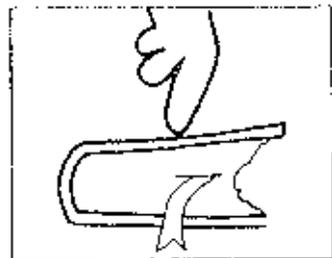


DROGAS: PROGRAMA DE EDUCACION PREVENTIVA EN LA ESCUELA

2. BIBLIOGRAFÍA (VII)



Análisis de libros sobre el «Dí - que - NO» (Continuación)



ALVAREZ, A.
y otros
**Desarrollo
de las
habilidades
sociales en
niños de sde
3 a 6 años**
**Guía
práctica para
padres y
profesores**
VISOR, 1990

iniciales de la edad preescolar la base sobre la que se fundamenta el repertorio comportamental del futuro ser adulto»

«Agradecemos la colaboración de padres y profesores con los que hemos trabajado a lo largo de nuestra actividad profesional, cuyo interés por la educación de sus hijos/as y alumnos/as nos han animado a profundizar cada vez más en este tema...». (Colegio Público NÚÑEZ DE ARENAS de Getafe)

Primera parte: Teoría

La edición del Cuaderno de Trabajo tiene el atractivo especial de su letra a mano y una serie de gráficos de niños en actitudes dinámicas y lúdicas. Eso ayuda a comprender mejor el clima didáctico y escolar con el que está expuesto.

- la conducta se aprende
- definición y observación de conductas: autonomía personal, interacción con los demás.
- técnicas para enseñar conductas: reforzamiento positivo, aprendizaje por observación, aprendizaje por moldeamiento
- técnicas para hacer desaparecer conductas: retirada de atención, tiempo fuera, castigo.

Segunda parte: Anexos

Se presentan una serie de escalas e instrumentación para que sirvan de apoyo y evaluación de lo que se ha pretendido conseguir en la primera parte.

- escalas de observación para padres: interacción del niño en el juego, en la expresión de emociones, autoafirmación y conversación (para 3 y 4-5 años); escalas de observación sobre sus habilidades de autonomía (3 y 4-5 años)

- escalas de observación para profesores sobre los mismos o parecidas habilidades

- textos programados para padres: conducta, proceso de socialización, observación y registro de conductas, refuerzo positivo, imitación, moldeado; técnicas para hacer desaparecer conductas: castigo, retirada de atención, tiempo fuera.

- textos programados para profesores con los mismos contenidos que en los de padres.

Situaciones de aprendizaje estructurado

Se presentan situaciones de aprendizaje que puedan servir de práctica intensiva tanto en el ámbito familiar como escolar

Después de describir cómo se construye - a través del juego y escenificación - cada módulo de entrenamiento para estas edades, se formulan algunas prácticas concretas: tomar iniciativas, expresar emociones, la autoafirmación, saber conversar, etc.

Se termina con un listado de "reforzadores" sociales, materiales y actividades que pueden ayudar al niño en el aprendizaje de conductas nuevas o en el cambio por otras

Un prólogo de intenciones

«Hay unanimidad en aceptar que el desarrollo del ser humano está en función de dos grupos de factores que trabajan sinérgicamente: los factores hereditarios... y los factores de interacción sociales que intervienen desde el nacimiento, en el curso del crecimiento y en la formación del repertorio de las conductas específicas de cada persona. Sin esta intervención / transformación social externa, a través de la acción educativa, aquellos mecanismos psíquicos elementales presentes en los factores innatos / hereditarios no se poseerían nunca en actividad»

«Los padres y profesores como distribuidores primarios de refuerzos y modelos, somos factores de transmisión o de interacciones sociales indispensables para el desarrollo armonioso de la personalidad. Serán, pues, estas interacciones sociales

Drogas: Programa de Educación Preventiva en la Escuela

COMO
TRABAJAR
DESARROLLAR
LOS HÁBITOS
PERSONALES



**COMELLAS,
M^o Jesús**
**Cómo medir y
desarrollar los
hábitos personales**
Geac 1986

Comienza distinguiendo dos campos de maduración en el niño: psicológica y social.

- es maduro «psicológicamente» cuando logra una buena coordinación corporal, una coordinación óculo-manual, una motricidad fina, equilibrio, memoria, organización espacial y estructura mental adecuada al aprendizaje que se le pide, etc.

- es maduro «socialmente» cuando sabe vivir en sociedad y esto se nota principalmente en su manera de comportarse en situaciones en las que está solo, fuera de la familia: capta suficientemente las capacidades y sentimientos de los demás, entiende algunos conceptos sociales básicos (dinero, normas), se relaciona con los demás y respeta sus funciones, se da cuenta de de las intenciones y puntos de vista de los demás, etc.

Habilidades en diversas áreas

El libro, por supuesto, no se refiere ni exclusiva ni principalmente al «Di-que-NO», de cuyo apoyo bibliográfico estamos tratando en este estudio; pero lo traemos aquí como una plantilla estructurada para entender bien cómo los padres deben observar hasta qué punto los hijos dominan ciertas habilidades que servirán de base a su conducta.

Efectivamente, el saber alimentarse, vestirse adecuadamente, tener higiene y hábitos saludables, controlar sueño y descanso, ser responsable, saber organizarse y tener un orden en su trabajo, saber estar solo y relacionarse con los demás pueden dar un excelente campo de entrenamiento, observación y refuerzo para conductas posteriores más específicas.

Un ejemplo: habilidades sociales

Cada área tiene su estructura peculiar, pero sigue básicamente los mismos aspectos de trabajo: objetivos de esa área, metodología a seguir para lograr un buen desarrollo, ejemplos concretos, escala de comportamientos esperados en cada uno de las edades (de 2 a 14 años).

Cada área no puede verse por separado: unas influyen en otras y, por otra parte, no podrá entenderse cada una si prescindimos de aspectos que están más claros en las demás. Por eso el libro, con sus descripciones breves, puede ser un buen punto de partida para que los padres se acostumbren a reflejar objetivamente qué

esperan de sus hijos en cada una de las áreas y, al mismo tiempo, establecer el diálogo y acuerdo necesario con los hijos para que los hábitos no sean producto de normas impuestas, automáticas sino construidas entre todos y suficientemente aceptadas.

HABILIDADES
SOCIALES
Y SALUD



GIL, F., y OTROS
**Habilidades
sociales y salud**
Eudema, 1992

**LEON, J. y
OTROS**
**Habilidades
sociales en el
trabajo de**

enfermería. Fuden 1990

Abrimos un nuevo campo con la recensión de estos dos libros que estudian el tema de las habilidades sociales en el campo de la salud o, más concretamente en el segundo caso, con el trabajo de la enfermería.

Y esto por dos razones:

- una, porque conviene conocer otros aspectos de las habilidades sociales, especialmente cuando se tratan de temas tan relacionados entre sí porque, al fin y al cabo, en ambos casos («di-que-NO») y lo de cuidado de enfermos son problemas de salud.

- otra, porque ellos mismos dedican, por ejemplo, un capítulo específico al «proyecto de entrenamiento de habilidades sociales con toxicómanos», como una muestra breve de lo que se puede hacer en estos casos.

Habilidades sociales con toxicómanos

«Consideramos que uno de los factores más relevantes en el inicio y mantenimiento del consumo de drogas es la ansiedad experimentada ante situaciones interpersonales, en cuya base podemos encontrar la ausencia de habilidades para expresar las emociones de forma adecuada. Ello explicaría las conductas de evitación en situaciones conflictivas de interacción social, y el uso de la droga para desinhibir la emisión de ciertas conductas incompatibles con la ansiedad social»

- Se explica qué «habilidad» será objeto del entrenamiento, así como el porqué, el para qué y cómo se efectuará el entrenamiento.

- Se muestran diferentes «modelos» de formas alternativas de comportamiento ante una situación determinada.

- Se verifican «ensayos» de esa nueva habilidad en un ambiente simulado, dirigido por el terapeuta.

- Se le proporciona «retroalimentación» para mejorar técnicamente esa habilidad.

- Se le ayuda con un «refuerzo» o

motivación tanto externo de animación como interno, haciéndole ver cómo él mismo se siente mejor por su conducta.

- Se le indica el campo real de «experiencia» donde puede practicar esa nueva habilidad.

- Se recoge su «información» de cómo le ha ido.

Además de este ejemplo concreto sobre drogodependencias, el libro tiene una segunda parte donde se describen en qué consiste la metodología general que luego aplica a situaciones concretas en el ámbito de la salud.



SCOTT, Sh.
**When to say YES
and make more
friends**
HRD, Massachu-
setts 1988

Si se recuerda, comenzamos nuestra

Bibliografía sobre el

Di-que-NO con el libro de Sharon SCOTT «How to say NO and keep your friends».

Dicho de otra forma, hemos comenzado con el «Di-que-NO» y terminamos con el día que sí a tantas cosas para que, precisamente el NO sea más rotundo.

En todo el proceso del Di-que-NO, expresado en los 31 capítulos de este Dossier, lo importante ha sido que el NO sea libre, personal, consecuencia de un convencimiento y no tanto el fruto de una imposición moralista o autoritaria.

Sólo el que tiene aceptados muchos «sís» en la vida, puede decir NO a lo que puede arruinarle.

No se trata, por tanto, de imposiciones sino de información de cómo puede decirse NO: si el entrenamiento en esta habilidad se hace libremente, en grupo, con la información amplia y necesaria, con discusión abierta y múltiple, las personas sabrán luego a qué atenerse y cómo usar su propia libertad del SI/NO, según les guste deshojar su propia margarita.



SCHWEBEL, R.
**Decir NO no es
suficiente**
**Cómo tratar con
sus hijos el tema
de las drogas y el
alcohol.**
Paidós 1991

* «Es importante que los jóvenes escuchen el mensaje del «Di-que-NO». Pero los jóvenes necesitan

Drogas: Programa de Educación Preventiva en la Escuela

algo más que un slogan. Necesitan modelos de conducta positivos. Necesitan sentirse bien consigo mismos. Necesitan saber cómo divertirse y cómo enfrentarse al estrés sin acudir a las drogas. En síntesis, decir NO no es suficiente»

«Los adolescentes necesitan normas de comportamiento claras y una presentación objetiva de los hechos. Necesitan la oportunidad de pensar por su cuenta y discutir sus ideas. Necesitan aprender a tomar decisiones propias en lo que respecta a las drogas y a todos los asuntos relativos a la salud en general» (Dr. Schwebel)

«Coincido con el Dr. Schwebel en que la mejor protección contra el uso indebido de drogas radica:

- en primer lugar, en crecer en el seno de una familia unida y afectuosa, en donde se favorezca la comunicación abierta y espontánea entre padres e hijos.

- en segundo lugar, en mucha autoestima, que se logra no sólo a través del afecto y de las oportunidades para triunfar sino también recibiendo más aprobaciones que críticas.

- en tercer lugar, en la capacidad de pensar con claridad y sensatez, lo cual se

consigue conversando con los padres, discutiendo las reglas y aprendiendo las consecuencias de un desempeño inadecuado.

- en cuarto lugar, en la resolución de problemas, la capacidad se desarrolla a partir de oportunidades para analizar dificultades y encontrar soluciones. (Dr. Benjamin Spock)

Fortalecimiento, diálogo, intervención

El autor se fija en estos tres capítulos para lograr que el NO a las drogas no sea un producto automático, moralista o autoritario, contra el que la rebeldía de los jóvenes de los jóvenes tendría problemas. Es necesario que digan NO, pero sin imposición sino por su propio convencimiento.

1. FORTALECIMIENTO

Después de una introducción sobre la droga y sus clasificaciones, el autor propone las siguientes habilidades que deben favorecer los padres para lograr un «fortalecimiento» ante las drogas: autoestima, claridad de pensamiento, saber

resolver problemas, relaciones válidas con los demás y la programación consiguiente para estudiar cada una de estas habilidades.

2. INTERCAMBIO DE INFORMACIÓN

No bastaría la lista de habilidades si no sabemos después cómo establecer relaciones válidas con los hijos: diálogo, acuerdo, comprensión, competencia, autoestima, buen razonamiento, control versus confianza, ser personales en la relación, saber aceptar otras opiniones, consumir tiempo en ello, aceptar sentimientos, escuchar, establecer acuerdos, etc.

3. INTERVENCIÓN

Sin embargo, no siempre se obtiene éxito y a veces resulta imprescindible el intervenir: no culpabilizarse sin más, compartir el dolor y preocupación del hijo, lograr su decisión de ir a una consulta, buscar la verdad de la situación objetiva y no tanto la culpabilidad del hijo, acompañarle en el tratamiento, establecer grupos con otras familias en casos parecidos, etc.

BIBLIOGRAFÍA SOBRE EL «DI—QUE—NO»

Presentamos una lista de los libros útiles para el «Di-que-NO». La mayoría de ellos han sido objeto de comentario en los dossiers (25-31).

Unos van directamente al Di-que-NO y otros se extienden más en el desarrollo de las «habilidades sociales», de las que el Di-que-NO es sólo una parte; pero los escogimos porque ofrecen una complementariedad importante.

ALVAREZ, R. Para salir del laberinto. Sal Terrae 1992

ALVAREZ PILLADO y otros. Desarrollo de las habilidades sociales: 3-6 años. Visor 1990

CABALLO, V. Teoría, evaluación y entrenamiento habilidades sociales. Valencia, Promolibro 1987

COMELLAS, M^a. Cómo medir y desarrollar los hábitos personales. Ceac 1986

COSTA, E. Manual para el educador social (2.ª) Ministerio de Asuntos Sociales 1991

DAVIS, McKay. Técnicas de autocontrol emocional. Mtr Roca 85

DYER, W. Tus zonas erróneas. Grijalbo 1992

DYER, W. Evite ser utilizado. Grijalbo 1979

DYER, W. El cielo es el límite. Grijalbo 1981

DYER, W. Los regalos de Eykis. Grijalbo 1983

FABREGAS, J. Técnicas de autocontrol. Alhambra 1987

FENSTERHEIM, H. No diga sí cuando quiera decir NO. Grijalbo 1987

GARCIA, E. Ratonos, dragones y seres humanos auténticos. CEPE. Madrid 1992

GARCIA, M. Seres humanos auténticos. Albor CEPE 1992

GARRIDO, J. Di-que-NO. Padres y Maestros. Fonseca S. A. Cotoña. Tfno 228975

GIL, F. Habilidades sociales y salud. Eudema 1992

GOLDSTEIN, A. Habilidades sociales en la adolescencia. Mtez Roca 1989

KELLY, J. Entrenamiento de las habilidades sociales. Desclée de Brouwer 1987

LENETT, R. Di que NO, proteja a sus hijos. Grijalbo 1987

LEON, J. Habilidades sociales en el trabajo de enfermería. Fudea 1990

MICHELSON, J. Las habilidades sociales de la infancia. Mtez Roca 1987

MONJAS, M^a. Programa de enseñanza de habilidades sociales. Trilce 1993

PALMER, P. El ratón, el monstruo y yo. Asertividad para jóvenes. Promolibro 1991

SCHROEDER, B. Help kids say NO. Comp. Care 1987

SCHWEBEL, R. Decir NO no es suficiente. Paidós 1991

SCOTT, Sh. How to say NO and keep your friends. Human Resource Press 1986

SCOTT, Sh. Peer Pressure Reversal. Human Resource Development Press 1987

SCOTT, Sh. When to say yes and make more friends. HRD 1988

SCOTT WALLACE, J. The Just Say No Club Book. The JSNO Foundation 1987

SMITH, M. Cuando digo NO, me siento culpable. Grijalbo 1987

SMITH, M. Si, puedo decir NO. Grijalbo 1988

US. DEP. Health. Adolescent Peer Pressure. 5600 Fish Lane, 87

VERDUGO, M. Programa de entrenamiento en habilidades sociales deficientes mentales. Mexpa 91

Curso: «Dí — que — NO»

Educación preventiva de las drogas



Objetivos:

— El Curso "Dí-que-No", para educación preventiva de las drogas, se sitúa dentro del sistema que suele conocerse por "Presión de Grupo". Esto es, ¿cómo ayudar a una persona a saber convivir en su grupo y, al mismo tiempo, saber decir NO a sus compañeros, sin que por ello pierda básicamente su buena relación con ellos?

— Por otra parte, el Curso "Dí que No" lleva consigo el decir SI a muchas cosas y, con ello, constituir las bases de una confianza en sí mismo y en las propias posibilidades sin tener que acudir angustiosamente a dependencias externas.

* Temática del Curso "Dí - que - no"

- ¿Qué es un grupo? ¿Qué es la presión de Grupo (PDG)?
- El «Test ICA» y la dinámica de la Inclusión - Control - Afecto en un Grupo: figuras, pautas, prototipos sociales, juegos de interacción, casos personales.
- El "Dí - que - No" Ventajas y riesgos.
- Condiciones básicas para un "Dí - que - No" efectivo.
Las 20 formas del "Dí - que - No": aprendizaje espontáneo y entrenamiento asertivo.
- La "Visión Positiva de Sí Mismo" y el desarrollo de las propias capacidades.

Metodología del curso:

— El curso parte de la experiencia: ¿cómo mucha gente se las arregla para decir NO y, al mismo tiempo, mantenerse en buena relación con los demás? ¿Cómo son esas personas y qué hacen?

— Algunos son capaces de ello porque se sienten bien con lo que tienen, pretieren no correr riesgos, logran controlarse y no

buscar evasiones que les puedan traer problemas, etc. Otros, en cambio, sea porque no se sienten bien en la situación en que están, o por otras causas, arriesgan y no se atreven, no saben o no quieren decir NO a algo que se les presenta como atractivo, al menos a corto plazo.

— A decir NO también se aprende y, por eso, en el Curso se construyen situaciones simuladas de entrenamiento, se practica la metodología de casos, se estructura el aprendizaje sobre supuestos lúdicos en donde el lenguaje verbal, el movimiento, la plástica, lo audiovisual nos proporcionan datos para nuestra reflexión y futuras decisiones.

— No se trata de decir No, sin más. Se busca la adquisición de una habilidad social, un comportamiento que le permita libremente decir sí o no, según los propios valores.

* Para quién es el curso "Dí - que - no?"

El Curso está diseñado para educadores, para que los "profesores" y "tutores", de una forma sistemática, puedan trabajar en la escuela con sus alumnos; para que los "padres" puedan ejercitarlo con sus hijos en situaciones familiares; para que los "animadores sociales" lo utilicen en los grupos y clubs juveniles en la educación preventiva de la droga.

* Documentación

A los asistentes al Curso se les entrega una amplia documentación básica que le servirá no solamente para su entrenamiento y aprendizaje sino también para poder aplicarlo luego con los alumnos en su Colegio o grupo y como programa de las Escuelas de Padres.

* Asistentes

Dado su carácter interactivo de grupo, se acepta hasta un máximo de 35 personas.

* Duración

21 horas (3 días) o en horarios a convenir. El curso puede también complementarse con otros Cursos diferentes, de diversa duración, para la educación preventiva de las drogas: Toma de decisiones, clarificación de valores, resolución de conflictos, causas de drogadicción ...

* Información

Si desea información para organizar este curso en su propio Centro Educativo, llame o escriba a: Padres y Maestros, C/ Fonseca, 8-4º, 15004 La Coruña (España). Tfno. 981 / 22.89.75 y Fax 981 / 22.89.76.