

REPASO dossiers 9 - 16

Al renovar este Curso de «DROGAS: PROGRAMA DE EDUCACION PREVENTIVA EN LA ESCUELA» y antes de seguir adelante, conviene hacer un alto en el camino y repasar un poco lo dicho en los dossiers (9-16) o insistir en alguno de sus aspectos.

A modo de sugerencia, recogemos aquí solamente la introducción que le dimos a cada uno de estos apartados (9-16). El Conductor de Grupo de Alumnos –en el Colegio o en la Escuela de Padres– sabrá elegir otros ejemplos e insistir en los que más convenga.

17

DROGAS: PROGRAMA DE EDUCACION PREVENTIVA EN LA ESCUELA (Repaso)



9.* La «presión de grupo»: casos personales (1ª parte)

– Efectivamente, unas personas disponen de más recursos para tomar decisiones coherentes con su propia manera de ser y pensar. Otras, en cambio, se dejan llevar, sin más, por lo que el grupo proponga o determine. ¿De dónde viene, a qué puede atribuirse tal diferencia?

– Unas veces, se dice, la culpa es de la situación: «me sentía mal en aquel momento, no sabía que hacer... y me dejé llevar, aun a pesar de ver claramente ciertos riesgos que corría». Otras veces la culpa se la lleva la ignorancia:

«no sabía realmente de qué se trataba, no me parecía tan arriesgado...»

– Pero, concediendo desde luego esas dos posibilidades –circunstancias especiales e ignorancia– suele afirmarse que casi siempre existe un componente personal más básico: unas personas se dejan llevar más fácilmente que otras ante cualquier tipo de presión grupal.

– Y conste, desde el principio, que no hay ninguna connotación negativa en esto de «dejarse llevar por el grupo»: muchas veces es excelente e indica una gran cualidad de adaptación, sensibilidad social hacia los demás y saber aceptar las decisiones grupales, anteponiéndolas a gustos propios.

– Donde se sitúa la dificultad es cuando uno «se deja llevar, sin más», sin pensar siquiera si te resulta conveniente o no, si está contra tu manera de ser y pensar, si te mete en riesgos de los que no sabrás salir; e incluso cuando uno lo hace a sabiendas de que no está actuando bien, pero cede simplemente por no quedar mal ante los demás del grupo o porque, según suele decirse, uno «no tiene personalidad» para hacer lo que piensa que debe hacer en cada momento, aun sabiendo que esto de ponerte en contra del grupo puede traerte algún problema.

– En este sentido, y a modo de ejemplo, vamos a describir algunos «casos personales» que pueden dar pistas para analizar mejor el tema que nos ocupa: ¿existen algunas «personas» que tienen una mayor predisposición a dejarse influir, sin más, por la «presión de grupo»?



10.* La «presión de grupo»: casos personales (2ª parte)

– En la 2ª parte, nos fijaremos en otros 4 casos más: los «rebeldes», los «agresivos», los «tímidos», los «marginados». ¿Hasta qué punto su situación personal ante los demás puede influir en que se dejen llevar más fácilmente ante cualquier tipo de «presión de grupo»?

– Por supuesto, y volvemos a repetir lo que ya decíamos en la 1ª parte, la PDG tiene un sentido correcto y agradable cuando uno se deja llevar por las opiniones del grupo en el sentido de compartir lo que los demás proponen, incluso en contra de la propia opinión, siempre que esto sea razonable y entre en lo que llamamos solidaridad con los sentimientos e ideas de los otros. Esto, sin duda, es la parte positiva de pertenecer a un grupo que te ayuda a salir de tu egoísmo y de ver las cosas sólo bajo tus intereses cerrados.

– Pero la «presión de grupo» tiene generalmente, más bien, un sentido negativo cuando uno se deja llevar sin más, incluso en contra de lo que a uno le parece razonable, sólo porque los demás te lo proponen o te incitan a ello. Dicho de otra forma: la PDG negativa se da cuando uno hace las cosas no porque estén bien o mal y sean convenientes o no, sino porque, si no las hace, teme perder la aceptación de los demás en el grupo.

– Por eso, en todos los 8 casos que aquí se estudian en la 1ª y 2ª parte, aparecen situaciones personales en las que, dado que la persona se siente mal en relación con la vida en general, con sus padres, con sus profesores, va a ser muy fácil el que se deje llevar por cualquier otro grupo y hacer no tanto lo que le conviene de verdad sino apuntarse a cualquier cosa, con tal de que ese nuevo grupo le acepte: tal es la necesidad que tiene de vivir en grupo y, de algún modo, se agrupa con el que sea con tal que le facilite, como compensación y contraste, el sentirse aceptado por alguien.

– **ACTIVIDADES:** en general, se sugiere que las actividades no consistan tanto en decirle a los alumnos qué deben hacer, cuál es su problema, en qué consiste ser rebelde, agresivo, tímido o marginado y cuáles puedan ser sus causas. Las actividades, a nuestro juicio, deben ir más en la línea experimental: que los alumnos jueguen, simulen, intenten ponerse en la situación que describe cada caso mediante el teatro, roleplaying, mimo, plástica, etc. Y, a partir de ahí, que comience la reflexión de cómo esas personas que se ven en esa situación pueden dejarse influir más por la PDG: esto es, hacer las cosas, no tanto por sí mismas, sino porque te facilitan el estar en grupo.



11.* La «presión de grupo»: casos personales (3ª parte)

—En la 1ª y 2ª parte presentamos varios “casos personales”: los problemas de identificación del «puercoespín», la evasión a una isla de «robinsón», la soledad del «niño raro», el caso de problemas físicos de una «cojita», la situación especial ante los demás del «niño pobre» y las ganas del «más pequeño» de alcanzar el poder que los grandes tienen; los «agresivos», los que aparecen como «rebeldes», los «tímidos», lo que se sienten «marginados».

—¿Y todo esto para qué, en un apartado que se titula «Presión de Grupo» (PDG) dentro de un Programa de Educación Preventiva de la Droga? Pues darnos cuenta que, cuando un grupo ejerce presión sobre una persona concreta que esté en una de estas situaciones descritas u otras parecidas, es más fácil que esa persona se deje llevar por algo atractivo que le ofrezcan los demás, aun sabiendo que puede que no le convenga demasiado.

—Dicho de otra forma: la droga se presenta siempre bajo un atractivo de evasión, felicidad, placer, protesta contra la situación actual y una supuesta autoafirmación, aunque sea transitoria. Si uno se encuentra bien donde está, puede prescindir más fácilmente de lo que le ofrecen; pero si uno se siente mal —no aceptado como el puercoespín, solo, pobre, pequeño, rebelde o tímido... como en los dos descritos— es más fácil que ceda a la presión de alguien que le ofrezca un «viaje feliz».

Además del PDG, existen otras causas

Naturalmente, nadie pretende decir que la causa del acercamiento a la droga sea exclusivamente, la Presión de Grupo. En el capítulo de nuestro Programa de Educación Preventiva dedicado a las Causas de Drogadicción (Dossier 1, tema nº 9) aparecen muchas más que, combinadas entre sí, y en una situación determinada, pueden inducir a la droga. Pero ahora tratamos del PDG y buscamos cómo, en casos concretos que revelan una situación insatisfactoria de la persona, la presión de grupo puede llevarla a una búsqueda de evasión que compense lo mal que se siente en aquel momento.

El «ICA», indicativo de la situación en el grupo

Hasta ahora hemos visto que la «ICA», descripción de la Inclusión, Control y Afecto que una persona siente tener en el grupo puede ayudarnos a medir su integración grupal. Pero hay que avanzar un paso más: ¿qué tipo de respuesta suele dar una persona que se sienta mal en un grupo porque no están suficientemente cubiertas sus necesidades de inclusión-afecto?

El «IEP». Impersonal / Extrapersonal / Personal

Este es el nuevo concepto que introducimos en este dossier nº 11.



12.* ¡Dí-que-no!

Una de las frases más usadas en los intentos pedagógicos para que la gente joven logre liberarse de la presión de grupo es aprender a «decir no». No a la droga, o al alcohol, no al tabaco, no a cualquier invitación para hacer algo que, a juicio al menos de los mayores, le pueda hacer un mal casi irreversible o difícil de subsanar. ¿En qué consiste la técnica? ¿Es útil? ¿Es posible? ¿Se puede aprender a decir NO?

Los grupos «Dí-que-NO»

Por muchas partes han surgido grupos, a veces, clubs, del “dí-que-no” del National Institute on Drug Abuse; «Ayuda a los niños a decir NO a las drogas y al alcohol», de Bob Schroeder; “Cómo decir NO sin perder a tus amigos”, de Sharon Scott; «Dí que NO» de Robin Lenett, editado ya en español por Gijalbo; los Clubs «Just Say NO», extendidos por diversas partes y patrocinados como Fundación por el Pacific Institute en California; los libros de Smith «Cuando digo NO me siento culpable», y «Sí, puedo decir NO» el de Fensterhein, «No diga sí cuando quiera decir NO», los tres en ed. Grijalbo; y los Cursos de Entrenamiento sobre «Aprendizaje Asertivo» (AA) hacen que el tema este de actualidad.

Sin embargo, no todo el mundo está de acuerdo en que la técnica funcione siempre. Efectivamente el «decir no» es un acto muy complejo que no se puede ensayar previamente como si fuera un teatro o un automatismo que salta cada vez que la situación tentadora se produce. Mucha gente sabe que debería «decir no» a muchas cosas y, sin embargo, dice sí... Y es que las decisiones que afectan emocionalmente a la persona no dependen solamente de un juicio previo, racional y frío; dependen también del momento en que uno está, de las personas que te lo piden o lo ofrecen, e incluso de tus ganas de riesgo, aventura o satisfacción en contrapartida de propios problemas y desencantos.

Por ello, la técnica «dí-que-no» se ve muchas veces ligada y quizá reforzada por otras más básicas o simplemente complementarias, tales como «toma de decisiones», «presión de grupo», «clarificación de valores» y, en general, todos aquellos métodos que ayudan al desarrollo de actitudes que llevan consigo el que el sujeto sea consciente de lo que hace y sea capaz de escoger libremente lo que de verdad le conviene.



13. * «Di-que-NO» (2ª)

* Y, finalmente, es necesario tener presente que el tema PDG es uno de los 20 temas comprendidos en el Programa general de «Drogas: educación preventiva en la escuela»

Entrenamiento de un Grupo en el «Di-que-NO»

En general, suele afirmarse que, para decir NO, bastan estas cuatro cosas:

- *saber cuándo hay que decir NO*
- *ser capaz de decir NO*
- *querer decir NO*
- *y decir NO, finalmente.*

Pero esto no resulta tan fácil. Y también por cuatro razones:

- una, porque a veces no aparece tan claro que sea necesario decir NO; o, al menos, uno no está tan convencido de ello. Y, en consecuencia, juega un poco al sí, al no, al quien sabe, al más tarde, al ya veremos.
- dos, porque no es fácil cuando la oferta es sugestiva y la presión de grupo u otras razones te envuelven o aprietan demasiado. Y, en consecuencia, uno no es tan fuerte ni la capacidad de resistencia está al cien por cien cada día.
- tres, el querer decir No supone siempre el decir que SÍ a algo mejor: y es que nadie puede privarse toda la vida de cosas más o menos agradables si no tiene en sus manos felicidades bastantes para pasarlo mejor de otra forma.
- y, cuatro, el decir que NO supone, cuando menos, una habilidad: hacerlo sin ofender, sin ser grosero incluso con quien fue impertinente contigo. Elegimos 20 formas, aunque seguramente se pueden seleccionar muchas más; pero es necesario conocerlas, ensayarlas, observar qué pasa en los demás cuando las usan.



14. * El«Di-que-NO» en las «FABULAS» antiguas

A veces el «Di-que-NO» se presenta como una reacción moderna a las sutiles presiones de grupo que antes no existían. Las fábulas, muchas de ellas con más de dos mil años de historia, presentan las más suaves o violentas formas de decir NO ante la insinuaciones del animalito en escena.

Vamos a presentar unas cuantas sabiendo, desde luego, que su formulación en verso puede en algunos casos no resultar atractiva para gente joven que prefiera otros ritmos y no tenga este placer por el verso, por ejemplo, de Félix María Samaniego (1745-1801), natural de Laguardia (Alava) y que escribió sus «Fábulas» en 1781 para los estudiantes del Real Seminario de Vergara.

Otro autor importante fue Tomas de Iriarte (1750-1791), natural de Orotava, y que publica sus «Fábulas en literarias» en 1882. Y también Juan Eugenio Hartzenbush (1806-1880) que escribe «Fábulas y cuentos» (1848) y «Fábulas en verso castellano y en variedad de rimas».

Muchos de esos textos tienen su base en las fábulas de Esopo el griego (s. VI AC) o el latino Fedro (s. I DC) tuvieron también presentes las «Fábulas» del francés Jean La Fontaine (1621-1695).

BIBLIOGRAFIA: Podrás encontrarlas en numerosos textos escolares, en los libros de esos autores de Ediciones Austral y en «Fábulas Españolas», ed. Montena, de Carmen Bravo Villasante. Además, por ejemplo, el libro de Ed. Susaeta. «Una fábula para cada día». Son también interesantes las fábulas chinas e hindúes (s. III AC) publicadas recientemente En ediciones Adax. Y también, para remontarnos a antiguos tiempos, el libro «Esopo y primeras fábulas griegas», Ed. Avesta.

Drogas: Programa de Educación Preventiva en la Escuela

15.* MAS «FÁBULAS» PARA EL «DÍ – que – NO» (2ª parte)



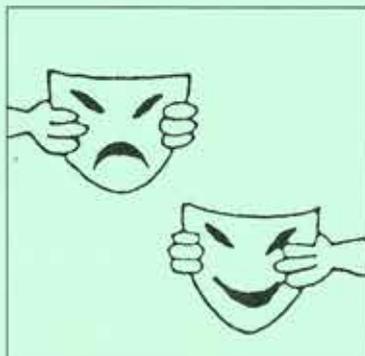
Seguimos presentando en esta 2ª parte una serie de fábulas y de pequeñas historias, la mayoría de ellas conocidas y, por supuesto, siempre practicadas entre los mortales del género humano, aun sin darnos cuenta. Muchas de ellas nos hablan de cómo decir NO –objetivo especial de estas páginas– pero otras nos indican una serie de actitudes que se pueden tener cuando alguien pretende engañarte y no sabes cómo salir del apuro.

Vamos a presentar unas cuantas sabiendo, desde luego, que su formulación en verso puede en algunos casos no resultar atractiva para gente joven que prefiera otros ritmos y no tenga este placer por el verso, por ejemplo, de Félix María Samaniego (1745–1801), natural de Laguardia (Alava) y que escribió sus «Fábulas» en 1781 para los estudiantes del Real Seminario de Vergara.

Otro autor importante fue Tomas de Iriarte (1750-1791), natural de Orotava, y que publica sus «Fábulas en literarias» en 1882. Y también Juan Eugenio Hartzenbush (1806–1880) que escribe «Fábulas y cuentos» (1848) y «Fábulas en verso castellano y en variedad de rimas».

Muchos de esos textos tienen su base en las fábulas de Esopo el griego (s. VI AC) o el latino Fedro (s. I DC) tuvieron también presentes las «Fábulas» del francés Jean La Fontaine (1621-1695).

16.* «ROLE-PLAYING» sobre «PRESION DE GRUPO» / «DÍ-que-NO»



Todo lo estudiado hasta ahora sobre la «Presión de Grupo / Dí-que-NO» puede ponerse en práctica mediante una acción simulada de «Role-Playing».

+ Para ello habrá que dominar estos tres aspectos:

- uno, cómo se puede utilizar el «Dí-que-NO»
- dos, cómo se simula una «presión de grupo» (PDG)
- tres, saber utilizar la técnica del «Role-Playing» (ROLP)

+ El primero de estos aspectos ya está estudiado en los dossiers 12-13: sabemos, al menos, «20 formas de decir NO».

– ahora, pues, nos falta estudiar los restantes dos aspectos: cómo se simula una «presión de grupo» y cómo se utiliza la técnica del «role-playing».

¿Cómo se simula una «presión de grupo»? (PDG)

Es frecuente sentir la «presión de grupo» en la vida real; en cambio, no resulta fácil el verla, sobre todo para los que la padecen y a veces no se dan cuenta de qué les está pasando. Por ello es conveniente hacer simulaciones donde los que trabajan en el Programa puedan observar –aunque sea en situaciones de laboratorio– en qué consiste la presión de grupo (PDG) y, a la salida, comprobarlo en la vida real.

Esto supone la aceptación de una «dinámica de entrenamiento» donde, de algún modo, se ven y practican las jugadas que lleva consigo el partido de todos los días. Claro está que las cosas son distintas; pero, probablemente, en el próximo entrenamiento se aportarán datos y dificultades que permitan una conexión más realista.

¿Cómo funciona el «Role - Playing»? (ROLP)

No es, desde luego, una representación escénica, donde cada uno asume unos papeles fijos: eso - por importante que sea - se parecería más a un teatro. El Role-Playing lleva consigo una dinámica más creativa y espontánea; los papeles son fijos, pero todos los actores pueden pasar de uno a otro en momentos espontáneos y vivir desde dentro las características de cada uno. De cómo funciona en la práctica informamos en páginas interiores.

NB. Role-playing: 5 ejercicios / dos opciones:

- a) que todo el grupo haga los 5 ROLP.
- b) que existan 5 subgrupos y que cada uno haga un ROLP distinto.