



FAMILIAS UNIDAS POR LA PREVENCIÓN



No permitas que nadie te reemplace en la misión de proteger a tu hijo de las drogas.

Un programa de la Empresa Pública de Acción Social y Educación DASE del Municipio de Guayaquil y la Fundación Instituto Preven

Material de apoyo

1

MATERIAL DE APOYO

Una habilidad es la destreza, facilidad o capacidad de una persona para desarrollar algunas actividades, tareas o conseguir los resultados esperados. El desarrollo humano armónico y las habilidades para enfrentar los retos que nos propone la vida están relacionadas desde el principio hasta nuestro último día. Las habilidades son un conjunto de aptitudes y destrezas psicosociales necesarias para ofrecer una respuesta correcta, positiva y adecuada que permiten enfrentar eficazmente los retos y obstáculos de la vida diaria.

La personalidad de los adolescentes está llena de habilidades para enfrentar los retos de sus vidas, sin embargo, existen fenómenos que sobrepasan sus límites y que aprovechan la vulnerabilidad propia de las circunstancias y los desafíos para introducir elementos en la vida de los adolescentes que los pone en condición de vulnerabilidad por conductas de riesgo, entre ellas, la más peligrosa son las drogas.



La capacitación sobre los factores que determinan el consumo de drogas del padre, la madre o el tutor que tiene a cargo una adolescente resulta una ventaja en el proceso de protección y de la construcción de familias protectoras con un trabajo sólido en la prevención. Más allá de los conocimientos sobre el fenómeno de las drogas, la Familia Unida por la Prevención tiene que contar con ciertas habilidades que las vamos a trabajar a lo largo de este curso.

Las características de la vida moderna, los estímulos agresivos, las transformaciones socioambientales drásticas y continuas y los cambios del recorrido existencial en las familias (nuevas familias, nuevos problemas), enfrentan al adolescente y a los adultos a un cambio de estrategias en la adquisición de habilidades para enfrentar este nuevo escenario.



La Familia Unida por la Prevención no solo debe apoyar al adolescente en la adquisición y uso de las habilidades para la vida, sino que debe poseerla y usarle en las relaciones diarias.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1999 define las habilidades para la vida o competencias psicosociales como "la habilidad de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria".

Entre las habilidades para la vida propuestas por la Organización Mundial de la Salud en 1993, que las Familias Unidas deben procurar en sus miembros adolescentes están:

- 1. Autoconocimiento:** reconocimiento de nuestra personalidad, características, idiosincrasia, fortalezas, debilidades, aspiraciones, expectativas, etc.
- 2. Empatía:** capacidad para ponerse en el lugar de otra persona y desde esa posición captar sus sentimientos.
- 3. Comunicación efectiva o asertiva:** habilidad para expresarse de manera apropiada al contexto relacional y social en el que se vive.
- 4. Relaciones interpersonales:** competencia para interactuar positivamente con las demás personas.
- 5. Toma de decisiones:** capacidad para construir racionalmente las decisiones cotidianas de

	Material de apoyo 1 Introducción al curso Abriendo Caminos
--	--

nuestra vida.

6. Solución de problemas y conflictos: destreza para afrontar constructivamente las exigencias de la vida cotidiana.

7. Pensamiento creativo: utilización de los procesos de pensamiento para buscar respuestas innovadoras a los diversos desafíos vitales.

8. Pensamiento crítico: capacidad para analizar con objetividad experiencias e información, sin asumir pasivamente criterios ajenos.

9. Manejo de emociones y sentimientos: reconocimiento y gestión positiva de nuestro mundo emocional.



10. Manejo de la tensión y el estrés: capacidad para reconocer nuestras fuentes de tensión y actuar positivamente para su control.

Muchos asocian las habilidades para la vida con la inteligencia emocional o las inteligencias múltiples, sin embargo, no es necesario caer en reduccionismos para entender la necesidad que tienen los adolescentes de contar con herramientas que le permitan enfrentar los retos y problemas de sus vidas para obtener los mejores resultados posibles.

La vida del siglo 21 presenta retos, dificultades y obstáculos tan grandes que la formación del sistema de educación y la vivencia familiar no son suficientes para lograr las habilidades necesarias para enfrentar problemas cada vez mayores e incertidumbres cada vez más intensas.

Los adolescentes no son ajenos a las habilidades para la vida; en algunos casos no las reconocen y en otros no las manejan adecuadamente para obtener resultados positivos. Por este motivo una Familia Unida que trabaja en Prevención no está para decirles cuales son

estas habilidades y cómo funcionan, sino que apunta a actuar en el momento oportuno con el mensaje correcto, la información precisa y la acción afectiva y correcta que le posibiliten, al adolescente, reconocer sus propias habilidades y potencialidades y utilizarlas para superar el factor de riesgo evitando el consumo de drogas u otras conductas de riesgo o adictivas.

1. BIBLIOGRAFIA

1. Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
2. Becoña, E. (2001). Bases teóricas que sustentan los programas de prevención de drogas. Ministerio del Interior, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Madrid: Plan Nacional sobre Drogas.
3. Becoña, E. (2002). Bases científicas de la prevención de las drogodependencias. Madrid: Plan Nacional sobre Drogas
4. Becoña, E., Cortés, M., Arias, F., Barreiro, C., Berdullas, J., Iraurgi, I., Llorente, J.M., López, A., Madoz, A., Martínez, J.M., Ochoa, E., Palau, C., Palomares, A., y Villanueva, V.J. (2011). Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación. España: Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías.
5. Bobes, J., Casas, M., Gutiérrez, M. (2011). Manual de trastornos adictivos. Madrid: Enfoque Editorial, S.C.
6. Jessor, R. y Jessor, S.L. (1977). Problem behavior and psychosocial development: A longitudinal study of youth. Nueva York: Academic Press.
7. Kandel, D.B. y Jessor, R. (2002). The gateway hypothesis revisited. En D.B. Kandel (Ed.). Stages and pathways of drug involvement. Examining the gateway hypothesis (pp. 365- 373). Cambridge: Cambridge University Press.
8. Pérez de los Cobos, J.C., Valderrama, J.C., Cervera, G., Rubio, G. (Eds.). (2006). Tratado SET de Trastornos Adictivos. Tomo 1. Madrid: Médica Panamericana
9. Pérez de los Cobos, J.C., Valderrama, J.C., Cervera, G., Rubio, G. (Eds.). (2006). Tratado SET de Trastornos Adictivos. Tomo 2. Madrid: Médica Panamericana
10. Sánchez-Pardo, L., Navarro-Botella, J., Valderrama, J.C. (2004). Estudio internacional sobre Género, Alcohol y Cultura «Proyecto Genacis». Alicante: Sociedad Española de Toxicomanías