consumo más problemático, como sería en el caso del abuso y aún más en el de la dependencia de sustancias.

4. Disminuir las consecuencias negativas del consumo de drogas en aquellos jóvenes que ya consumen drogas o que tienen problemas de abuso o dependencia. En este caso ya no sería una prevención dirigida a toda la población (prevención universal), sino a los que empiezan a tener problemas derivados del consumo de drogas.

5. Educar a los individuos para que tengan una relación madura y responsable con las drogas. El alcohol es una sustancia que forma parte de nuestra cultura, por lo que el individuo debe aprender a convivir con ella, diferenciando entre un consumo maduro y responsable y un consumo dañino para la salud.

6. Potenciar los factores de protección y disminuir los factores de riesgo para el consumo de drogas.

7. Proporcionar alternativas saludables. Aunque no es la llave para solucionar todos los problemas relacionados con el consumo de drogas, que los jóvenes dispongan en su entorno sociocultural de alternativas al consumo de drogas, es fundamental para el desarrollo de una adecuada prevención.

El objetivo de la prevención no es que nadie consuma drogas. Este sería un objetivo idealista y utópico. Pero sí es un objetivo realista el que las personas retrasen el consumo, hagan solo consumos esporádicos o que una parte importante de ellos no lleguen a consumir nunca drogas. Realmente, lo que se pretende con los programas preventivos es alterar las características psicológicas de los individuos para incrementar los factores de protección y disminuir los factores de riesgo para que las personas no consuman, cambiar el contexto ambiental que se relaciona con el consumo de drogas y modificar la interacción entre estas variables. (Elisardo Becoña, Iglesias Maite Cortés Tomás, 2010).

El trabajo que se llevara a cabo se encuadra dentro de la prevención primaria, esclareciendo brevemente conviene definir, y dar cuenta de los tipos de prevención existentes.

La prevención primaria, secundaria y terciaria. Se entiende a "prevención (prevención primaria), tratamiento (prevención secundaria) y rehabilitación (prevención terciaria). 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". (Elisardo Becoña, Iglesias Maite Cortés Tomás, 2010).

Se cree importante también mencionar el marco regulatorio en el que se piensa y tendrá lugar el desarrollo del abordaje que aquí nos llama, se trabajara respetando y salvaguardando lo pronunciado desde la ley de salud mental 26.657.

Así también se considera junto con la Organización Mundial de la Salud (OMS), que la salud es mucho más que la ausencia de enfermedad, sino que se define como “completo estado de bienestar físico, mental y social”. En este sentido, abordar las problemáticas de consumo desde el enfoque más complejo de la salud implica un abordaje integral, que pone el foco en sus determinantes sociales, y concibe a la salud como una construcción colectiva que incluye el acompañamiento social y la generación de tramas de cuidados desde el Estado en interacción con la sociedad civil. De aquí que para contribuir a la mejora de la salud es indispensable apuntar a la construcción de redes de relaciones cada vez más fluidas entre diversos actores sociales o ir fortaleciendo las relaciones ya constituidas. (SEDRONAR, 2017).

Capitulo IV:

Plan de acción:

El presente plan de intervención, formulado para la institución del colegio I.P.E.M n° 193, pretende abordar la problemática de consumo problemático (adicciones), en los alumnos adolescentes de la misma institución. Esta demanda ha sido uno de los puntos emergentes, como problemáticas detectadas por la institución.

Partiendo desde esta demanda es que se configura un plan de acción, con pretensiones de realizar aportes para dar respuesta a esta problemática desde un posicionamiento de la prevención y promoción de la salud.

Es entonces que se llevaran a cabo algunos talleres, a fin de potenciar, fortalecer, y fomentar la salud, brindando herramientas a los destinatarios para que estos se apoderen y puedan ir construyendo su vida, en base a la salud, entendida desde la concepción de la OMS, como "La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". (OMS, 1948).

El abordaje que se utilizara para llevar a cabo el plan de intervención es el dispositivo grupal, de tipo vivencial, y psico-educativo, destinado a un grupo heterogéneo máximo de 30 alumnos, mínimo 5, para adolescentes (14- 18 años).

La frecuencia con la que se dictaran esto talleres es de un encuentro por semana, con una cantidad de 6 encuentros con una duración de dos horas, que estarán a cargo del psicólogo encargado.

PROBLEMA O NECESIDAD	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ENCUENTROS	ACTIVIDADES
Consumo de sustancias.	Prevenir el consumo de sustancias en adolescencia inicial, y media, del colegio I.P.E.M n° 193 Jose Maria Paz, a través de un dispositivo	Fortalecer emocionalmente.	Primer encuentro, presentación de los participantes, lineamientos, y desarrollo de la actividad.	1. Presentación, construyendo redes, charla sobre Consumo problemático. 2. Actividad disparadora, "identificando las emociones". Video didáctico. 3.Registro de emociones
			Segundo encuentro : "una ventana a mirar que nos pasa"	1. Como expreso mis emociones. 2. Árbol de logros.
		Disminuir la vulnerabilidad emocional).	Tercer encuentro: Taller de Mindfulness.	1 .De qué se trata el mindfulness? (Presentación). Dinámica de lluvia de ideas. 2 Meditación guiada de Mindfulness. 3 Reflexión y registro de la vivencia.
			Cuarto encuentro.	1 .Descubriendo mis necesidades y motivación

grupal.		“autoestima y proyección”	2. Carta de yo al futuro.
	Fortalecer los vínculos familiares	Quinto encuentro: “Una hoja de papel.”	1 Dinámica una hoja de papel arrugada. 2 reflexión e intercambio.
		Sexto encuentro : desarrollo de la dinámica “Nuestro tiempo en familia.” Cierre del taller.	1 “nuestro tiempo en familia”. 2 Reflexión y cierre del taller.

Plan de Actividades

ESQUEMA MODELO DE ENCUENTROS DE TALLER

Primer encuentro: “ Primer encuentro, presentación de los participantes, lineamientos, y desarrollo de la actividad. ”.

Destinatarios: Alumnos de colegio I.P.E.M 193.

Objetivos: presentación, consolidar un buen primer contacto con los alumnos, e introducir a la temática de fortaleza emocional.

Duración: 2 hs.

Actividad 1: (20 min) "construyendo redes", y charla sobre consumo problemático.

Materiales: Ovillo de lana.

En esta actividad, se iniciara por presentar al equipo, y a continuación se propone lanzar un ovillo de lana, sosteniendo un extremo por quien comienza, por lo general este es algún miembro del equipo, y se va lanzando el ovillo, por cada miembro del curso, con la consiga de sostener una parte del ovillo, y lanzar a quien se desee para ir construyendo una red, en la que al finalizar, todos estén conectados por la misma. Al recibir el ovillo cada participante debe realizar una breve presentación de sí mismo, y de esa manera darse a conocer.

A continuación se hace una presentación del tema que convoca, brindando información de calidad, breve pero precisa sobre consumo problemático de sustancias psicoactivas, comenzando con una lluvia de ideas, haciendo participe activos a los alumnos, y luego completando y o complementando la información.

Actividad 2: (3 min) "Identificando emociones".

Materiales: para el desarrollo de esta actividad se precisara, un aula con proyector, acceso a internet o un pen drive con el video descargado, parlantes, y una computadora,

Para ir adentrándonos en la propuesta del esta actividad, se propone proyectar un video didáctico que representa las emociones, dicho video es un resumen de la película intensamente, que describe una por una las emociones principales, graficándolas en

dibujos animados posibilitando así la identificación de las emociones de forma lúdica, y por medios audiovisuales que pareciera tener mejor llegada hacia una población adolescente de esta época. Para esta actividad se utiliza el siguiente el enlace (<https://www.youtube.com/watch?v=y4VnHevhRsA>).

Actividad 3: (1:30 hs) registro emocional.

Materiales: fotocopias con la consigna de la actividad y lapiceras por cada alumno.

Luego de la actividad de identificación de emociones la propuesta es realizar un registro emocional, donde se identifique emociones, en que situaciones, o cuando las perciben, y que pensamientos tiene en dichos momentos.

Encuentro nº 2: "Una ventana a mirar que nos pasa".

Destinatarios: Alumnos del colegio I.P.E.M 193°.

Objetivos: Aprender a describir y expresar emociones por medio de conductas deseadas.

Reflexionar sobre tus logros y cualidades positivas, analizar la imagen que tienes de ti mismo, mostrar tu estado de ánimo.

Duración: 2hs.

Actividad: (90 min) "Cómo expresar mis emociones".

Materiales: Un aula amplia bien iluminada, un pizarrón, marcadores para pizarra.

Se pide a los participantes que digan los sentimientos que experimentan con más frecuencia y los anota en la pizarra: Alegría, odio, timidez, inferioridad, tristeza, satisfacción, bondad, resentimiento, ansiedad, depresión, celos, miedo, vergüenza,

compasión, etc. Se hacen grupos de cinco personas y les indica que cada uno de los miembros deberá expresar tantos sentimientos como pueda en unos diez minutos. Al terminar de expresar los sentimientos todos los miembros del grupo, se analizan cuáles son los sentimientos que mejor expresan y en cuales tienen mayor dificultad. También se les puede solicitar detectar la postura emocional de la persona con relación a: La asertividad: asertivo, agresivo, pasivo. El análisis transiccional: padre, adulto, niño. Por último, se organiza una breve discusión sobre la experiencia y se guía un proceso para analizar cómo se puede aplicar lo aprendido a la vida personal.

Actividad 2: (1 h). "El árbol de los logros".

Materiales: hojas, y lapiceras por cada alumno, un salón amplio, y mesas.

Para esta actividad, se les da la consigna a los alumnos, que elaboren una lista en la hoja que se les proporcione con una lista de todos sus valores positivos, ya sea cualidades personales,(paciencia, valentía), sociales (simpatía, escucha), intelectuales (memoria, razonamiento), o físicos(agilidades, etc). Al finalizar, se procese a elaborar otra con todos los logros que hayas conseguido en la vida, o lo que se considere significativo, no importa lo grande o pequeño, lo importante es que el alumno sienta orgullo de haberlos conseguido, y al igual que antes, apuntarlo en la lista. Cuando se tengas las dos listas, la consigan siguientes es que dibujen "su árbol de logros". Hacer un dibujo grande, que ocupe toda la hoja y en donde se dibuje las raíces, las ramas y los frutos. En cada una de las raíces se debe colocar los valores que la persona considere positivos, de la primera lista. Si la persona considera que ese valor es muy importantes y le ha servido para lograr grandes metas, debe colocarlo en una raíz gruesa, si por el contrario no ha tenido mucha influencia, debe colocarla en una de las pequeñas. En los frutos, se ira colocando de la misma manera los logros, que pertenecen a la segunda lista, y se pondrá lo logros más importantes en los frutos grandes y los menos relevantes

en los pequeños, una vez terminado, se realiza una reflexión al respecto de las cualidades que cada uno tiene, y todas las cosas importantes que ha conseguido.

Tercer encuentro: "taller de mindfulness".

Destinatarios: Alumnos del colegio I.P.E.M n°193.

Objetivos: conocer la técnica del mindfulness, conocer sus atributos, y realizar una experiencia vivencial de la misma.

Duración: 2 Hs.

Actividad: (30 min) "lluvia de ideas sobre mindfulness".

Materiales: Un pizarrón, marcadores, un salón bien iluminado.

Se realiza una pregunta disparadora, acerca de que idea tienen sobre lo que es el mindfulness, y se anota lo que los alumnos van aportando como lluvia de ideas, en el pizarrón, al finalizar se lee los aportes, y se cuenta brevemente de que se trata.

Actividad: (1:30 hs) "taller de mindfulness".

Materiales: un salón amplio y bien iluminado, un proyector, parlantes, una computadora, y acceso a internet.

En esta actividad se hará una meditación guiada de mindfulness, a través de un video que se encuentra en YouTube, para lo cual previamente se pide atención y silencio para dar comienzo a la actividad, luego, se dialoga acerca de las sensaciones que les ha generado y como se sienten. Enlace para la meditación guiada, (<https://www.youtube.com/watch?v=tCzK-D1TOqk>).

Cuarto encuentro: "Autoestima, y proyección".

Objetivo: Auto-descubrir motivos personales, y sensibilizar al participante en el uso asertivo de la seguridad personal a través de la autoevaluación.

Destinatarios: Alumnos del I.P.E.M n° 193.

Duración: 2 hs.

Actividad: (45 min) “ Descubriendo mis necesidades y motivaciones ”.

Materiales: Se Necesitara hojas blancas, lápices, y un lugar amplio e iluminado.

El instructor pide a los participantes que identifiquen cuales son los elementos o hechos que les dan seguridad en la familia, trabajo y sociedad (5 en cada área), y que lo expresen por escrito en las hojas. El siguiente paso es formar equipos de 4-5 personas, pidiéndoles que lleguen a conclusiones en dichos grupos, y las anoten en una hoja común. El dinamizador pasa entonces a organizarlas según los conceptos de la pirámide de necesidades de A. Maslow, contabilizando y sacando porcentajes de cada uno de ellos. Se trata de reflexionar y llegar a conclusiones con todo el grupo.

Actividad: (50 min) “Carta de yo al futuro”.

Materiales: Se necesita una hoja y una lapicera por cada alumno, un salón amplio y mesas.

En esta actividad la consigna es escribir una carta al yo del futuro, poniendo las expectativas, miedos, logros, advertencias etc, todo lo que quieras decirle, realizando un ejercicio de reflexión, y conexión un uno mismo.

Pasos previos: haz un borrador con las ideas iniciales, lo que te gustaría decirte y, a continuación, escribe en limpio las ideas de forma organizada.

Paso 1: el encabezamiento. Incluye lugar y fecha de redacción (para que te haga ilusión cuando lo vuelvas a leer) y comienza con el saludo (querida... o lo que quieras).

Paso 2: el cuerpo de la carta. Escribe y háblate. Piensa en todo lo positivo que tienes y lo que no te gustaría perder, date consejos a tu “yo” futuro sobre cómo te gustaría

ser cuando seas mayor. Cuéntate tus sueños, tus aspiraciones, tus motivaciones y tus objetivos.

- **Elige una edad.** Decide cuántos años deseas que tu futuro “yo” tenga cuando lea esta carta. Elegir una edad te ayudará a definir los objetivos que deseas alcanzar para ese momento de tu vida.

- **Resumen sobre tu “yo” actual.** Habla sobre quién eres en la actualidad:

- **Cómo eres:** físicamente y tu personalidad.

- Identifica tus valores y cualidades positivas: lograr ser consciente de tus valores puede ayudar a moldear tus ideas de quién quieres ser en el futuro. Por ejemplo: humildad, esfuerzo, superación...

- Ten en cuenta tus miedos y temores: piensa en los temores que puedas tener, por ejemplo, hablar en frente de un grupo, mudarte o no ser aceptado en la universidad que deseas estudiar. Así en el futuro podrás ver si superaste esos problemas.

- Indica tus habilidades y destrezas: pensar en lo que eres bueno en la actualidad puede ayudarte a decidir qué quieres lograr más adelante en la vida.

- **Qué haces:** qué estudias, cuáles son tus hobbies e intereses, actividades escolares y extraescolares, logros recientes. Por ejemplo: **cuál es tu objeto favorito, qué es lo que te gusta hacer, un regalo que te encantaría recibir, quiénes son tus ídolos...**

- **Dónde estás:** ciudad, casa (familia), instituto (amigos), **los países a los que has viajado, los que te gustaría visitar, dónde tienes planeado vivir, quiénes son tus amigos...**

- **Imagina cómo serás, qué harás, dónde estarás.**

- **Dirígete a tu “yo” futuro** con consejos y propósitos: agrega cosas que desees dejar de hacer, así como las que quieres seguir o empezar. Tal vez desees dejar de discutir con tu hermana o dejar de morderte las uñas. Pon esos objetivos en tu carta para ver si los alcanzaste en el futuro. Hazte preguntas para que tu “yo” futuro reflexione sobre lo que tiene que hacer para convertirse en lo que desea ser.

Paso 3: Guarda la carta en un sobre y no la abras hasta que el día para el que hayas escrito. Eso te permitirá ver cuánto ha cambiado tu vida desde que escribiste la carta. Cuando cojas esta carta mira si has conseguido lo que querías; si no es así, sé inteligente y sigue adelante ¡lucha por tus sueños! Y quédate con lo que has aprendido.

Al finalizar, fomentar el dialogo acerca de registros emocionales, y realizar un cierre con agradecimientos.

Quinto encuentro: “una hoja de papel”.

Objetivo: generar una reflexión, y concientización acerca del rol protagónico que juegan los padres, y fomentar la sensibilización y acercamiento entre padres e hijos.

Destinatarios: Padres, o tutores de los alumnos del I.P.E.M n° 193.

Duración: 2hs.

Actividad: (1 hora) “Una hoja de papel arrugado”.

Materiales: una hoja de papel por cada padre

En esta dinámica se le proporciona a cada padre o tutor una hoja de papel lisa, y se les solicita que la observen, y describan. Posteriormente se les pide que hagan un bollo con la hoja, y la siguiente consigna consiste en pedirles que la desdoblen, y que la vuelvan a su forma inicial. Al no poder volver a su forma inicial, se les pide que observen la hoja y se reflexiona, de forma que se piense a esa hoja de papel arrugada, como sus hijos, siendo eso lo que ellos hacen, con cada cosas que le dicen, con cada cosa que hacen, cuando los dejan solos, cuando lo los acompañan y que al igual que ese papel arrugado, van a dejar marcas imborrables. A continuación se reflexiona de cuáles son las marcas que quieren dejar en sus hijos y cuáles no.

Actividad : reflexión e intercambio.

Encuentro nº 6: (1 h) "Nuestro tiempo en familia".

Objetivo: concientizar a los padres acerca de tiempo que se le dedica a los hijos y su impacto, en el vínculo y como forma de contención.

Destinatarios : Padres, o tutores de los alumnos del I.P.E.M nº193 :

Duración: 2 horas.

Actividad: (1 hora), "Poema, nuestro tiempo en familia".

Materiales: se precisara una hoja impresa con el poema "De padre a hijo"

Autora: Angela Marulanda, para cada padre,

En esta actividad se comenzara por leer en conjunto un poema "De padre a hijo", y generar un espacio de reflexión, pensando a sus hijos que como bueno adolescentes atraviesan una etapa dificil, y el apoyo familiar cobra un significado fundamental en sus vidas.

Poema "De padre a hijo" Autora: Angela Marulanda

No sé en qué momento el tiempo pasó,
Ni a qué hora mi hijo creció,
sólo sé que ahora es todo un hombre,
y que en su vida... ya no estoy yo.

Era muy joven cuando mi hijo nació,
todavía recuerdo el momento en que llegó.
Pero mi trabajo el día me ocupaba,
y no me daba cuenta que el día pasaba.

No supe en que momento aprendió a caminar,
ni tampoco a qué hora comenzó a estudiar,
no estuve presente cuando cambió sus dientes,
sólo me ocupé de pagar las cuentas.

Pedía que le consolara cuando se aporreaba
o que le ayudara cuando su carro no caminaba,
pero yo estaba ocupado, debía trabajar,
y así sus problemas no podían solucionar.

Cuando a casa llegaba insistía en estar conmigo,
"Papi ven... yo quiero ser tu amigo...",
"Más tarde hijo, quiero descansar",
y con estas palabras me iba a reposar.

Ojalá atento le hubiera escuchado.

Cuando al acostarlo y dejarlo arropado
suplicante me insistía con ruegos y llantos,
que me quedara a su lado que estaba asustado.

Ya no hay juegos que arbitrar,
Tampoco hay llantos que consolar,
no hay historias que escuchar,
peleas que arreglar, ni rodillas que remendar.

Ya no hay trabajo, ya no estoy atareado,
no tengo qué hacer, me siento desolado.
Ahora soy yo quien quiere estar a su lado.
Y es hoy mi hijo quien vive ocupado.

Un distante abismo me separa de mi hijo
poco nos vemos... no somos amigos.
Los años han volado, mi hijo se ha marchado,
y su continua ausencia solo me ha dejado.

No sé en qué momento el tiempo pasó,
ni a qué hora mi hijo creció.
Ojalá pudiera volver a nacer,
para estar a su lado y verlo crecer.

Al final de la lectura y la reflexión que surja en consecuencia, se les agradece por el tiempo, y se los despide.

Actividad: (1 hora) Reflexión, y cierre del taller.

Tema: contención emocional de parte familiar como factor protector de los adolescentes.

En esta última actividad, se abre el espacio de dialogo e intercambio, para que los padres cuenten su experiencia del taller, reflexionar en conjunto, pero también para brindar un espacio de escucha, y expresión para ellos, quienes se entiende también son atravesados por distintas realidades, a veces adversas, para elaborar en conjunto los temas que afloren, haciendo del grupo una contención.

Se agradece por el tiempo y se despide.

DIAGRAMA DE GANTT

A continuación se ilustra el cronograma de actividades:

Cronograma Taller Psicoeducativo						
Fecha	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6
Encuentro	Lunes	Lunes	Lunes	Lunes	Lunes	Lunes
1- presentación, lineamiento y desarrollo de la actividad.						
2- "Una ventana a mirar que nos pasas".						
3- "taller de Mindfulness".						
4- "Autoestima y proyección".						
5- " Una hoja papel"						
6- "Nuestro tiempo en familia", reflexión, y cierre.						

Presupuesto:

La institución cuenta con materiales y recursos que forman parte de la infraestructura escolar, se detallan a continuación aquellos que estarán disponibles para la realización de los encuentros del taller:

- Salón de clases amplio e iluminado equipado con:
- Sillas.
- Pizarrón.
- Marcadores.
- Aulas iluminadas.
- Proyector.
- Acceso a internet.

Entre los materiales no provistos por la institución será necesario adquirir los siguientes:

Cantidades	Materiales	Costo estimado
20	Fotocopias con el poema impreso	\$ 200
20	Lapiceras	\$ 60
3	Marcadores para pizarra (varios colores).	\$ 200 c/u
1	Resma de papel A4 o A3 blanco 70 gramos	\$ 300
1	Ovillo de lana	\$ 250

El Colegio de psicólogos de la Provincia de Córdoba, establece en la resolución de junta de gobierno 137/14 que los honorarios mínimos éticos profesionales son:

- Psicoterapia de grupo: \$410 por integrante del grupo.

Teniendo en cuenta la modalidad de taller vivencial será utilizada para el cálculo de los honorarios profesionales el valor fijado para la *Psicoterapia de grupo* con un valor de \$ 410 por integrante.

EVALUACION:

En primer término se hará una breve aclaración para adentrarnos en que es una evaluación de impacto, y que tipo se utilizara en este trabajo.

Cohen y Franco, "plantean que, la evaluación de impacto establece en qué medida la intervención social logra mejorar la situación para lo que fue diseñado, la magnitud que tuvieron los cambios, si los hubo o no, a qué segmento de la población objetivo afectó y en qué medida". (Como se citó en, Marcos Valdés, 1999).

Así también este autor, nos arroga mayor luz y amplia, definiendo la "evaluación de impacto como la diferencia existente entre un conjunto de características iniciales y las características finales observadas en la ejecución de un programa o proyecto". (Como se citó en, Marcos Valdés, 1999).

Evaluación ex - post o terminal:

La evaluación ex – post es la que más desarrollo ha venido mostrando y la que más se ha aplicado en el contexto de la evaluación de programas y proyectos sociales. Este tipo de evaluación busca establecer el logro de los objetivos que planteó el proyecto en su formulación original una vez finalizada la ejecución de este. Según Briones, la evaluación ex – post es el "estudio que se realiza después de que el programa ha terminado, con la finalidad de establecer si se obtuvieron o no los resultados esperados y los factores que actuaron en una u otra dirección". (Gutiérrez Héctor 1993).

La necesidad de evaluación al término de un proyecto social se relaciona con la detección y cuantificación de los resultados de la intervención en relación con los

objetivos específicos del proyecto (Hernández Sampieri, Roberto, et al, 1991).Dicho en otras palabras, la evaluación ex – post debe compatibilizar la necesidad de medir el logro de los objetivos del programa o proyecto con el levantamiento de los datos al concluir la ejecución del proyecto. (Marcos Valdés, 1999).

En este sentido, este tipo de evaluación constituye la última de las etapas del ciclo de vida de los proyectos sociales, y permite generar conclusiones y correcciones para los proyectos nuevos. (Como se citó en, Marcos Valdés, 1999), que persigan fines semejantes, naturalmente, a partir de la información generada. “. (Como se citó en, Marcos Valdés, 1999).

Por lo tanto, en la evaluación ex - post se confrontan los resultados del proceso de transformación de la realidad, productos y resultados, con parámetros de juicio que responden a los objetivos planteados inicialmente, con el fin de obtener conclusiones sobre el margen de logro o fracaso alcanzando por la ejecución del proyecto “. (Como se citó en, Marcos Valdés, 1999).

Luego de este preámbulo se dispone esta evaluación para conocer el impacto, y los resultados obtenidos con la implementación de los talleres, mediante una serie de evaluaciones cuyas respuestas permitirán saber el grado de efectividad o no del mismo, como así también aspectos a mejorar. Dicha evaluación permite además dar cuenta de los nuevos conocimientos obtenidos, ponderando el antes y el después del taller.

En el Anexo I se incluye el Modelo de Evaluación de Impacto
(matriz)

En Anexo II se adjunta cuestionario con la intención de informarse sobre las consideraciones en relación al taller en sí mismo, modo de exposición, recursos

utilizados, manejos de tiempo, entre otros; pudiendo enumerar el ítem del 1 al 10, siendo 1 muy malo o nada, y siendo 10 excelente o mucho.

En Anexo III se adjunta cuestionario, cuya posibilidad de respuesta es “Sí” o “No”, y debe administrarse antes de que se dicte el taller para tener una noción del acercamiento y vinculación de la población seleccionada, si se han generado fortalezas y promovido factores de protección para enfrentar los consumos problemáticos.

RESULTADOS ESPERADOS

Se espera que este plan de acción haya acercado miradas que generen un contacto consigo mismos, y para con los demás en relación a sus emociones. Por otro lado brindar herramientas de autoregulación que puedan ser aplicadas en sus vidas como el caso del mindfulness, como así también que las actividades realizadas hayan tenido un impacto positivo en el autoestima favoreciendo así factores protectores cruciales para torcer la balanza en pos de la salud. Por último y no menos importante involucrar y generar conciencia en los padres de su rol protagónico como guías, contenedores y protectores de la salud de sus hijos.

En cuanto a resultados más concretos que se esperan, es en la parte introductoria del taller, proponer no una bajada vertical de información, posicionando a los destinatarios del taller en un rol pasivo, si no lo contrario, generando una participación activa, en donde puedan expresar sus opiniones, experiencias, y saberes acerca del tema, y tener un panorama más genuino para trabajar sobre él, pudiendo a la vez visualizar cuales son los mitos que circulan al rededor del consumo de sustancias, para

así echar luz y generar conciencia al respecto, a la vez de entregar información de calidad en remplazo de sus creencias subjetivas.

Por otro lado, en cuando al registro de emociones, se espera que al poder en primer lugar, comenzar a identificar, y conectar con sus propias emociones, para luego en conciencia de las mismas puedan gestionarlas, y así en momentos en los que existe presiones desde el mundo externo como interno, que generan malestar puedo tener mayores herramientas para enfrentar dichas situaciones de malestar, en vez de recurrir o recaer en consumo de sustancias.

La herramienta de Mindfulness, o conciencia plena, también es un gran aporte para de gestión emocional, y en donde ayuda que en momentos dentro de la curva acescente de emociones o estado de frustración, logren pasar ese momento de impulso que muchas veces es saciado a través de el consumo.

En cuanto a las actividades donde se trabaja los elementos que los participantes identifiquen que les brindan apoyo y seguridad, se busca tener en claro los factores protectores con los que cuentan. El pensarse hacia futuro, es decir tener un proyecto de vida, visualizarte, tener metas, objetivos, dota de un porque, y un sentido de vida, tiene una función organizativa tanto del mundo interno como externo del individuo, y esto es lo que se espera que genere las actividades de dicho taller

CONCLUSIONES

Partiendo de estar inmersos en una sociedad de consumo, entendido en un sentido amplio, y desde un contexto en donde predomina la inmediatez, el poco tiempo para crear vínculos fuertes, o bases para crear un apego seguro, entendido como "niños que al estar con su madre, exploran libremente, protestan ante su partida y la buscan en forma activa. Suelen tener madres sensibles, confiables y disponibles. (Vega, Verónica, Sanchez, et al 2011), los cuales podrían formar pilares fuertes. Siguiendo esta línea los consumos problemáticos, están presentes en nuestra sociedad desde tiempos antiquísimos, y afectan sin discriminar edad, género o posición socioeconómica. Es una realidad latente y compleja con la que se convive, por esto se cree necesario pensar, y gestionar alternativas que puedan dar en menos o mayor medida una contribución a atenuar esta problemática. Se cree pertinente por esto situarse desde una prevención, para así actuar como bien dice la palabra antes del hecho, o por lo menos fortalecer los llamadas factores protectores.

Este plan de intervención tiene como punto a destacar un abordaje que se extiende más allá del grupo poblacional destinado, abarcando e incluyendo a los padres, que se cree fundamental para generar una transformación.

Es adecuado mencionar algunas de las limitaciones que se han encontrado al generar este dispositivo, las cuales pueden ser tomadas para futuras mejoras. El contexto de pandemia que nos ha tocado, impidió un acercamiento al campo lo cual siempre es rico para comprender y desde allí pensar y accionar con más precisión teniendo en cuenta la realidad en la que trabajamos. Por otro lado se cree atinado

involucrar más al personal de la institución, esto podría ser muy beneficioso pensando en el compromiso, el saber que se encuentra en estos miembros ya sea desde su rol, pero también desde ese saber que se obtienen estando en el día a día, con los alumnos.

Para cerrar se sugiere que este tipo de dispositivos que tiene lugar en la escuela e incluyen a los padres, no quede solo en esta humilde y limitada intervención, se propone trabajar más en red, con el personal docente y miembros de las institución para continuar fortaleciendo lazos, y dando así un mejor espacio de contención como así más amplio, comprendiendo la difícil y vulnerable etapa del ciclo vital de los adolescentes.

Referencias:

Universidad Siglo 21 (2019). *I.P.E.M. N° 193 José María Paz*.

Recuperado de: [file:///C:/Users/hp/Downloads/I.P.E.M.%20N%C2%B0%20193%20Jos%C3%A9%20Mar%C3%ADa%20Paz%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/hp/Downloads/I.P.E.M.%20N%C2%B0%20193%20Jos%C3%A9%20Mar%C3%ADa%20Paz%20(3).pdf)

Universidad Siglo 21 (2019). *Líneas temáticas estratégicas*.

Recuperado de: siglo21.instructure.com/courses/7659/pages/plan-de-intervencion-modulo-0

(Universidad Siglo 21, 2019). *I.P.E.M. José María Paz 193*.

Recuperado de: <https://siglo21.instructure.com/courses/9721/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

García del Castillo, Jose A. (2015). *Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones*. Salud y drogas, 15(1),5-13.

[fecha de Consulta 3 de Septiembre de 2020]. ISSN: 1578-5319. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=839/83938758001>

Ángeles Páramo, María de los Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: *Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión, Terapia Psicológica*, vol. 29, núm. 1, julio, 2011, pp. 85-95 (Sociedad Chilena de Psicología Clínica),Santiago, Chile.

Geanella Lisseth Pionce Toala ,2019. Consumo problemático de sustancias psicoactivas en adolescentes, <http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/1645/1/UNESUM-ECUADOR-ENFERMERIA-2019-41.pdf>

Grafico : Damin C, Di Biasi B, 2019). Consumo de sustancias psicoactivas, recuperado de RAAC (Red asistencias de las adicciones en Córdoba), plan provincial de prevención y asistencia de las adicciones. https://farranz-caba.infod.edu.ar/aula/prg_texto.cgi?wAccion=ver_texto&id_texto=512&id_unidad=841&id_curso=88

Linda Teresa Orcasita Pineda, Fernanda Uribe Rodriguez, la importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes, 2010. <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1151/943>

Lucchese Marcela Sm, Burrone María

Soledad, Enders Julio Enrique , Fernández A. Ruth, 2012, consumo de sustancias, y escuela.

<https://revistas.psi.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/6821/7901>

SEDRONAR abordaje integral de los consumos problemáticos, 2017,

Secretario de Programación para la Prevención de la Drogadicción y Lucha contra el Narcotráfico, <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Manual2019.pdf>

Ley de salud mental nº 26.657. Dirección de salud mental y adicciones, http://www.msal.gob.ar/images/stories/ryc/graficos/0000001237cnt-2018_ley-nacional-salud-mental-decreto-reglamentario.pdf

Becoña Iglesias, Elisardo Bases psicológicas de la prevención del consumo de drogas Papeles del Psicólogo, vol. 28, núm. 1, enero-abril, 2007, pp. 11-20 Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España, recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77828103>

Elisardo Becoña Iglesias Maite Cortés Tomás, Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación, 2010, recuperado de <http://www.fundacioncsz.org/ArchivosPublicaciones/270.pdf>

OMS, 1948, concepto de salud.

(Marcos Valdés, 1999, La evaluación de proyectos sociales:

Definiciones y tipologías.

https://www.mapunet.org/documentos/mapuches/evaluacion_proyectos_sociales.pdf

. Gutiérrez Héctor. Fundamentos Metodológicos, conceptuales y operativos del enfoque costo eficiencia y necesidades básicas en la evaluación social de los proyectos sociales. ILPES Septiembre 1993.

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos y Baptista Lucio, Pilar.

“Metodología de la Investigación”. Mc.Graw – Hill. Colombia, 1991.

Ibáñez, Sergio. “Enfoque de Evaluación de Impacto. Diseños y técnicas para enfrentar la Evaluación”. Azul Consultores Asociados.

Vega, Verónica, Sanchez, Magali Luz y Roitman, Denise (2011). Tipos de

apego en una muestra de adolescentes con y sin trastornos de la conducta alimentaria. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
<https://www.aacademica.org/000-052/321>

Gallego, H.A. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. *Revista virtual Universidad Católica del Norte*, (35), p. 326-345. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=194224362017>

Borinsky, Marcela (2013). Psicoanálisis de la adolescencia en la Argentina de los '60. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Mayer, J.D. (2001). A field guide to emotional intelligence. En Ciarrochi, J., Forgas, J.P. y Mayer, J.D. (2001). *Emotional Intelligence in Everyday Life*. Philadelphia: Psychology Press.

Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 1, 232-242

ANEXO 1: MATRIZ DE EVALUACIÓN DE IMPACTO

MATRIZ EVALUACIÓN DE IMPACTO

Taller de prevención del consumo problemático de sustancias psicoactivas en adolescentes del IPEM nro. 193 José María Paz.

CATEGORÍA DE ANÁLISIS	POSIBLES INDICADORES	RESPUESTAS
	<ul style="list-style-type: none"> ● Número de jóvenes que tienen conocimientos precisos sobre las sustancias, sus efectos a corto o largo plazo y cuánto se usan. ● Número de jóvenes que tienen auto registro emocional. ● Número de jóvenes que logran encausar adecuadamente sus emociones. 	
Emociones: Poder reconocer emociones, poder mediarlas, y encausarlas.	<ul style="list-style-type: none"> ● Número de jóvenes que logran saber al menos en parte lo que les pasa y buscan resolverlo de manera saludable. 	

<p>Expresión, gestión de emociones, y autoestima.</p> <p>Cómo se perciben a sí mismos. Qué virtudes y</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Número de jóvenes con más capacidad para resolver problemas de 	
<p>defectos, qué habilidades creen poseer o poder lograr.</p>	<p>manera constructiva y hacer frente a sus emociones y estrés.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Número de jóvenes que tienen más fe en su fortaleza y talento. 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Número de jóvenes que considera sus emociones, sentimientos pensamientos antes de tomar una decisión. 	
<p>Auto regulación de emociones</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Número de jóvenes que considera tener herramientas para afrontar situaciones adversar 	
<p>Motivación y factores protectores</p>	<ul style="list-style-type: none"> • número de jóvenes que creen en sí mismo y en oportunidades de cara al futuro , 	
<p>Concientización e intercambio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cantidad de alumnos que reconocen un cambio en la vincularidad con sus padres. 	

Concientización y reflexión	<ul style="list-style-type: none"> ● Número de alumnos que sienten mayor acompañamientos, presencia, y contención de parte de los padres o tutores . 	
	Numero de jóvenes que consideran que pueden hacer frente a las oportunidades de consumo, diciendo no.	

ANEXO II

Cuestionario personal en relación a cuestiones técnicas.

Por favor lea individualmente y responda. Siendo 1 nada ó malo y 10 mucho ó excelente.

1. ¿Cómo sintió que el taller cumplió con sus expectativas?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Fue el expositor claro en sus explicaciones y guía.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Me gustaron los recursos utilizados

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4. Me parecieron bien manejados los tiempos.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

5. Me interesó la temática y cómo se trató.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

6. Mi asistencia a los encuentros.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

7. Me sentí escuchado y comprendido.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

8. Pude reflexionar sobre la temática

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

9. Pude saber más sobre la temática.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

10. Fortalecí mi autoestima y autoconfianza

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

11. Fortalecí mis valores e identidad.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

12. Pude dialogar e intercambiar experiencias.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ANEXO III

Cuestionario previo y posterior al taller.

Edad:

Sexo:

Utilizo la sustancia en ciertas ocasiones (fiestas, celebraciones, etc.)

- No

- Sí

En caso de no consumirla, ¿me da curiosidad hacerlo?

-No

-Sí

A pesar de conocer y/o usar la sustancia, paso largas temporadas sin tomarla y/o pensar en ella. - No

- Sí

Puedo pensar en dejar de usar la sustancia para siempre y eso no me causa ningún problema.

- No - Sí

Consumo la sustancia aunque me cause problemas en los estudios.

- No

- Sí

Consumo sustancias aún cuando es físicamente peligroso (conducir, trabajo, andar en bici, etc.)

- No - Sí

Consumo la sustancia aún cuando he tenido o pueda tener problemas por su uso (peleas).

- No

- Sí

Consumo la sustancia aunque me causa problemas con mi familia, mis amigos o mi

pa

rej

a.

-

N

o

- Sí

La dosis que tomo es mayor a medida que pasa el tiempo, o la misma dosis me causa menos efectos.

- No

- Sí

Si no consumo la sustancia mi organismo la echa en falta o consumo otra sustancia parecida para aliviarme.

- No

- Sí

A veces tomo la sustancia en mayores cantidades de lo que inicialmente pretendo.

- No - Sí

He hecho intentos, sin éxito, para controlar el uso de la sustancia.

- No

- Sí

Empleo mucho tiempo en obtener y/o consumir la sustancia o en recuperarme de sus efectos.

- No

- Sí

He reducido de forma clara mis actividades sociales, laborales o recreativas por el uso de la sustancia.

- No

- Sí

Creo que realizando otras actividades recreativas puedo reducir el

consumo -Sí

-No

¿Creo que mis amistades, familiares, escuela, comunidad, son factores que favorecen el consumo de sustancias?

-Sí

-No

¿Creo que mis amistades, familiares, escuela, comunidad, son factores que me protegen del consumo de sustancias?

-Sí

-No

¿Me siento acompañado por mi padres cuando tengo algún problema?

-Sí

-No

¿Siento que puedo expresar lo que me pasa a la gente que me rodea?

-Sí

-No

¿Puedo decir que no si me ofrecen y no quiero?.

-Sí

-No

¿Creo que si estoy angustiado es más factible que consuma?

-Sí

-No

¿Cuándo siento que no me salen las cosas como quiero, pienso en consumir?.

-Sí

-No

¿Creo que si estoy aburrido es más factible que consuma?

-Sí

-No

¿Creo que si estoy enojado es más factible que consuma?

-Sí

-No

¿Registro el estado actual del cuidado que llevo de mi salud?

-Sí

-No

¿Cuándo siento rabia expreso mis ideas de manera prudente y asertiva?

-Sí

-No

¿Entiendo que el estrés me hace daño y que debo controlarlo cuando empieza a interferir con mi cotidianidad?

-Sí

-No

¿Cuándo me estreso tengo las herramientas para sentirme mejor?

-Sí

-No

¿Me esfuerzo por reducir fuentes de estrés modificando mi estilo de vida?

-Sí

-No

¿ Cuando estoy estresado/a trato de respirar profundamente para sentirme más tranquilo (a).?

-Sí

-No

¿Cuando siento enojo puedo parar para pensar la mejor forma de actuar?

-Sí

-No

¿Reconozco cuando tengo emociones negativas y busco soluciones para superarlas?

-Sí

-No

¿Conozco formas de enfrentar un problema?

-Sí

-No

¿Puedo pedir ayuda cuando no sé cómo enfrentar un problema?

-Sí

-No

¿Me tomo el tiempo para reflexionar sobre mis necesidades e intereses?

-Sí

-No

¿Para tomar una decisión considero mis emociones, sentimientos y criterios?

-Sí

-No

¿Organizo mis ideas e identifico posibles consecuencias antes de tomar una decisión?

-Sí

-No

¿Aunque la situación sea conflictiva, la mayoría de las veces mantengo la calma?

-Sí

-No

¿Soluciono los problemas con serenidad?

-Sí

-No

¿Me arrepiento de varias decisiones que tomé en el pasado?

-Sí

-No