

ESCUELA de PADRES

PROGRAMA DE CAPACITACION PARA PADRES Y MADRES

PASAR AL FRENTE

6



## PASAR AL FRENTE

Es un Programa de Prevención diseñado para que padres y madres incorporen herramientas preventivas sobre el consumo problemático de drogas

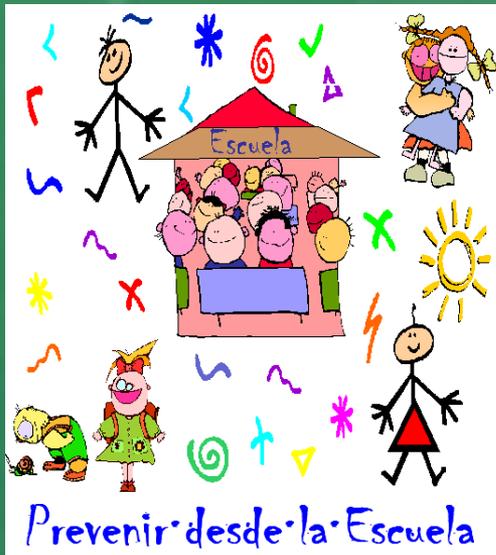


Secretaría en  
Prevención  
de adicciones

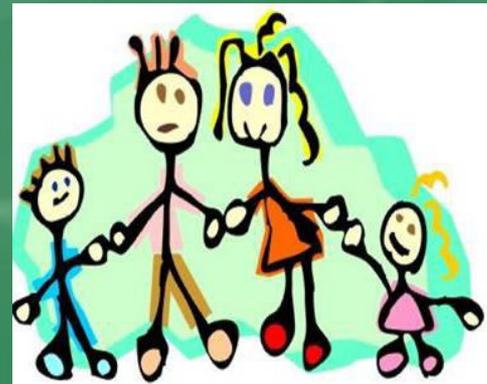
# Pensar en Prevenir



**Escuela**



**Comunidad**



**Familia**

# ¿A quienes se orienta?

Este programa esta orientado a padres, madres, y a adultos significativos dentro del ámbito familiar que cumplan un rol de referencia para niños y jóvenes.



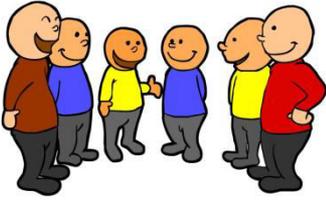
# ¿PORQUE LOS PADRES Y MADRES?

- ☀ Porque son protagonistas del primer espacio de socialización.
- ☀ Porque tienen recursos propios para resolver sus necesidades.
- ☀ Porque saben transitar y capitalizar la propia experiencia.
- ☀ Porque tienen derecho.



# ¿POR QUÉ EN GRUPO?



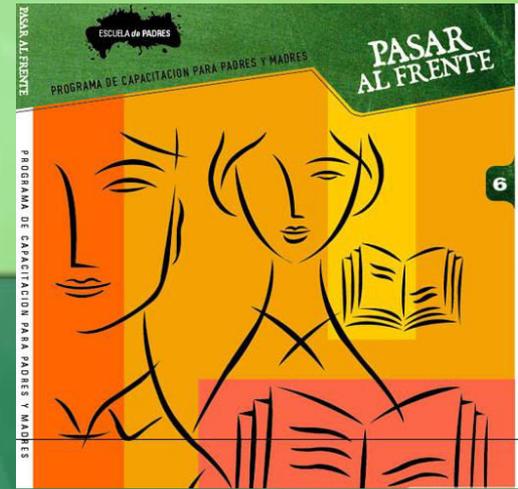


# ¿POR QUÉ EN GRUPO?

- ✿ Porque genera sentimientos de **identidad y pertenencia**.
- ✿ Porque posibilita la **participación activa**.
- ✿ Porque brinda la posibilidad de una **red de apoyo social**.
- ✿ Porque favorece la **posibilidad de cambios** a partir del aprendizaje por **experiencias compartidas**.



# ACERCA DEL MATERIAL PRESENTADO



El programa está pensado para....

- ✓ Padres y madres agrupados,
- ✓ Ser desarrollado en varias sesiones, con contenido teórico y actividades prácticas,
- ✓ Abordar la prevención específica e inespecífica del consumo problemático de drogas.

# DESARROLLO DE LOS ENCUENTROS



# 2) Generalidades sobre las Drogas y las Adicciones

- ¿Qué son las drogas?
- Las drogas y sus efectos
- Las drogas y sus contextos



## Alcohol

Los efectos del alcohol sobre el cuerpo van cambiando a medida que se continúa el consumo. Al principio produce sensación de relajación, desinhibición y alegría, pero el consumo posterior produce problemas en la coordinación de movimientos, disminución de reflejos, visión borrosa, reacciones lentas, desorientación, tristeza, etc.

No basta con ser un consumidor de alcohol, o haberse embriagado alguna vez para ser considerado un alcohólico. Se estima que el 10% de la población tiene consumo patológico de alcohol.

El Alcohol, se posiciona como la droga de abuso más importante en

Juveniles. Existe mayor uso de esta sustancia,

previa, son cada vez más uso excesivo y episódico recreativo juvenil de alta estos jóvenes.

El corresponde a efectos ilegales.

oido principalmente a su sistema nervioso central y psicológica y es consistente en realice en el momento en que

enfermedades respiratorias, especialmente perjudicial s fumadores, sino también

ES Y MADRES

## ACTIVIDADES

Lea atentamente el siguiente cuadro e identifique, si a su criterio, los conceptos son verdaderos o falsos.

Nº	Mito o realidad	V	F
1	El mayor problema de las drogas es que producen adicción.		
2	Internet, el sexo, el juego no son drogas, las drogas son sustancias.		
3	La mayoría de los jóvenes se ven forzados a consumir drogas.		
4	El alcohol es una droga.		
5	Las drogas producen siempre los mismos efectos en todas las personas.		
6	El problema de las drogas afecta principalmente a los jóvenes.		
7	La primera vez que un/a joven se encuentra frente a las drogas, generalmente es un traficante quien se las ofrece.		
8	Las drogas pueden ser un buen recurso para olvidar los problemas.		
9	Una droga natural causa menos daño que una droga química.		
10	La nicotina produce dependencia.		
11	El alcohol es la droga de mayor consumo.		
12	Una ingesta rápida de grandes cantidades de alcohol puede provocar coma etílico.		
13	Las drogas legales son menos peligrosas que las ilegales.		
14	El alcohol es un estimulante, te excita.		
15	Tomar tranquilizantes recetados por el médico puede crear dependencia, adicción.		
16	Todo consumo de drogas genera dependencia.		
17	Las personas que consumen drogas provienen de familias con muchos problemas o de sectores marginales.		
18	La marihuana es una droga de origen natural.		



# 3) La Familia, la Comunidad y su entorno



C) Siguiendo la idea del cuento. ¿Cuáles crees que son tus recursos personales para enfrentar situaciones conflictivas, y cuales crees que tiene tu familia?



---

---

---

■ Factores de riesgo y de protección

◇ Resiliencia

# 4) La Comunicación

- La comunicación como proceso
- Dificultades en el proceso de comunicación
- Comunicación en la familia.
- Comunicación y drogas



PASAR  
AL FRENTE

## Comunicación

El tema que nos ocupa es la comunicación con nuestros hijos e hijas, la droga, y cómo "PRE-VENIR" su consumo problemático.

Los padres son y deben ser, los primeros y mejores agentes de prevención frente a un eventual consumo de drogas.

La comunicación es esencial, y puede ser un factor protector ante muchas situaciones que vivimos.

## La Comunicación como proceso

Comunicar es expresarse

Comunicar es interactuar.

Comunicar es relacionarse

Comunicar es proyectarse

Comunicar es abrirse al mundo

Comunicar deriva de "**Comunicare**", que es una palabra latina que significa "Poner en común". Así, al comunicarnos, compartimos conocimientos, sentimientos y opiniones; por medio de la palabra, de imágenes, de gestos, o de sonidos.

En la comunicación hay un sujeto que tiene algo para decir: el "EMISOR", y otro que toma aquello que es dicho: el "RECEPTOR". De ese modo, los dos polos del proceso: "Emisor y receptor", se expresan emitiendo y recibiendo "MENSAJES" plenos de contenido, en un proceso que es horizontal y circular, **nunca vertical o unidireccional**.

La comunicación es la transmisión de mensajes entre las personas, y constituye uno de los pilares básicos de cualquier vínculo. La forma de comunicarse determina el modo de ser de uno mismo y el modo de ser con los demás.

# 5) Habilidades Sociales

PASAR  
AL FRENTE

ACTIVIDADES

PASAR  
AL FRENTE

comprender su punto de vista.  
Comprender no significa estar de acuerdo con otro. Comprender es escuchar y exponiendo nuestros puntos de vista con los suyos.

Creemos que es importante que los niños puedan desarrollar mayor autonomía en los proyectos y estilos de vida que encuentran con mayor frecuencia.  
En la medida que participen en proyectos y estilos de vida que encuentran con mayor frecuencia.  
En la medida que participen en proyectos y estilos de vida que encuentran con mayor frecuencia.

1. El derecho a ser tratado con respeto.
2. El derecho a tener privacidad.
3. El derecho a ser escuchado.
4. El derecho a juzgar y tomar propias decisiones.
5. El derecho a decir "no".
6. El derecho a pedir ayuda.
7. El derecho a cambiar de opinión.
8. El derecho a comer y beber.
9. El derecho a pedir ayuda.
10. El derecho a obtener información.
11. El derecho a ser informado.
12. El derecho a decidir.
13. El derecho a tener privacidad.
14. El derecho a gozar de un ambiente seguro.
15. El derecho al descanso.
16. El derecho a su propia identidad.

A) Identifica en los siguientes ejemplos, el tipo de respuesta y califica la conducta: Agresiva con la letra A, la Pasiva con la letra P y la Asertiva con las letras AS.



## Ejemplo 1:

Madre: Hija, quisiera que me ayudaras a levantar la mesa.  
Hija: Estoy viendo la tele.  
Madre: Necesitaría que comenzaras a compartir las responsabilidades de la casa junto conmigo.  
Hija: Lo que pasa que estoy en lo mejor de la película.  
Madre: Bien, puedo esperarme un poco. ¿Me ayudarás cuando termine?  
Hija: De acuerdo.

## Ejemplo 2:

Madre: Hija, quisiera que me ayudaras a levantar la mesa.  
Hija: Estoy viendo una película.  
Madre: Me importa un pito la película quiero que levantes la mesa ya!  
Hija: No pienso dejar la peli ahora.  
Madre: Siempre lo mismo, sos una inútil.

## Ejemplo 3:

Madre: Hija, quisiera que me ayudaras a levantar la mesa.  
Hija: Estoy viendo una película.  
Madre: Podrías poner pausa y venir a ayudarme.  
Hija: Es el momento mas importante.  
Madre: OK, no te hagas problema yo lo hago.

■ Interacción con los otros

■ Empatía

■ Derechos en la vinculación con los demás

# 6) Los límites, las normas y las reglas

■ Relación entre padres e hijos

■ Los límites y los vínculos

■ El crecimiento y los cambios en la familia



PASAR  
AL FRENTE

A) Elabore una definición de LIMITE.

---

---

---



B) Describan para qué sirve un límite geográfico.

---

---

---

**“La Familia Delasoga”**  
Autora: Graciela Montes



La familia Delasoga era muy unida. O, por lo menos, muy atada.

Juan Delasoga y María Delasoga se habían atado un día de primavera con una soguita blanca, larga, flexible, elástica y resistente. Y desde ese día no se habían vuelto a separar.

Lo mismo había pasado con Juancho y con Marita, los hijos de Juan y María. En cuanto nacieron, los ataron. Con toda la suavidad, pero con nudos.

No es tan difícil de entender si uno lo piensa.

Marita, por ejemplo, estaba atada a su mamá, a su papá y a su hermano: en total, tres soguitas blancas anudadas a la cintura.

Y lo mismo pasaba con Juancho. Y con Juan. Y con María.

Claro que no era fácil acomodar tanta sogá; había peligro de galletas, de sacudidas, de tropezones. Pero con el tiempo se habían ido acostumbrando a moverse siempre con prudencia y a no alejarse nunca demasiado.

Y cuando se acostaban a dormir. Y cuando salían a pasear los domingos por la mañana.

# 7) La Codependencia

ESCUELA de PADRES

PASAR  
AL FRENTE

## La codependencia

La **codependencia** es una condición psicológica en la cual alguien manifiesta una excesiva, y a menudo inapropiada, preocupación por las dificultades de los demás. Una persona codependiente es aquella que ha permitido que la conducta de otra persona le afecte en forma insana. La persona codependiente se enfoca siempre en los demás y no en sí mismo.

## La Codependencia

Entre otras cosas, la codependencia surge por la falta de identidad, que se manifiesta en la maternidad o la paternidad.

Es decir, en estos casos, la madre de (mi hijo), me da identidad como padre o madre, sintiendo que si se deja esa función (llevada a cabo con gran intensidad) se corre el riesgo de no ser nada. Si no soy una madre, si no soy un padre a quien sus hijos necesitan vitalmente, ¿Qué soy?... ¿Quién soy?... no soy nada, no soy nadie. Esto es lo que con frecuencia siente y piensa el codependiente.

Es así como en la **codependencia en el rol de padres** con frecuencia se observa que hay padres y madres que llenan vacíos con sus hijos. El vacío de no tener un marido, el vacío de ser el profesional que hubiese querido ser y no fui, el vacío de no haber hecho lo que tanto quise, el vacío de..., el vacío de...

Por esto es que los padres codependientes que no tienen otra función, otro rol que su maternidad o paternidad se "APROPIAN" de sus hijos, depositando en ellos una gran cantidad de expectativas propias e individuales.

En el codependiente hay una gran necesidad de ser necesitado, porque ser necesitado es para el codependiente ser querido.

ESCUELA de PADRES

Es por esto que muchas madres transmiten a sus hijos una figura de mujeres abnegadas, que sufren en pro de su bienestar, con el objetivo de crear una dependencia de parte de ellos que les "garantice" que los hijos no se alejarán jamás, aunque crezcan.

**Los padres codependientes pueden tener muchas facetas, según el estilo familiar:**

1) **Los padres codependientes** son aquellos que ven a sus hijos como el único camino para que sus hijos logren alcanzar lo que es mejor para sus hijos, de quién se deben en-

carregar metas que son imposibles para sus hijos. Estos padres imponen lo correcto y que en sus

corazones sienten que es lo mejor para sus hijos.

Como resultado de este tipo de crianza vemos adultos inseguros, que a su vez probablemente repitan este modelo como padres.

2) **PADRES HIPERCRTICOS:** Estos son los padres que utilizan la crítica para controlar. Juzgan y focalizan en los errores, promoviendo sentimientos de culpa y vergüenza.

Estos padres suelen ser perfeccionistas. Independientemente del esfuerzo que los hijos hagan para obtener la aprobación de sus padres, "nunca es suficiente".

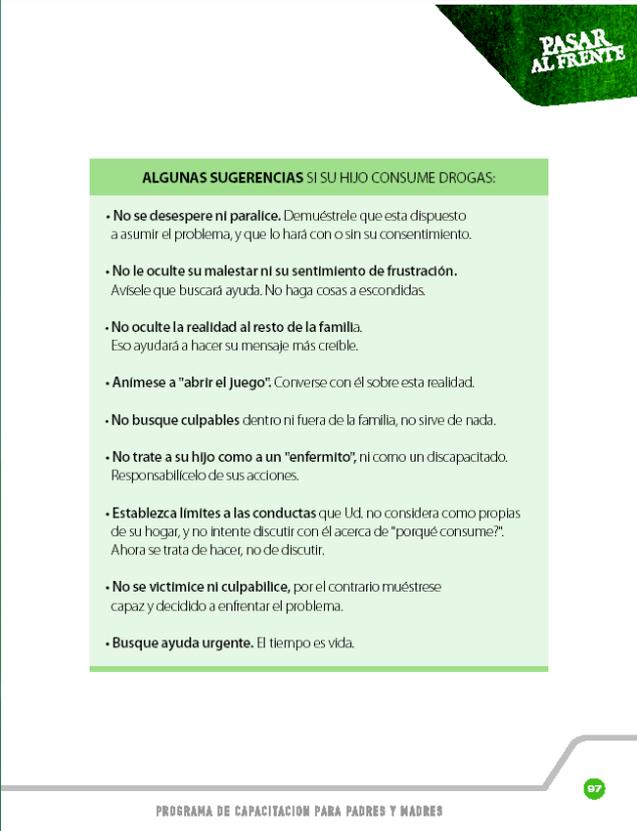
El mensaje es "nunca haces nada bien". La crítica puede ser directa o indirecta. Algunos ejemplos son: "no puedo creer eso de vos", "que mal te ves", "sos tan bonita... aunque tienes tan mal genio", etc.

Los hijos productos de este sistema de crianza pueden ser personas inseguras, perfeccionistas, con una gran necesidad de aprobación y que sienten que nunca son suficientes.

## La codependencia en el rol de padres

# 8) El consumo de drogas

## ■ Sugerencias sobre posible consumo de drogas en la familia



**PASAR AL FRENTE**

**ALGUNAS SUGERENCIAS SI SU HIJO CONSUME DROGAS:**

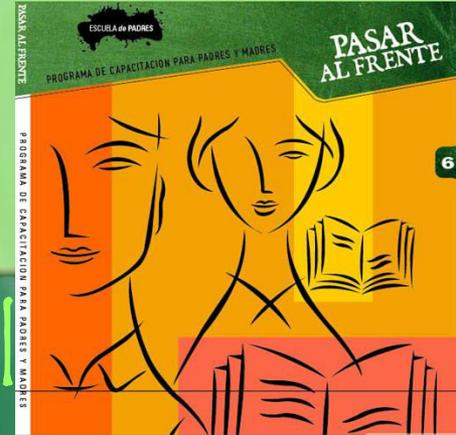
- **No se desespere ni paralice.** Demuéstrele que esta dispuesto a asumir el problema, y que lo hará con o sin su consentimiento.
- **No le oculte su malestar ni su sentimiento de frustración.** Avísele que buscará ayuda. No haga cosas a escondidas.
- **No oculte la realidad al resto de la familia.** Eso ayudará a hacer su mensaje más creíble.
- **Anímese a "abrir el juego".** Converse con él sobre esta realidad.
- **No busque culpables** dentro ni fuera de la familia, no sirve de nada.
- **No trate a su hijo como a un "enfermito",** ni como un discapacitado. Responsabilicelo de sus acciones.
- **Establezca límites a las conductas** que Ud. no considera como propias de su hogar, y no intente discutir con él acerca de "porqué consume?". Ahora se trata de hacer, no de discutir.
- **No se victimize ni culpabilice,** por el contrario muéstrese capaz y decidido a enfrentar el problema.
- **Busque ayuda urgente.** El tiempo es vida.

PROGRAMA DE CAPACITACION PARA PADRES Y MADRES

97

# RECURSOS

- El material (Manual y guía del coordinador)
- Un espacio físico que facilite la reunión grupal
- Un coordinador que confíe en sus capacidades y en los potenciales de los otros padres y madres.



# ASESORAMIENTO:

En Fundación Clínica de la Familia

Alberdi 1154 - Te: 4939311

[info@fundacionclinicadelafamilia.org](mailto:info@fundacionclinicadelafamilia.org)



*Clínica de la Familia*

— FUNDACION —

Muchas gracias.