

Belén Pardo

Presidenta de la Comisión de Prevención de la Asociación Proyecto Hombre

Virginia Pérez

Directora de prevención en Proyecto Hombre Málaga

Yoana Granero

Directora de formación de la Asociación Proyecto Hombre.

Juego de Llaves, A Tiempo y Rompecabezas: tres programas para **prevenir** el **consumo** de sustancias y otros comportamientos adictivos

Desde sus inicios en España a finales del siglo XX, concretamente en el año 1984, Proyecto Hombre ha desarrollado su trabajo en el terreno del tratamiento de personas con problemas de adicción, adecuando la intervención a los cambios que se han ido produciendo tanto en el tipo de sustancias consumidas, como en el perfil de las personas y el estilo de consumo.

Los centros que conforman Proyecto Hombre han respondido a las peticiones procedentes de diversas instituciones y entidades para prevenir el consumo de sustancias y otros comportamientos adictivos, especialmente en la población juvenil. Ante esta demanda institucional y social y, con el fin de estructurar de forma sólida y consensuada su metodología de trabajo en prevención, en el año 1999 se pone en marcha una red de personas expertas en la materia, formada por diferentes profesionales del territorio nacional.

Esta iniciativa incrementó el contacto con las necesidades emergentes en el ámbito de prevención. Este enfoque, sumado a una sensibilidad institucional, fue la fuerza impulsora para el desarrollo de programas propios, inicialmente enfocados en la prevención de drogodependencias y que han ido ampliando su mirada con el surgimiento de nuevas demandas y retos sociales como son las pantallas, redes sociales, videojuegos e Internet, las llamadas TIC (Tecnologías de la Información y la Comunica-

ción) que tienen una gran influencia, la construcción de identidades, hábitos como el tiempo dedicado al ocio y las relaciones, entre las nuevas generaciones en especial entre jóvenes y menores.

El entorno digital dentro de las diferentes opciones en el ocio se posiciona como el más prevalente entre la población adolescente, con 4 de cada 5 jóvenes dedicando aproximadamente 7 horas diarias a actividades como la escucha de música, el consumo de contenido audiovisual y la interacción en redes sociales

Las TIC se consideran un fenómeno que ha producido cambios importantes a nivel social en un breve espacio temporal, convirtiéndose en un medio socializador. Las experiencias ad-



como la escucha de música, el consumo de contenido audiovisual y la interacción en redes sociales.

La presencia constante de estas en la vida cotidiana de las y los adolescentes puede generar sensaciones de saturación, dependencia y uso excesivo. De hecho, 2 de cada 3 jóvenes reconocen que pasan demasiado tiempo conectados y conectadas, y casi la mitad (concretamente un 45%) admite hacer un uso desmesurado de las redes sociales.

En algunos casos se expresa como carencias estructurales: déficit de vínculos familiares de calidad, ausencia de espacios de ocio seguros y estimulantes, y una creciente dificultad para gestionar el vacío o el aburrimiento. También se encuentran diferencias por sexos, que son tenidas en cuenta a la hora del desarrollo de los contenidos de los programas. Además de adaptar cada uno de los programas a la etapa evolutiva y el nivel de riesgo de la población destinataria.

A lo largo de estos años, y con el objetivo de promover en las personas las capacidades y habilidades adecuadas para afrontar situaciones de riesgo, relacionadas o no con el consumo de

drogas, así como, la adopción de actitudes con las que desarrollar un estilo de vida saludable. El aprendizaje de ciertas habilidades, la mejora de la formación integral, el fomento del autocontrol individual y la mejora de la calidad de vida buscan evitar o retrasar la edad de inicio del consumo de drogas y otros comportamientos potencialmente adictivos o la menor implicación en otros comportamientos de riesgo (fracaso escolar, actos vandálicos, absentismo escolar...), se han ido desarrollado diferentes programas como son: el programa universal, escolar y familiar "Entre Todos" (2000) cuya versión actualizada "Juego de Llaves" (2014); el programa de prevención selectiva "A Tiempo" (2001) y el programa prevención selectiva "Rompeca-bezas" (2007).

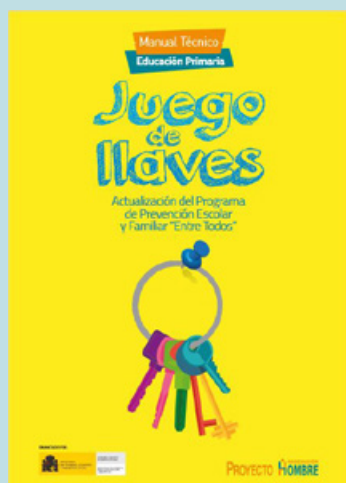
2 de cada 3 jóvenes reconocen que pasan demasiado tiempo conectados y conectadas, y casi la mitad (concretamente un 45%) admite hacer un uso desmesurado de las redes sociales

Estos programas, en relación con las conductas potencialmente adictivas como son, los videojuegos y el juego de apuestas, así como el uso inadecuado, los riesgos y los beneficios de las TIC, se abordan de manera específica a través de las actividades que se plantean.

Para ello el programa "Juego de Llaves", contempla los siguientes objetivos específicos abordar específicamente:

- En relación con la población adolescente:
 - Conocer los aspectos relacionados de comportamientos susceptibles de generar adicción.
 - Desarrollar una actitud crítica acerca de los mitos de comportamientos susceptibles de generar adicción.
 - Reconocer la importancia de las relaciones sociales.
 - Conocer los riesgos, los beneficios y diferentes estrategias para el uso saludable de las TIC.
- En relación a las familias:
 - Identificar la utilización de las TIC por parte de las familias.
 - Conocer herramientas y pautas que faciliten el uso saludable de las TIC por parte de las y los adolescentes.

Respecto al programa "A Tiempo", el objetivo general del programa trata de capacitar a las familias en habilidades y estrategias educativas que les permitan una gestión adecuada y



eficaz de las relaciones familiares, reduciendo así la incidencia de conductas de riesgo en sus hijos e hijas.

Los objetivos específicos del programa también giran en torno al empoderamiento de las familias y la reducción de los factores de riesgo que puedan dificultar las relaciones y el crecimiento saludable de menores y jóvenes. Siendo los relacionados con las TIC, videojuegos y juegos de apuestas, los siguientes:

- Fomentar la reflexión crítica sobre la influencia de los roles y estereotipos de género en el consumo de drogas y otras conductas de riesgo durante la adolescencia.
- Manejar pautas de actuación frente al consumo de drogas, o ante otros comportamientos susceptibles de generar adicción.
- Desmontar creencias asociadas al consumo de drogas y otros comportamientos potencialmente adictivos.
- Reflexionar sobre la gestión del ocio y tiempo libre que se realiza en familia.

Y por último, haciendo alusión al programa “Rompecabezas”, éste integra los siguientes objetivos:

- Mejorar el conocimiento sobre las drogas, los juegos de apuesta, los videojuegos y las TIC.
- Reconocer situaciones de riesgo relacionadas con el consumo de drogas, los juegos de apuestas, los videojuegos y las TIC.
- Reflexionar sobre conceptos básicos y mitos relacionados con las drogas y con la conducta de juego.



- Debatir acerca de las motivaciones y de la influencia del contexto social en el consumo de drogas y otros comportamientos potencialmente adictivos.
- Identificar diferentes situaciones de riesgo relacionadas con el consumo de drogas y otras conductas potencialmente adictivas en el ámbito laboral.
- Optimizar la gestión que realizan las personas del ocio y el tiempo libre.
- Reconocer los riesgos de la violencia a través de las TIC.
- Valorar conductas alternativas al ciberbullying.

En cuanto a la metodología empleada para desarrollar los programas, tanto “Juego de Llaves” como “Rompecabezas” están diseñados para que sea el centro que implanta el programa, junto con la formación, orientación y asesoramiento del equipo técnico de Proyecto Hombre, quien implemente el programa dentro de las aulas. El enfoque para el desarrollo de las actividades es constructivista, utilizando una metodología participativa, globalizada y activa, con el fin de construir aprendizajes significativos y funcionales en cualquier contexto o situación.

Por su parte, “A Tiempo” es un programa impartido por el personal técnico especializado y formado de Proyecto Hombre y tiene una metodología participativa y de entrenamiento de las familias a las que va dirigido.

En el ámbito de la prevención de drogodependencias y otros comportamientos potencialmente adictivos quedan muchos retos por cumplir. Desde nuestra entidad se trabaja en ello para la continuidad en el avance y mejora de los programas que se ofrecen.



Bibliografía:

