

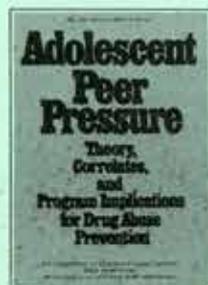
DROGAS: PROGRAMA DE EDUCACIÓN PREVENTIVA EN LA ESCUELA

2. BIBLIOGRAFÍA (III)



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

Tal como hicimos en páginas anteriores, seguimos con la presentación de libros que hacen referencia directa al «Dí - que - NO»; dejamos, por tanto, de lado otros libros muy interesantes sobre prevención de droga, pero que van más allá del sistema específico que aquí propugnamos.



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES.

Adolescent Peer Pressure.
5600 Fishers Lane, Rockville, MD 20857

Se trata de una información sobre los principales programas norteamericanos sobre "presión de grupo" que existían en 1988. Como introducción se propone, en primer lugar, un análisis de los adolescentes en la sociedad:

*«Soy el mundo que crece.
Me gusta tocarlo todo,
experimentarlo todo...
Sé que no soy alto, ni fuerte...
pero intento serlo.
Déjame vivir: soy una persona,
soy yo mismo...
Busco un espacio en mi vida...»*

Los jóvenes buscan su identidad, experimentan su madurez, viven en grupo, bus-

can su autonomía, ensayan sus valores; pero muchos de ellos necesitan nuestra atención: su puesto profesional en la sociedad no es fácil, la inseguridad familiar aumenta en muchos casos, la presión de grupo es cada vez más dura y necesitan encontrar su salida o, en caso contrario, buscarán formas de compensación, a veces sin retorno fácil.

La presión adolescente

Analiza, en segundo lugar, los factores que influyen en las disfunciones de la conducta juvenil: el stress, la falta de habilidades sociales, el ambiente; y, por otra parte, los condicionantes genéticos, cognitivos, emocionales, conductuales, sociales, culturales, etc.

De todos ellos se presenta un breve, pero nutrido esquema y se acompaña una bibliografía para que se vea, al menos, la amplia versatilidad de la situación de los adolescentes en la sociedad.

Programas "Presión de Grupo"

Se analizan finalmente los programas que han tenido una mayor eficacia, de los cuales extractamos algunos:

- «**Magic Circle**». P.O. Box 1505. La Mesa, CA 92041. Forma parte de los Programas de Desarrollo Humano y va dirigido principalmente a los alumnos de 12 a 15 años.

- «**Ombudsman**». Charlotte Drug Education Center. 1416 East Morehead. Charlotte, NC 28024. Tiene un sentido, tal como se indica en su título, de defensa y protección de los niños ante la presión de la

sociedad.

- «**Tribes**». Center for Human Development. 3702 Mt. Diablo Boulevard. Lafayette, CA 94549. Estudia la cooperación en grupos durante su trabajo escolar; esto les facilitará el saber acudir a los demás siempre que lo necesiten.

- «**The Jigsaw Classroom**». Sage Publications. Desarrolla una serie de técnicas de trabajo en pequeños grupos y promueve la cooperación de los alumnos, formando como un puzzle interdependiente, con el fin de que aprendan en qué consiste la parte positiva de la presión de grupo.

- «**Teen Involvement**». National Clearinghouse on Drug Abuse Information. 5600 Fishers Lane. Rockville, MD 20857. Una ayuda para que los profesores puedan establecer actividades que impliquen a los jóvenes en el trabajo y comunicación grupal y vivir así en una presión de grupo positiva.

- «**Tutoring With Students**». Melaragno, R. Englewood Cliffs, NJ. Educational Technology Publications. Marca las pautas de actuación con los adolescentes para llegar a un proceso de toma de decisiones sin dejarse llevar, sin más, por la presión de grupo.

- «**Cross-age Helping Program**». Orientation, Training and Related Materials. Peggy Lippit. Ann Arbor, Mi. Institute for Social Research. University of Michigan. Trata de las ayudas y actividades para el apoyo de los jóvenes en su edad crucial, ante la presión de grupo en tomo a las drogas.

– «Peer Counseling». Mimi and Don Samuels. Fiesta Publishing Corporation. Recoge el programa de Dade County y explica en detalle cada uno de los pasos para un estudio de la presión de grupo y su influencia ante las drogas.

– «Youth Helping Youth». Robert D. Myrick. Minneapolis: Educational Media Corporation. Muestra a los profesores cómo montar un programa en el que los alumnos de secundaria se apoyan mutuamente para saber tomar decisiones y decir No a la droga.

– «Children Helping Children». Robert Myrick facilita a los profesores un programa para que los alumnos de elemental sepan ayudarse unos a otros y contrarrestar así las posibles presiones de grupo sobre la droga.

– «Peer Counseling and Peer Power». H. Dean Gray. Accelerated development, Inc. P.O. Box 667. Muncie. IN 47305. Son dos libros para alumnos mayores, donde se analiza el poder del grupo y se facilita el aprendizaje de actitudes con los compañeros de clase.

* NB. El informe ofrecido aquí es meramente indicativo; para una mayor información, consultar con las direcciones anotadas en cada caso.



MICHELSON, J. y otros
Las habilidades sociales en la infancia
Mtz. Roca, 1987

No siempre resulta fácil decir «no». Algunas veces las personas no son capaces de negarse a un amigo o a un familiar. Pero los que ceden fácilmente ante los demás son considerados como «personas fáciles de vencer».

Así comienza el Módulo 4 – «dar una negativa o decir NO» – de este libro que tiene una perspectiva más amplia: el entrenamiento de las habilidades sociales en la infancia.

1. EL «NO» TIENE MUCHOS CAMPOS

Reducir el NO al campo de la droga es un error. Continuamente las personas se ven presionadas para hacer algo en el campo de la economía, de la amistad, de la profesión, de las relaciones personales. Y no siempre es fácil el negarse, logrando al mismo tiempo conservar las buenas formas y no perder a los amigos.

Las «habilidades sociales» suponen el

saber vivir y convivir con los demás en unos tiempos en los que la presión y estímulo atractivo viene de todas partes: la publicidad, el sentirse algo ante los demás, el responder a las imágenes de prestigio que nos inundan, el «un día es un día y no pasa nada», la necesidad de correr riesgos como un reto para salir de una vida monótona, el no contentarse con la propia suerte, el demostrarse que uno puede cualquier cosa ante el vecino... nos hace presa fácil de la presión de grupo ante innumerables aspectos en la vida: «prueba y verás... no pasa nada».

Después, resulta que no es tan fácil salir y viene el lamento: «me dejé llevar y no supe romper a tiempo», «estoy en un lío» y demás.

2. ¿SABE USTED, POR EJEMPLO?

Hacer cumplidos, presentar una queja, pedir un favor, preguntar por qué, pedir a otro que cambie su conducta, defender los propios derechos, tener una conversación, empatar bien con la gente, dominar el lenguaje corporal, saber relacionarse con personas de diferente cultura o estatus, relacionarse con el sexo opuesto, tomar decisiones, trabajar en grupo, afrontar los conflictos, etc. son muchas de las habilidades sociales aquí descritas.

3. ENTRENAMIENTO DE LA HABILIDAD SOCIAL

Las personas que dicen SI y querían decir NO suelen sentirse después muy mal. Lo mismo les pasa a los que tomaron una decisión incorrecta, presionados por el grupo; o los que se aguantaron sin protestar, cuando lo correcto era ir al dependiente del comercio y exigir un cambio del producto estropeado; o los que perdieron la oportunidad de conversar con una persona interesante para ellos y se quedaron sin palabra cuando querían decirle muchas cosas.

Todo esto, como el Dí-que-NO, tiene su entrenamiento especial, tal como se describe en el libro en un esquema repetido en cada uno de sus módulos de aprendizaje. Aquí nos fijaremos particularmente en el «Dí-que-NO», que vale también para todas las demás habilidades descritas arriba.

3.1 Fundamento teórico - racional para el educador.

Se describe en qué consiste la habilidad, su importancia y las consecuencias de utilizarla correctamente: por ejemplo, en este caso del NO, el sentir que uno no pierde los amigos de verdad cuando dice de verdad lo que siente.

3.2 Modelo de lección sobre el módulo concreto.

Se propone alguna situación que, en la vida ordinaria, suele admitir varias

respuestas, con el fin de que el alumno analice cada una de ellas.

– *posibles respuestas*: que cada uno diga todas las que se le ocurre.

– *preguntas para discusión*: ¿qué pasó con tus respuestas en diferentes situaciones y cómo te sentiste en cada momento?

– *fundamento teórico - racional para los niños*: ventajas e inconvenientes de esa habilidad social.

3.3 Guión para el educador: descripción de situaciones

– *respuesta asertiva*: expresa su opinión sincera

– *respuesta pasiva*: se deja llevar por evitar un problema inmediato

– *respuesta agresiva*: ataca a la otra persona con su respuesta

3.4 Guiones de práctica

Se escogen una serie más amplia de situaciones en las que aparezcan las tres posibles respuestas comentadas en el guión del educador.

3.5 Sugerencias de deberes para casa

Lo aprendido en la fase de entrenamiento en grupo se completa después con la vida en casa, en la calle, en la tele, en una lectura, etc. con el fin de que el alumno vea reflejado en la vida real cada una de esas habilidades y pueda comprobar hasta qué punto funciona o no lo aprendido.

4. COMPLEMENTOS FINALES

4.1 En primer lugar, una referencia a los aspectos especiales de la «Enseñanza de las habilidades»:

– *edad*: aquí se centran especialmente para los niños de 8 a 12 años

– *sexo*: los capítulos se aplican a grupos mixtos o no.

– *cultura*: la cultura y etnia de cada grupo debe tenerse en cuenta para ser más eficaces.

– *tamaño del grupo*: de 5 a 30 niños, máximo, con el fin de poder atender a cada uno según las circunstancias.

– *frecuencia*: una o dos veces por semana, 45 minutos por sesión.

– *padres*: imprescindible su cooperación en el entrenamiento.

4.2 En segundo lugar, una «Muestra de los instrumentos de evaluación de las habilidades sociales», con el fin de ver hasta qué punto faltaban o se han conseguido con los entrenamientos.

– lista de habilidades y escala de evaluación

– role - playing sobre habilidades

– guión conductual para niños

– informe de otras personas sobre tu comportamiento

– cuestionario sociométrico sobre habilidades

– autoinforme sobre comportamientos sociales



GOLDSTEIN, A. y otros Habilidades sociales en la adolescencia Martínez Roca 1989

"Las escuelas, cada vez más, tienen que responsabilizarse de la enseñanza de los jóvenes, y no sólo en cuanto a las aptitudes académicas básicas, sino también enfrentándose con un conjunto de problemas sociales y personales.

"Las soluciones a muchos de estos problemas pasan más por concentrar los esfuerzos en desarrollar las energías y posibilidades de los jóvenes molestos y problemáticos que por adoptar medidas correctivas o disciplinarias".

"La participación constructiva en el proceso pedagógico requiere determinadas habilidades relacionadas con el entorno en el cual se desarrolla la enseñanza".

"Hoy en día existe una mayor tendencia generalizada a aceptar la idea de que los jóvenes conflictivos en la escuela no sólo necesitan ayuda para aprender a ser pacíficos y sumisos, sino que necesitan que se les ayude a desarrollar activamente sus capacidades tanto como se posible"

6 grupos de habilidades

Para responder a esta expectativa de que los mismos jóvenes sean quienes utilicen sus capacidades para resolver sus problemas, los autores describen una serie de habilidades clasificadas en 6 grupos:

1. Primeras habilidades sociales: escuchar / iniciar una conversación / mantener una conversación / formular una pregunta / dar las gracias / presentarse / presentar a otras personas / hacer un cumplido.

2. Habilidades sociales avanzadas: pedir ayuda / participar / dar instrucciones / seguir instrucciones / disculparse / convencer a los demás.

3. Habilidades relacionadas con los sentimientos: conocer los propios

sentimientos / expresar los sentimientos / comprender los sentimientos de los demás / enfrentarse con el enfado del otro / expresar afecto / resolver el miedo / autorrecompensarse.

4. Habilidades alternativas a la agresión: pedir permiso / compartir algo / ayudar a los demás / negociar / emplear el autocontrol / defender los propios derechos / responder a las bromas / evitar los problemas con los demás / no entrar en peleas.

5. Habilidades para hacer frente al estrés: formular una queja / responder a una queja / demostrar deportividad / resolver la vuergüenza / arreglárselas cuando le dejan de lado / defender a un amigo / responder a la persuasión / responder al fracaso / enfrentarse a los mensajes contradictorios / responder a una acusación / prepararse para una conversación difícil / hacer frente a las presiones del grupo.

6. Habilidades de planificación: tomar iniciativas / discernir sobre la causa de un problema / establecer un objetivo / determinar las propias habilidades / recoger información / resolver problemas según su importancia / tomar una decisión / concentrarse en una tarea.

Un ejemplo: "Hacer frente a las presiones del grupo"

Aunque el entrenamiento de las 50 habilidades señaladas coinciden en un esquema parecido al utilizado en el «Dí-que-NO», escogemos el ejemplo de la lección sobre "presión de grupo", por su temática más cercana.

1. Piensa en lo que el grupo quiere que hagas y por qué.

– escucha a los demás; decide cuál es el significado real; intenta comprender lo que se está diciendo.

2. Decide lo que quieras hacer
– beneficiarte; resistir; postergarlo; negociar

3. Decide cómo les dirás lo que quieras hacer
– explica tus razones; habla a solas con cada uno de ellos; posterga la conversación; mantén tus opiniones.

4. Di al grupo lo que has decidido

* **Temas para el entrenamiento:**
– en el barrio: tu grupo quiere hacer gamberradas; ¿cómo dices que NO?
– en casa: quieren que rompas con un amigo
– en tu grupo: te fuerzan para que participes en una pelea.



— ACTIVIDADES —

1. La primera actividad sugerida para el entrenamiento es el «aprendizaje por modelos»: observación de un modelo, reacciones ante ese modelo, potenciación del modelo, etapas de aplicación.

2. La segunda actividad es el «Role-Playing», en el que se facilita el cambio simulado de papeles y se proporciona el refuerzo necesario para poner en práctica el papel adecuado.

3. En una tercera fase se busca la «generalización» del adiestramiento, de tal manera que no se reduzca a un comportamiento concreto sino que se extienda doblemente: en el espacio, a otros comportamientos todos los ámbitos de la vida; en profundidad, de tal manera que perdure.

4. Evaluación sistemática durante un tiempo para que la persona no sólo compruebe los efectos de sus nuevo comportamiento sino para que tenga ocasión de recibir nuevos refuerzos de los demás en el cambio de su conducta.

5. Todo ello lleva consigo una buena preparación del «instructor» para que el entrenamiento sea eficaz: capacidad de comunicación, creatividad, entusiasmo, habilidades ante la presión de grupo, sensibilidad interpersonal, escucha, conocimiento del comportamiento humano, psicología del adolescente, programación adecuada de las sesiones, recursos de trabajo, seguimiento de las personas que van al entrenamiento, etc.

6. El libro termina con un capítulo dedicado a la "manipulación de conductas problemáticas": por exceso, tales como la hiperactividad, comportamientos agresivos, conductas perturbadoras en grupo, rabieta, dependencia, etc.; y por defecto, como la falta de atención, el aislamiento, el negativismo, la apatía, la ansiedad, las insuficiencias verbales, la falta de autoconfianza.



MONJAS CASARES, M^a Inés
Programa de enseñanza de habilidades de interacción social: para niños y niñas en edad escolar.

Trilce, 1993

1. LAS 30 HABILIDADES

Están agrupadas en 6 áreas, respondiendo a la situación descrita inicialmente en el prólogo: «En todos los grupos de niños y niñas hay alguno/a que experimenta dificultades para relacionarse con los demás. Independientemente de la edad, sexo, contexto social, actividad o situación, hay niños que de forma esporádica y puntual o bien de forma crónica, sufren y lo pasan mal o no disfrutan cuando interactúan con las otras personas. También hay otros/otras que se lo hacen pasar mal a los demás cuando se relacionan con ellos porque los menosprecian, humillan, agreden o amenazan».

A) «Habilidades básicas de interacción social»: sonreír y reír / saludar / presentaciones / favores / cortesía y amabilidad.

B) «Habilidades para hacer amigos y amigas»: reforzar a los otros / iniciaciones sociales / unirse al juego con otros / ayuda / cooperar y compartir.

C) «Habilidades conversacionales»: iniciar conversaciones / mantener conversaciones / terminar conversaciones / unirse a la conversación de otros / conversaciones de grupo.

D) «Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones»: autoafirmaciones positivas / expresar emociones / recibir emociones / defender los propios derechos / defender las propias opiniones.

E) «Habilidades de solución de

problemas interpersonales»: identificar problemas interpersonales / buscar soluciones / anticipar consecuencias / elegir una solución / probar la solución.

F) «Habilidades para relacionarse con los adultos»: cortesía con el adulto / refuerzo al adulto / conversar con el adulto / peticiones al adulto / solucionar problemas con adultos.

2. EL PORQUE DE LAS HABILIDADES SOCIALES

«Las siguientes son descripciones de conductas socialmente inadecuadas o deficitarias que aparecen frecuentemente en la infancia:

- *no inicia conversaciones con otros niños*
- *se somete a lo que dicen los otros porque tiene miedo a ser excluido del grupo*
- *se muestra agresivo y hostil con los demás miembros*
- *no conversa con las demás*
- *se inhibe en situaciones de grupo*
- *cuando tiene un problema con otra compañera, acude al adulto*
- *evita relacionarse con personas de otro sexo*
- *no tiene amigos ni amigas*
- *soluciona los problemas con los iguales de forma agresiva*
- *enrojece y tiembla cuando tiene que hablar en público*
- *cambia frecuentemente de amigos*
- *no acepta las críticas que se le hacen*
- *se muestra excesivamente tímida fuera de contextos conocidos*
- *permanece sola muchos ratos, etc.*
- *junto a estos problemas, en los últimos meses asistimos a acontecimientos que sacuden a la opinión pública y que denotan graves y serios problemas de competencia social en la infancia y adolescencia: entre ellos están los niños y adolescentes que permanecen durante horas hablando por teléfono con personas que no conocen, los niños que prefieren el ordenador y los videojuegos a la compañía de otros niños y niñas o los adolescentes que se fugan de casa ante el mínimo conflicto con sus padres, por poner sólo unos ejemplos».*

3. FICHAS DE ENTRENAMIENTO

A cada una de las habilidades le corresponde una Ficha de Entrenamiento.

Escogemos, por ejemplo, la correspondiente a «Defiende tus propios derechos», por su relación más directa con el Di-que-NO, aunque en todo se repite el mismo esquema.

A) Instrucción Verbal, Diálogo y Discusión

- especificación de la habilidad: dar una negativa, decir que no, rechazar peticiones que nos hacen otras personas
- importancia: ¿qué pasará si tú no sabes negarte a las peticiones?
- aplicación: elegir situaciones donde se pueda ejercitar esta habilidad
- componentes y pasos conductuales; ser consciente de los derechos, darse cuenta de que no se respetan, comunicar el que te respeten.

B) Modelado

- «lo siento; ahora no puedo ir»
- «¿te importaría dejar de molestarme?»
- ejemplo de situaciones y proposición de respuestas

C) Role Playing / Dramatización

- preoaración de actores: unos acceden; otros dicen que No; pero todos manteniendo un respeto por el otro.

D) Feedback y Refuerzo

- proporcionar reforzamiento social por las conductas correctas
- o ayudándole a reflexionar y cambiar de respuesta

E) Tareas

- hacer una lista verbal de frases adecuadas para decir NO
- observar a otras personas cómo lo hacen en casa o en la calle
- etc.

— ACTIVIDADES —

1. Estudiar con detalle el libro, fijándose, por parte del profesor/a, en los tres primeros capítulos donde se describen los fundamentos y modo de proceder en el entrenamiento de cada una de las habilidades.
2. Por parte de los padres, es preciso estudiar también el capítulo cuarto, ya que se espera que el programa tendrá mayor eficacia si se da una colaboración especial entre el colegio y casa.