

# FAMILIAS Y PROBLEMAS DE DROGAS

PROPUESTAS  
PARA EL  
**CAMBIO**



MÓDULO 5

**PROBLEMAS DE DROGAS Y RELACIÓN CON EL ENTORNO.  
IMPACTO EN LA FAMILIA Y RECURSOS PARA EL CAMBIO**

GUÍA FORMADOR/A



**fad**

## INTRODUCCIÓN

### MÓDULO 0 CONSTITUCIÓN DEL GRUPO

### MÓDULO 1 LOS PROBLEMAS DE DROGAS EN LA FAMILIA: ¿CÓMO AFRONTARLOS?

### MÓDULO 2 TODO SE COMPLICA. LOS CONFLICTOS EN LA ADOLESCENCIA

### MÓDULO 3 PROBLEMAS DE DROGAS Y ORGANIZACIÓN FAMILIAR IMPACTO EN LA FAMILIA Y RECURSOS PARA EL CAMBIO

### MÓDULO 4 PROBLEMAS DE DROGAS Y COMUNICACIÓN AFECTIVA. IMPACTO EN LA FAMILIA Y RECURSOS PARA EL CAMBIO

## **MÓDULO 5** **PROBLEMAS DE DROGAS Y RELACIÓN CON EL ENTORNO.** **IMPACTO EN LA FAMILIA Y RECURSOS PARA EL CAMBIO**

Introducción

Objetivos

Contenidos

Adaptaciones a realizar según el grupo

Desarrollo de los contenidos del módulo

Actividades

Conclusiones – Balance

Tareas para casa

Bibliografía para profundizar

Películas para un videoforum



1. Jóvenes, ocio y drogas . . . . . 4
2. Nuestro ocio como punto de partida . . . . . 5
3. Autorreflexión sobre el ocio compartido . . . . . 6
4. Grupo de iguales, ocio y drogas . . . . . 7
5. Papel y uso de las nuevas tecnologías . . . . . 8
6. Cómo ayudar a planificar el ocio . . . . . 9
7. Alternativas ocio/barrio/ciudad . . . . . 11
8. Situaciones de especial conflicto . . . . . 12
9. Lo más significativo . . . . . 14

### MÓDULO 6 HACIENDO BALANCE

## ANEXOS



## ➔ INTRODUCCIÓN

Uno de los valores en alza en nuestra sociedad es el tiempo libre; y entendemos por tal aquel que queda tras desarrollar las actividades necesarias para la vida diaria, así como las obligaciones laborales.

En el estado del bienestar en el que vivimos se calcula que disponemos de un 7% más de tiempo libre que nuestros mayores, sin embargo la percepción social continúa siendo la de estar más absorbidos por las obligaciones laborales que hace pocas décadas.

Si a estos datos unimos la mayor disponibilidad de tiempo libre que tienen los niños y jóvenes, la inexperiencia de muchos de ellos y de sus progenitores para gestionarlo y utilizarlo de forma satisfactoria, provechosa y saludable, así como el aumento en la percepción de disponibilidad y la disminución en la percepción de riesgo de algunas drogas, nos encontramos con un acuciante problema emergente: la **asociación ocio y drogas**.

Si bien el consumo experimental es el dominante (frente al habitual o instaurado) merece especial atención el hecho de que este consumo mayoritario está casi siempre ligado a contextos lúdicos, centrados en el fin de semana, realizados dentro del grupo de iguales y en espacios eminentemente públicos.

El uso de ciertas drogas (sobre todo alcohol, tabaco y cannabis) es referente casi obligado del ocio juvenil. De esta forma, el consumo de ciertas sustancias se ha ido convirtiendo en el centro, el elemento clave de diversión y esparcimiento, sin el cual se ve verdaderamente mermada la capacidad de disfrute.

En algunos casos pasan a segundo plano el qué hacer o el dónde hacerlo, tomando el protagonismo central el uso de ciertas sustancias como medio o como fin en sí mismo del ocio, ya sea individual o colectivo.

Debemos pues buscar no sólo las causas de estas conductas sino las consecuencias y repercusiones que el uso de estas sustancias ocasiona en el disfrute saludable del tiempo libre del individuo.

Es necesario que el tiempo libre adquiera la importancia que tiene, y se equipare a otras muchas facetas de la vida a las que se les da más importancia y que preocupan más, tales como la laboral o la escolar. El ocio es una faceta importante e imprescindible del ser humano y ha de ser vivida de forma saludable y plena. Su deterioro origina graves consecuencias y se ve directamente afectada por conductas como el consumo de drogas.

## ➔ OBJETIVOS

- Profundizar en las alteraciones que el consumo de drogas puede ocasionar en el uso del tiempo libre y el ocio.
- Promover estilos de vida saludables, como resultado de una correcta reeducación de la planificación y aprovechamiento de su tiempo libre y un fomento de variadas y enriquecedoras actividades de ocio.
- Analizar el uso y el papel que juegan los medios de comunicación y audiovisuales en la vida familiar y de ocio.
- Estimular en los hijos la planificación y práctica de determinadas actividades de ocio, tratando que se conviertan en hábitos y aficiones estables.
- Analizar dos de las situaciones de especial conflicto respecto al ocio de los hijos: la hora de llegada a casa y la disponibilidad y manejo del dinero.



- Reflexionar sobre el papel que juega el grupo de iguales en el uso y disfrute del tiempo libre de los hijos.
- Conocer los recursos de la zona sobre aspectos de ocio.

## ➔ CONTENIDOS

1. Jóvenes, ocio y drogas.
2. Nuestro ocio como punto de partida.
3. Autorreflexión sobre el ocio compartido.
4. Grupo de iguales, ocio y drogas.
5. Papel y uso de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación.
6. Cómo ayudar a planificar el ocio.
7. Alternativas ocio/barrio/ciudad.
8. Situaciones de especial conflicto: la hora de llegada y el dinero.
9. Lo más significativo.

## ➔ ADAPTACIONES A REALIZAR SEGÚN EL GRUPO

Las actividades y contenidos de este módulo están diseñados para desarrollar actuaciones de carácter específico dirigido a sectores de la población con consumos experimentales, habituales o instaurados, pero pueden resultar adecuadas, con matices y alguna adaptación, para intervenciones preventivas con familias sin consumo o problemática evidente.

## ➔ DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS DEL MÓDULO

### 1. JÓVENES, OCIO Y DROGAS

El consumo de drogas es una de las experiencias frecuentes en la vida de los adolescentes y, por tanto, algo sobre lo que deben aprender. En nuestra sociedad, las drogas son un objeto de consumo más, forman parte de nuestra realidad y, tanto las drogas legales (tabaco y alcohol) como las ilegales, se pueden adquirir con relativa facilidad. Aunque el consumo en la adolescencia es predominantemente experimental y ocasional más que habitual, lo preocupante es que está asociado al ocio, al fin de semana, y frecuentemente se asocian a dicho consumo riesgos así como expectativas de beneficio, poco ajustadas a la realidad. El consumo de alcohol, por ejemplo, se ha convertido en algo frecuente en los fines de semana de los adolescentes.

Desde la década de los noventa la asociación de alcohol y ocio ha cobrado fuerza. El famoso “botellón” se ha constituido como una forma habitual de diversión, un medio de relación, pero también un fin en sí mismo: emborracharse juntos. Los estudios demuestran que los adolescentes perciben mayor riesgo para la salud en algunos tipos de drogas como la cocaína o las pastillas, pero escasos riesgos asociados al consumo de alcohol y cannabis. Perciben un mayor grado de “control” al beber alcohol y se sienten apoyados por el resto del grupo, en caso de que les pudiera pasar algo negativo.



El consumo mayoritario de este tipo de drogas por estos grupos juveniles y en estos contextos, la existencia de cierta “ambigüedad publicitaria” y la compatibilidad del uso de drogas únicamente en momentos de ocio, salvaguardando de alguna manera el tiempo laboral o escolar, han hecho que las drogas sean percibidas desde una posición de **“normalidad permisiva”**, no sólo entre los propios jóvenes, sino también por gran parte de la población. De esta forma, el consumo de drogas con fines recreativos se ha convertido en un hecho cotidiano, socialmente aceptado y considerado como una actividad más de ocio.

La mayoría de las campañas de sensibilización que se vienen realizando, inciden en el uso abusivo que se hace de alcohol, tabaco y cannabis, por lo que resulta curioso que sean estas mismas sustancias las más consumidas entre los jóvenes en el contexto lúdico y también las más justificadas por el sector adulto que, aún no compartiendo este fenómeno, de alguna manera lo tolera.

La justificación parece responder al siguiente razonamiento: mientras haya éxito en los estudios o el trabajo, achacando a la edad el sobreinterés por estas sustancias y tildándolo de autolimitado de forma natural, no cabe la inquietud en la mente de algunos padres y se muestra preocupación, no por el hecho del consumo, sino por las consecuencias derivadas del mismo tales como agresiones, relaciones sexuales, accidentes de tráfico, etc.

El resultado es una visión falaz y estereotipada de las drogas, unida inexorablemente a la fiesta, el ocio, la diversión y la marcha, dejando de lado otras consecuencias.

Con frecuencia los padres se preocupan mucho de los aspectos formales de la educación de los hijos (los estudios, la alimentación, la salud...), pero ¿educan a sus hijos para que realicen actividades saludables y gratificantes en su tiempo de ocio? En este sentido hay que tener en cuenta que el tiempo dedicado al ocio es un **espacio de educación informal** tremendamente importante, al que, como padres, deben prestar atención, puesto que en él se interiorizan normas, se transmiten valores y actitudes, se fomentan determinadas capacidades y se practican actividades que pueden contribuir al desarrollo físico, intelectual, afectivo y social de los hijos.

## 2. NUESTRO OCIO COMO PUNTO DE PARTIDA

Como ya hemos visto, los padres tienen una gran influencia sobre los hábitos y las conductas de sus hijos. Desde la infancia, y en el campo del ocio que nos ocupa, cómo vivan esos momentos ejercerá una enorme influencia (positiva o negativa) sobre el comportamiento de sus hijos.

Si los hijos ven leer a sus padres, ser creativos, hacer deporte, etc. posiblemente, podrán aficionarse a éstas u otras actividades similares. Por el contrario, si su tiempo libre siempre transcurre en torno a bares o siempre está mediado por el uso del alcohol u otras drogas, probablemente adopten estos mismos comportamientos como consecuencia del modelo aprendido para la utilización de su tiempo libre. Por ello, los padres deben incluir los cambios que precisen en ellos mismos antes de intentar nada con sus hijos.

Por otro lado, deben tener en cuenta que no son modelos perfectos de conducta ni tienen que pretenderlo. Es más, deben reconocerse en ocasiones débiles pero coherentes, con sus limitaciones, sin no por ello tirar la toalla antes de empezar a andar; al contrario, conviene afrontar la situación con las esperanzas puestas en el cambio.



Los adultos solemos estructurar nuestro tiempo en compartimentos claramente definidos. Hay un tiempo para el trabajo y un tiempo para el descanso. Aunque la división entre el tiempo de trabajo y de descanso parece muy precisa, muchos adultos pierden de vista las diferencias entre uno y otro. Durante el tiempo de trabajo se piensa continuamente en el de descanso y cuando éste llega, no nos abandonan los problemas del trabajo. Nuestros compartimentos se contaminan, a veces sin darnos cuenta.

Para vivir de forma satisfactoria el tiempo de ocio debemos tener claras algunas consideraciones importantes:

- **No es lo mismo ocio que tiempo libre.** El ocio es una cualidad del tiempo libre. Se puede hablar de ocio cuando el tiempo libre no es un tiempo desocupado, estéril. Cuando lo que hacemos nos llena, nos gusta, nos resulta placentero, es un fin en sí mismo, sin otros objetivos que la vivencia placentera. Por tanto, el ocio es algo muy personal y particular, pese a que se pueda vivir en grupo.
- **La ocupación del tiempo libre debe estar planificada.** Si no se ha previsto qué hacer, cuándo y cómo, se caerá seguramente en la inactividad y el aburrimiento. Cuando esto ocurre, el tiempo parece escaparse de las manos, mientras se es consciente de no estar gozando de un momento tan ansiado. Cuando ese estéril espacio de tiempo haya concluido, se acumularán sentimientos de insatisfacción, vacío y frustración.
- **Para ser modelo de ocio sano hay que disfrutar de un ocio sano,** tanto individualmente como en grupo. Padres y madres tienen derecho a destinar parte de su tiempo libre al ocio personal. Si no se lleva esto a la práctica podrían acabar empleando todos sus momentos de descanso en trabajar aún más, para complacer a los demás, en muchos casos a sus hijos, agotándose en la injusta y exclusiva misión de hacer más agradable la vida de otros a costa de desperdiciar la suya.

Éste es el caso de algunos padres y madres que, durante los fines de semana reparan bicicletas, preparan comidas para excursiones, llevan a actividades, lavan la ropa necesaria, ayudan con los deberes y caen agotados en la cama a esperar la llegada de la jornada laboral. Éste tampoco es un buen modelo de ocio.

Educar a los hijos en el respeto a los momentos de ocio y descanso de sus padres no es fácil. La forma de lograrlo es acotar los espacios propios, reservar momentos concretos para uno mismo, para la pareja y para el ocio en común y, por supuesto, dejarlo claro a los demás miembros de la familia. De esta manera, formarán personas que sabrán valorar tanto los momentos de ocio compartidos como los individuales.

Como se puede ver, no basta con tener tiempo u ocuparlo de cualquier forma, previamente hay que plantearse los cuándo, los cómo, los con quién... y valorar si todo ello es un buen modelo para los hijos.

### 3. AUTORREFLEXIÓN SOBRE EL OCIO COMPARTIDO

El cohabitar en un mismo hogar donde coinciden diversas actividades de ocio en tiempo y en espacio no quiere decir que las compartamos. Ni siquiera podemos decir que sea fácil compartir momentos de ocio con los hijos.

En función de la etapa de crecimiento, los hijos demandarán de sus padres y de su tiempo libre una serie bien diferente de cosas. Los más pequeños pretenderán la atención completa de los padres para pasarlo bien.

Precisan de esa atención y la solicitan continuamente. Pero según van creciendo y van socializándose, esa dependencia se va difuminando, siendo la adolescencia y la juventud las etapas de mayor independencia, donde el centro de atención, de socialización y de vivencia del tiempo libre recae en el grupo de iguales.

No todo momento compartido en familia es necesariamente un momento de ocio compartido.

**RECUERDA**



Como padres, es necesario que reflexionen **sobre la cantidad y la calidad de ocio familiar compartido**, planteándose no sólo si pasan suficiente tiempo con sus hijos, ya que en el caso de los adolescentes casi siempre parecerá insuficiente, sino también si la calidad de esos ratos, aunque sean escasos, es lo suficientemente positiva.

Los padres de adolescentes deben prepararse para escuchar, en múltiples situaciones, el rechazo inmediato de las primeras ofertas y no cejar en el intento. Ello obedece a los deseos de los adolescentes de experimentar, de probar sensaciones nuevas y excitantes, así como a la necesidad de ruptura con la identidad paterna en el proceso de gestación de una nueva y propia, en ocasiones incluso antagónica.

Se debe respetar hasta cierto punto la autonomía y libre elección de los hijos sobre gustos y aficiones y grupos con quienes llevarlos a cabo.

**RECUERDA**

Asimismo, es conveniente observar y respetar los gustos y preferencias de ocio de los hijos, que no tienen por qué coincidir con los de sus padres. Dejarse sorprender por los nuevos gustos de sus hijos, conocerlos y ponerlos en práctica, abrirá las puertas para crear puntos de encuentro y de acercamiento de ocio compartido.

## 4. GRUPO DE IGUALES, OCIO Y DROGAS

Durante la adolescencia, tanto el tiempo de ocio como el grupo de iguales adquieren una importancia clave como apoyo en el proceso natural de búsqueda de identidad. A lo largo de esta etapa se producen fenómenos como el conformismo grupal y la búsqueda de la originalidad a través del sentido de pertenencia grupal frente a la sociedad adulta.

Este **“conformismo grupal e inconformismo social”** les brinda la seguridad que precisan durante esta etapa para llegar posteriormente a la propia originalidad y a la autonomía personal.

Para el adolescente, el grupo de iguales:

- Aporta apoyo y seguridad.
- Facilita el cuestionamiento crítico de modelos anteriores (hay nuevas referencias).
- Proporciona unos ideales, intereses y valores, que se afianzarán posteriormente.
- Aporta una identidad temporal y transitoria en un momento en el que es aún frágil.
- Ayuda a superar el pensamiento mágico infantil y ayuda a que el adolescente se conozca.

Pero no todo lo que aporta el grupo de iguales es positivo. También puede suponer un riesgo en la medida que una dependencia excesiva del mismo produce una total anulación del individuo, favoreciendo la inhibición de la responsabilidad individual, la aquiescencia, la excesiva dependencia o las conductas inadecuadas, tales como el ocio insano, el consumo de drogas o las conductas delictivas. No debemos olvidar que los **consumos de drogas ligados al ocio** o consumo recreativo, se realiza en la mayoría de los casos en un **contexto grupal** y juegan en sí mismos un **papel socializador** dentro del grupo.

Si, llegados a este punto, unimos el ocio juvenil y adolescente, el sentido de pertenencia grupal y el consumo de drogas, tendremos en un mismo conjunto tres de los problemas que más preocupan a los padres.

El adolescente que comienza a consumir en el grupo de amigos vive la sensación de acceder a algo prohibido, que escapa a la tutela de los padres o de otras figuras de autoridad, que le proporciona la posibilidad de compartir nuevas experiencias con sus iguales, en lugares y horarios que hacen propios, por contraposición al de los adultos.



Debido al protagonismo que tiene el grupo de iguales en el aprendizaje social del individuo, es muy habitual que los padres recurran a este hecho para explicar el consumo de drogas o las conductas problemáticas o delictivas de sus propios hijos, sin observar la propia responsabilidad en la situación.

Parece ser que los adolescentes eligen los grupos de pertenencia en función de sus conductas previas, de sus actitudes y de sus valores, de forma que la existencia previa de una conducta problemática les haría sentirse más aceptados e integrados en un grupo de iguales en el que esa conducta exista y sea valorada por sus miembros. Además, los grupos tienden a aceptar o rechazar a determinados individuos en función de sus conductas.

**El consumo de drogas en el grupo de iguales** actuaría, por tanto, **como una forma más de cohesión y de identidad grupal**, al igual que sucede con la imagen física, el tipo de música o cualquier otra conducta que defina un estilo de vida como propio.

Los padres suelen vivir estos momentos con sentimientos encontrados. Por un lado, entienden que la socialización de su hijo implica que genere su propio grupo de iguales. Por otro lado, temen la influencia que el grupo pueda tener en su hijo, dudan continuamente de los compañeros de su hijo, pecan de hiperprotección y se sienten abandonados.

Deben enseñar a sus hijos a **ser capaces de plantear y defender sus opiniones frente a la presión de sus compañeros**, a decidir por sí mismos y asumir las consecuencias de sus actos. Deben transmitirles que sus padres creen y confían en ellos y que estarán cuando los necesiten. Pero también deben asumir que, en determinadas etapas, “parecerán” no ser tan importantes, aunque siguen siendo referentes significativos en sus vidas.

Procurarán entender su necesidad de compartir su vida con personas que están pasando por situaciones muy parecidas a las suyas y que sienten que son los que mejor les van a comprender, en definitiva, con su grupo de iguales.

Si tan importante es en su maduración un grupo de iguales, la labor de los padres se podría denominar **“crear una casa con puertas abiertas, que acoge y que escucha”**. Que no les moleste que sus hijos lleven amigos a casa, sino todo lo contrario. Pueden facilitar que el espacio del hogar sea acogedor para él y para sus amigos desde la infancia.

## 5. PAPEL Y USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC)

Cuando se analizan las actividades que realizan los jóvenes españoles en su tiempo de ocio, se comprueba la existencia de dos modalidades básicas:

- **Un ocio centrado en los medios audiovisuales y la informática**, que tiene como características principales que se desarrolla de forma individual, en espacios privados y con mayor intensidad en los días laborables.
- **Un ocio de carácter colectivo o social**, que se caracteriza por desarrollarse dentro del grupo de iguales, en espacios públicos y durante el fin de semana.

Los medios audiovisuales están presentes en la mayoría de los hogares. En aquéllos en los que hay más de un televisor, dividen físicamente a las personas que forman la familia: ven programas diferentes en lugares diferentes. Hay estudios psicológicos que indican que cuando los jóvenes tienen una televisión en su habitación, la ven, como media, dos horas más que quienes no la tienen. Y el problema no está



sólo en la televisión, Internet o los videojuegos, sino en el uso solitario que se hace de ellos, sin ningún adulto que supervise estas actividades y les ayude a interpretar determinados mensajes. A esto debemos sumar que la mayoría de estos medios fomentan una actitud pasiva.

Actualmente, existe una serie de adicciones emergentes a los medios audiovisuales, informáticos o de telefonía cuya detección debe hacerse de forma temprana, ya que es durante la infancia y la adolescencia cuando tienen más repercusión.

Pese a todo, debemos reconocer que cierta forma de uso de medios tecnológicos y audiovisuales como los chats, los foros o los juegos en red, se puede considerar de carácter colectivo, ya que, a pesar de situarse la mayoría de las veces en un espacio en el que los hijos están solos, se caracterizan por desarrollarse con el grupo de iguales. Estos medios, si no monopolizan el estilo de relación social y actúan como complemento a otro tipo de encuentros presenciales, pueden ser una importante fuente de crecimiento social y personal. **La clave es hallar un equilibrio en su disfrute.**

En cualquier caso, existen una serie de premisas que favorecen el buen uso de los medios audiovisuales:

- Los padres tienen que **estar presentes** el mayor tiempo posible.
- Hay que **interpretar la información recibida** y explicar las características del lenguaje de las imágenes.
- Deben conseguir que las pantallas **no sean la única actividad** de ocio, optando por otras más creativas.
- Por lo general, **no conviene** que los hijos dispongan de medios audiovisuales **en su cuarto**, ya que potencian el aislamiento.
- Deben ser capaces de **manejar las nuevas tecnologías de la comunicación y de la información** al menos al mismo nivel que su hijo, para poder establecer límites.
- Procurarán que sus hijos **conozcan el valor de la tecnología** que utilizan, haciéndose partícipes de su cuidado y de su uso responsable.
- Elaborarán con sus hijos **“reglas consensuadas”** sobre tiempo y uso de los diferentes medios audiovisuales y velarán para que se cumplan.
- **Discriminarán los contenidos** de estos medios en función de los criterios que consideren razonables, como las habilidades que desarrollan o los valores que transmiten.
- Deben saber **diferenciar entre los beneficios** que determinados medios tecnológicos aportan **y los perjuicios** que otros generan (aislamiento y deterioro de las relaciones sociales).

En la medida que los padres dediquen tiempo y den valor a estos medios, estarán fomentando que ellos les den mucha o poca importancia, en detrimento de cualquier otro tipo de actividad de ocupación de su tiempo libre.

## 6. CÓMO AYUDAR A PLANIFICAR EL OCIO

Como ya hemos visto, desde que el niño empieza a relacionarse y a explorar su entorno, su proceso de aprendizaje debe incluir la educación para el ocio.

El problema es que poco tienen que ver las actividades a desarrollar con un niño que con un adolescente. El patrón de juego, el tipo de compañía, las expectativas, los tiempos... hacen que en muchas familias se abandone el ocio compartido o saludable cuando llega la adolescencia por miedo al rechazo, por falta de entendimiento, etc.



Teniendo en cuenta estas peculiaridades, parece necesario diferenciar por etapas esta educación para el ocio; sin embargo, existen una serie de **consideraciones generales** que merece la pena comentar:

- Los padres **deben respetar la autonomía y libre elección** de sus hijos sobre gustos y aficiones.
- Hay que **orientarles y fomentar sus aptitudes**, que los padres podrán reconocer a través de la observación de sus intereses y reacciones de agrado o desagrado ante diferentes alternativas lúdicas. **No deben imponerle** ninguna forma concreta de ocio.
- Conviene **informarles sobre diversas alternativas de ocio**. La falta de información sobre éstas puede generar actitudes de apatía o aburrimiento. Pese a que el aburrimiento es una situación normal en todo tipo de personas y edades, deben estar atentos ante un estado de aburrimiento permanente.
- Es necesario **compatibilizar el ocio individual con el compartido** favoreciendo la integración y las relaciones grupales.
- Deben ser conscientes de que **sus hijos son diferentes entre si**. Por tanto, es habitual que difieran en sus gustos, aficiones y entretenimientos. Es fundamental la observación para poder desarrollar y potenciar sus aptitudes e intereses.
- **Identificar los ocios nocivos** y crear un sistema de valores que genere un rechazo hacia ellos.
- Nunca estará de más **buscar el apoyo**, el contraste de opiniones, incluso el **acuerdo con otros padres** de amigos de los hijos, ya que aportará objetividad, abrirá el campo de visión, ayudará a intercambiar ideas, formas de actuar, recursos... además de ayudar a contrastar lo que los hijos demandan como “normal” en las familias de sus amigos.

Los padres pueden ofrecer, sugerir y compartir con sus hijos actividades de ocio saludables.

**RECUERDA**

Como ya mencionamos anteriormente, conviene puntualizar las peculiaridades de la educación y planificación del ocio en función de la edad de los hijos, ya que difieren en muchas cosas. Para ello, y pese a poder hacerse multitud de divisiones, desarrollaremos dos grandes subgrupos: los más pequeños y los jóvenes y adolescentes.

### Con los más pequeños

---

Los más pequeños dependen de la atención completa de sus padres y madres, para poder disfrutar de su ocio. Desde este punto de partida y sin perderlo de vista se pueden tomar las siguientes medidas:

- Ofrecerles un **listado abierto de alternativas concretas** a través de preguntas que les obliguen a decidir sobre sus gustos y preferencias. La clave de este tipo de ofertas está en conseguir **que sea el niño quien, de forma guiada, elija** el contenido de su ocio en lugar de aceptar las decisiones del adulto.
- También es necesario mantener la cercanía que demandan y precisan del adulto. Sin embargo, esta proximidad se puede desarrollar con ciertas condiciones, ya que no es necesaria toda la atención por parte de éste; se podría llegar a un punto de cohabitar la misma sala, pero desarrollar actividades diferentes.
- Si los padres acuerdan participar en sus actividades no tienen por qué estar en todo el desarrollo de las mismas. Se trataría de **acordar el inicio, el fin o la organización** y dejarle para que encuentre su propia forma de entretenimiento.
- Podrían prestar una **atención selectiva pero no continua**, haciendo saber al niño que estarán ahí pasándose de vez en cuando para valorar los logros y resultados, animarle en la realización del juego o sugerir nuevas actividades.



## Con los adolescentes y jóvenes

---

En el caso de adolescentes y jóvenes conviene tener en cuenta una serie de consideraciones previas:

- Suelen ser **muy exigentes** con su ocio, pero muestran **poca iniciativa** a la hora de pensar en actividades que les gratifiquen.
- **No pedirán o tolerarán listados cerrados de actividades** y posibilidades, pero sí demandarán ofertas atractivas y novedosas.
- Lo normal es que su **primera respuesta** ante cualquier sugerencia sea un **rechazo inmediato**, pese a aceptarla de buen grado más tarde.
- Cuando encuentran y forman su grupo de iguales **“desaparecen”** de casa y procuran dar el menor **número de datos** posible sobre lo que hacen, dónde lo hacen o con quién. Esta actitud no es sospechosa, rara o indicadora de conductas de riesgo, sino que obedece a una etapa evolutiva que se resume en el deseo de afirmar su propia identidad, distanciándose de los adultos próximos.
- **El riesgo, los desafíos y las sensaciones de peligro** pasarán a un primer plano dentro de las actividades de ocio. Su afán por superarse y demostrar al mundo su valía personal desafiando la prudencia, pueden conducirles a situaciones que pongan en peligro su salud. Su deseo de independencia puede llevarles a una percepción de autosuficiencia irreal. Necesitan el apoyo y orientación de sus padres, pese a que no lo soliciten, por ello los padres deben ser muy hábiles para brindarles ayuda y consejo, sin poner en duda su autonomía.

Teniendo en cuenta estos condicionamientos, los padres pueden ayudar a sus hijos adolescentes siguiendo algunas pautas:

- Se pueden **sugerir ideas que motiven la reflexión de los hijos**, para que ellos mismos busquen alternativas, y se responsabilicen de sus aficiones, gustos o capacidades.
- Procurar **no hacer demasiadas preguntas** sobre su grupo de amigos, aunque sí conocerlos siempre que sea posible y estar muy atentos a la información espontánea que de ellos nos den.
- **Poner límites** respecto a las horas de salida y llegada, el dinero disponible y los lugares y actividades que los padres consideran arriesgados.
- **Encontrar momentos para charlar y comunicarse** con ellos de su vida de ocio, comentando diversas posibilidades, compartiendo los propios gustos o aficiones...
- **Abrir el diálogo** a los riesgos del entorno y de ciertas formas de ocio asociadas al consumo de drogas, sin resultar dogmáticos y autoritarios, respetando sus opiniones y comentando los conocimientos e ideas que se tienen sobre ellas.

A medida que los hijos van asumiendo como propias las normas, valores y opiniones que los padres establecen o tienen respecto a su tiempo libre, irán desarrollando unos valores claramente definidos que orientarán su conducta en el futuro.

## 7. ALTERNATIVAS OCIO/ BARRIO /CIUDAD

Los hijos van a servirse del modelo que les muestren sus padres en cuanto al uso y disfrute del tiempo libre, pero no sólo de éste. Conviene que participen en la gestión de su tiempo libre. Dada su falta de iniciativa, su indecisión o escasos conocimientos sobre recursos, será necesario ofrecerles información del mayor número posible de alternativas, además de facilitarles y potenciar su realización.



Para llevarlo a cabo, en primer lugar los padres deben conocer aquellas ofertas de ocio que se realicen en su entorno, no sólo en cuanto al tipo de actividad, el precio y los horarios, sino también del atractivo que presentan en función de las edades, de los valores intrínsecos que transmiten, de si son saludables o perniciosas, etc.

Así pues, en la mayoría de los lugares se podrán encontrar diversas actividades de ocio en las que se pueden destacar muchas características tales como:

- Organismo que lo oferta: actividades municipales, de las CCAA, centros culturales, ONGs, de empresas privadas, de centros religiosos, adscritas a los colegios...
- La actividad que se realiza: deportiva, cultural, musical, de juego...
- La edad de los participantes: infantil, juvenil, para adolescentes...
- El tiempo y el horario en el que se realiza: diurna, nocturna, diaria, semanal, mensual...
- El costo económico que supone.
- La tutorización a la que están sujetos los niños durante la misma.

Conviene ser consciente de que las actividades que atraen a un niño de cinco años no tienen nada que ver con las que atraen a un adolescente de dieciséis, ni en tipo de actividad y estilo de socialización o grupo, ni en estilo de tutorización u horarios de realización...

Así pues no sólo deben tener los padres un gran conocimiento de las actividades de ocio y recursos de la zona, también deben hacerse expertos en las aficiones de sus hijos en función de su edad, sus gustos, sus expectativas, etc.

## 8. SITUACIONES DE ESPECIAL CONFLICTO: LA HORA DE LLEGADA Y EL DINERO

A continuación trataremos de aportar alguna luz sobre dos de las situaciones que más conflicto generan entre los jóvenes y adolescentes y los padres: la hora de llegada a casa y la disponibilidad y manejo del dinero.

Trataremos este tema aquí por la indiscutible asociación que existe para los hijos entre ocio, tiempo fuera de casa, en especial nocturno, dinero para el ocio y drogas.

### **El horario de regreso a casa**

---

El establecimiento de la hora de regreso a casa suele ser motivo de discusión entre padres e hijos, los últimos intentando llevar el límite lo más lejos posible. Es necesario que los padres establezcan **horarios razonables** de regreso a casa, **negociados con los hijos cuando sea posible**, adaptados a la edad, a las características de cada adolescente y joven (a su grado de madurez) y a determinadas circunstancias espaciales (existencia o no de transportes públicos, residencia en núcleos urbanos o rurales, etc.). Los horarios, como cualquier norma, **deben ser estables** (se fijan para ser cumplidos), sin que ello impida que ante un acontecimiento singular puedan verse alterados (el día del cumpleaños, un concierto musical, etc.).

Los horarios fijados deben permitir compatibilizar la práctica de sus actividades de ocio con el mantenimiento de un estilo de vida saludable, de forma que no impidan el adecuado descanso y que no alteren ciertas dinámicas familiares (comer todos juntos) o el desarrollo de ciertas obligaciones (estudiar, tareas domésticas, etc.).



Hay que tener en cuenta que un mayor grado de madurez y de autonomía exige como contrapartida el cumplimiento de las obligaciones familiares (llegar a casa tarde no puede convertirse, por ejemplo, en pretexto para no colaborar en la limpieza o en la compra).

Conviene **tener muy presente** que:

- Para los adolescentes es posible que cada día o fin de semana exista un acontecimiento especial que justifique la prolongación de la hora de regreso a casa, de manera que la norma dejaría de surtir efecto. No tenemos que entrar en ese juego peligroso.
- Los hijos señalarán a los padres que todos sus amigos llegan a casa más tarde que ellos. Es probable que no sea verdad, o que sea una estrategia para prolongar la hora de regreso a casa, táctica a la que son sometidos todos los padres. Hay que preguntarse si no es lógico que alguno de los amigos sea el primero en volver, y ser perseverante en el cumplimiento de la norma que regula la hora de regreso a casa de los hijos.

Una buena estrategia es **hablar con los padres de los amigos** de los hijos y fijar una hora de referencia de regreso a casa para el grupo si es posible o si está de acuerdo con ellos. En cualquier caso, los padres son los responsables de tomar la decisión final. Hay que ser equilibrado en la decisión, no impedir salir a los hijos, pero preguntarse qué pueden hacer a determinadas horas de la noche.

### **La disponibilidad y manejo del dinero**

---

En general, para un adolescente o un joven, el dinero que se le asigna para sus gastos personales, sea cual sea su cantidad, nunca será suficiente, puesto que por sus propias características pretenderá hacerlo todo o, influido por las modas y la publicidad, consumirlo todo. Además, es preciso tener en cuenta que una parte importante de las asignaciones económicas que las familias dan a sus hijos para gastos personales (unos 9,92 euros semanales como media a los escolares de 14 años y 21,34 euros a los de 18 años) es destinada por una proporción significativa de jóvenes a la adquisición de bebidas alcohólicas y tabaco. Numerosos jóvenes reconocen que no consumen más alcohol porque no tienen más dinero.

¿Cómo abordar este tema? Las cantidades a asignar deben establecerse en base a **tres criterios básicos**:

- Las posibilidades económicas de la familia.
- El grado de cumplimiento de las normas y las obligaciones impuestas en la familia (estudios, tareas domésticas, etc.). De forma que, a mayor responsabilidad en el cumplimiento de las mismas, mayor sería el importe y la libertad en la gestión de las asignaciones para gastos personales de los hijos. Con ello, se conseguiría que la “paga” sirva para reforzar el cumplimiento de las normas y facilite una progresiva autonomía en el manejo del dinero.
- Las actividades que realicen los adolescentes: los padres deben conocer qué actividades llevan a cabo sus hijos en sus momentos de ocio (¿qué van a hacer el fin de semana?, ¿cuánto les cuesta ir al cine?, ¿cuánto gastan en transporte?, ¿son razonables estos gastos?), valorar si son adecuadas y, en su caso, intentar satisfacerlas.

Además, sería conveniente conocer si otros miembros de la familia les dan asignación complementaria (abuelos, tíos, hermanos mayores, etc.) para pactar con ellos su importe y forma de canalizarlas (se puede regalar un disco o un libro en lugar de dinero, o sugerir que éste se destine al ahorro para cubrir gastos excepcionales como un viaje, unas zapatillas, etc.).

La “paga” ha de establecerse en función de las posibilidades económicas de la familia, el grado de cumplimiento de las normas y las actividades que vayan a realizar.

**RECUERDA**

Todos nos sentimos condicionados por el entorno, pero en este tema tenemos que respetar una máxima: no importa el dinero que les den a sus amigos. El que sus padres o familiares les den una asignación mayor no significa nada (quizás sólo que tienen más medios o que son más despreocupados), sin que por ello sean mejores padres o eduquen mejor a sus hijos.



## 9. LO MÁS SIGNIFICATIVO

- El papel que juega el ocio en la vida es de vital importancia: es un espacio para la socialización, la introspección, la educación en valores, el desarrollo de roles, el desarrollo de la personalidad y la educación en normas, entre otros.
- Es tarea de los padres planificar su propio ocio y hacerlo o sugerirlo en el caso de sus hijos, según su edad.
- Los padres son modelos para sus hijos, también en el ocio. De ahí la responsabilidad de ofertar y compartir actividades saludables, si es posible. Si no, intentarlo con otra actividad atractiva o en otro momento.
- Si se trata con medios audiovisuales y nuevas tecnologías, conviene que un adulto supervise estas actividades y les ayude a filtrar e interpretar determinados mensajes.
- La asignación económica ha de establecerse en base a varios criterios:
  - Las posibilidades económicas de la familia.
  - El grado de cumplimiento de las normas.
  - Las actividades que quieran realizar.
- Para todo ello, es necesario conocer y ser conscientes de lo que implican las actividades elegidas, pudiendo así denegarlas, alentarlas y/o compartirlas.

### ➔ ACTIVIDADES

Se presentan tres actividades con objeto de que el animador pueda escoger la más apropiada en función de las características y necesidades del grupo.

- **Actividad 1: Juicio a los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías.**
- **Actividad 2: De bronca en bronca.**
- **Actividad 3: Dime con quién andas (o andabas) y te diré...**

### ACTIVIDAD 1: JUICIO A LOS MEDIOS AUDIOVISUALES Y LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS ←

#### DESCRIPCIÓN

En una sociedad como la nuestra resulta casi imposible aislarse o no ser partícipe de las nuevas tecnologías. Ordenadores, aparatos portátiles de música y vídeo, PDAs, teléfonos móviles, cámaras de vídeo y fotografía inundan nuestra vida.

Si bien puede darse el caso de familias que no sean usuarias de estas tecnologías, pocas quedan al margen de los medios audiovisuales tradicionales: televisión, radio y videojuegos.

Ser conscientes del papel que juegan los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías en nuestro ocio y en nuestras relaciones familiares, así como de la responsabilidad en el deterioro de las mismas, es de vital importancia, ya que, si en muchos casos el uso de éstos puede ser un elemento socializador, en la mayoría de los casos actúan como distanciadores, pudiendo llegar a desarrollarse adicción a los mismos.

#### OBJETIVOS

- Analizar la importancia y el grado de infiltración que los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías tienen en nuestra vida y en la de los hijos.



- Reflexionar sobre la influencia o las consecuencias que su uso racional o su uso abusivo tiene, tanto en los individuos como en las familias.
- Incrementar la dedicación y el valor que se concede al ocio de los hijos.
- Favorecer el uso saludable de actividades lúdicas compartidas con estos medios.

#### TIEMPO APROXIMADO

Unos 40 minutos.

#### MATERIALES

- Ficha 1.
- Pizarra y tizas o rotafolios y rotuladores.
- Bolígrafos.

#### ANTES DE EMPEZAR...

Actualmente las familias están siendo bombardeadas con infinidad de mensajes de consumo relacionados con las nuevas tecnologías y los medios audiovisuales. Esto, en muchos casos, está generando graves dependencias y situaciones de verdadero aislamiento, tanto de adultos como de niños y jóvenes. Ante esta situación no podemos quedarnos impasibles, debemos tratar de encontrar aquellos medios más “adictivos” y perjudiciales y tratar de reducir su uso, frente a aquéllos más saludables o menos adictivos.

#### DESARROLLO

##### **Secuencia 1: Asignación de medios y búsqueda de argumentos**

Tras motivar la situación dramatizándola, en la medida de lo posible, el formador comentará que debemos buscar culpables entre los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías. Está en nuestra mano proteger a los jóvenes y adolescentes.

Formará grupos de 2 ó 3 personas y les asignará uno de los medios o de las nuevas tecnologías, que aparecen en la hoja de “Juicio a los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías”.

Cada grupo deberá defender con argumentos y razonamientos el medio audiovisual o nueva tecnología que le haya tocado, así como criticar los demás completando la hoja de “Juicio a los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías”.

##### **Secuencia 2: Celebración del juicio**

Tras rellenar la hoja y teniendo claros los argumentos de defensa de nuestro medio o tecnología y los argumentos críticos para el resto, se dramatizará un juicio. Por turnos se criticará el papel de cada uno y se defenderá el propio.

El monitor irá tomando nota de las ventajas e inconvenientes de cada uno de los medios audiovisuales y nuevas tecnologías para comentarlos en el grupo grande más tarde.

##### **Secuencia 3: Conclusiones del juicio**

Tras terminar el juicio, se hará una lista con las características que se deben cumplir para que el uso de estos medios y tecnologías sea saludable y beneficioso, y otra lista con las características que los convierten en perjudiciales.



## COMENTARIO FINAL

Los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías no son malos ni buenos por sí mismos. Dependerá del uso que se haga de ellos, tanto por el tiempo que se les dedique, la soledad o socialización que generen, el mensaje que transmitan y la compatibilidad con la edad a la que estén dirigidos...

Como norma general, el uso debe ser tutorizado por un adulto y mantenerse dentro de límites no abusivos. Conviene, sobre todo en el caso de los adolescentes, hacerles responsables de su mantenimiento y conscientes del valor que tienen. Se deben favorecer los medios socializadores frente a los individualistas.

## ACTIVIDAD 2: DE BRONCA EN BRONCA

### DESCRIPCIÓN

La actividad consistirá en trabajar por parejas diferentes formas de solución: por un lado, decisiones unidireccionales y, por otro, decisiones bidireccionales o negociadas y argumentaciones lógicas. El punto de partida serán dos situaciones que suelen generar conflicto en la adolescencia: la hora de llegada de los hijos a casa y la disponibilidad y el manejo del dinero.

Habiendo reflexionado sobre esto, se pondrá en práctica por medio de una dramatización padres-hijos para ver la efectividad de las diferentes formas de solución elegidas.

### OBJETIVOS

- Promover un análisis sobre prejuicios, normas laxas y procedimientos erróneos en el tratamiento de estas dos situaciones.
- Proporcionar a los padres la información sobre las pautas necesarias para el abordaje de estas situaciones de conflicto con sus hijos adolescentes.

### TIEMPO APROXIMADO

Una hora, distribuida aproximadamente de la siguiente forma:

- Lectura de las situaciones-problema y preparación de los papeles: 20 minutos.
- Representación: 15 minutos.
- Debate: 25 minutos.

### MATERIALES

Ficha 2.

- Pizarra y tizas o rotafolios y rotuladores.
- Bolígrafos.

### ANTES DE EMPEZAR...

Llegada cierta edad, ya en la preadolescencia, dos situaciones de conflicto con los hijos se presentarán antes o después a casi todos los padres.

La hora de llegada a casa y la disponibilidad y el manejo del dinero son situaciones de conflicto comunes que entrañan ciertos riesgos, tanto por la ausencia de normas como por la existencia de reglas rígidas. Como en todo, quizás la virtud esté en el punto intermedio, pero no por ello resulta más fácil de gestionar.

El conflicto está servido, las posturas son manifiestas y la negociación está cerca...



## DESARROLLO

### Secuencia 1: Reparto de papeles

El animador leerá las dos situaciones-problema recogidas en la ficha 2. Dividirá el grupo en 4 grupos, asignando cada situación-problema a dos grupos.

Dos de los grupos serán los padres y deberán definir tanto su postura frente a las situaciones problema como argumentos para lograr defenderla. Los otros dos grupos son los adolescentes que deberán hacer exactamente lo mismo, pero desde la perspectiva y argumentos de un joven.

### Secuencia 2: Representación

Cada grupo que represente a los padres elegirá dos actores y uno el de los jóvenes. El animador ayudará a improvisar un escenario y se procederá a la representación de la situación que se pretende evocar, el resto de los grupos actuarán como observadores. Cuando se hayan expuesto todos los argumentos, se hayan manifestado todos los puntos de vista y se haya llegado a una solución, se cortará la representación.

### Secuencia 3: Debate

Tras la representación, el monitor iniciará un debate pudiéndose servir de las siguientes preguntas:

- ¿Existe acuerdo de partida entre padres e hijos respecto a esta situación?
- ¿Existe acuerdo de partida entre los padres respecto a esta situación?
- ¿Con qué ideas preconcebidas acuden tanto unos como otros al debate?
- ¿Cuál es el objetivo principal de los padres en este tema? ¿Y el de los hijos?
- ¿Se verbaliza en algún momento este objetivo?
- ¿Qué tendrían que hacer los padres para afrontar esta situación de forma más adecuada?
- ¿Es satisfactoria para todos la decisión tomada?
- ¿Cómo te has sentido con el papel que te ha correspondido?
- ¿Hubieras cambiado de personaje? ¿Por cuál? ¿Por qué?

## COMENTARIO FINAL

Ya que tanto la disponibilidad de dinero como las horas de llegada a casa o dedicación al ocio tienen que ver con conductas de riesgo en los jóvenes y adolescentes, resulta evidente que es papel de los padres proponer un control normativo respecto a estos temas.

El abordaje de situaciones conflictivas, tales como las tratadas en esta actividad, pasa necesariamente por establecer de forma concisa, primero en pareja y después con los hijos, unas expectativas claras y coherentes hacia la conducta de los hijos y, consiguientemente, unas normas familiares definidas y unas consecuencias ante el incumplimiento de las mismas.

Si se hace así desde un principio, la negociación en estos temas y los acuerdos en común fomentarán una mayor responsabilidad por parte de los hijos y permitirá la concesión de márgenes de maniobra más amplios, en función del cumplimiento de los límites fijados.

Las decisiones o normas en relación con estos temas siempre deben estar ajustadas a la edad de los hijos, a su comportamiento previo y futuro, al cumplimiento de las normas previas y a cierta negociación de las mismas.



## ACTIVIDAD 3: DIME CON QUIÉN ANDAS (O ANDABAS) Y TE DIRÉ...

### DESCRIPCIÓN

Esta actividad pretende hacer reflexionar sobre las características que buscan los padres en el grupo de amigos de los hijos, sobre si son características idealizadas y poco factibles o, por el contrario, realistas, y si esas mismas características se cumplían en los grupos de amigos de la juventud y en los actuales.

Además pretende dotar de valor la decisión individual de cualquier persona frente a la colectiva, haciendo reflexionar a los padres sobre aquellas conductas de riesgo que se llevaban a cabo en su propio grupo de iguales durante su juventud e, incluso, el actual, que ellos no imitaron o validaron.

Al fin y al cabo, si bien es innegable la influencia que el grupo de iguales ejerce sobre los individuos, hay que tener también en cuenta la capacidad del adolescente para elegir los grupos de pertenencia.

### OBJETIVOS

- Reflexionar sobre las características que debe tener un grupo de iguales ideal, saludable, que respete a sus miembros y en el que se pueda crecer de forma colectiva e individual.
- Contrastar y evaluar, respecto a las características del grupo ideal, las características de nuestro grupo de amigos de la adolescencia y nuestro grupo de amigos actual.
- Ser conscientes del papel que juega la decisión individual frente a la grupal.

### TIEMPO APROXIMADO

Unos 50 minutos.

### MATERIALES

- Pizarra y tizas o rotafolios y rotuladores.
- Ficha 3.
- Bolígrafos.

### ANTES DE EMPEZAR...

El “con quién anda mi hijo” es un tema que preocupa enormemente a los padres y, en muchos casos, tienden a culpar a los amigos de sus hijos de conductas que no les gustan de sus propios hijos.

Esto puede llevar en ocasiones a actuaciones poco acertadas, como prohibir a un hijo estar con cierto grupo de amigos, poniendo al hijo en la tesitura de optar entre sus amigos y sus padres, lo que suele terminar sirviendo únicamente para distanciarse mucho de él o para entrar en una confrontación directa y poco productiva.

Antes de actuar de forma precipitada, conviene reflexionar sobre el papel que juegan los amigos en su vida, el que juegan nuestros propios amigos en la nuestra y las repercusiones de cualquier decisión drástica.

### DESARROLLO

#### **Secuencia 1: Decálogo de características deseables del grupo de iguales**

Por medio de una lluvia de ideas se elaborará un decálogo con las 10 características más importantes que debe tener el grupo de iguales del hijo y se dispondrá en la pizarra o rotafolio a la vista de todos.

#### **Secuencia 2: Trabajo individual y de grupo**

El formador repartirá la ficha 3, “Dime con quién andas (o andabas) y te diré...”, que se rellenará de forma individual, cumplimentando para cada una de las 10 características seleccionadas anteriormente, en qué medida las tienen los amigos de nuestro hijo y nuestros amigos (de juventud y actuales).



Después se comentarán las impresiones en grupos de 3 personas, sacando algunas conclusiones comunes.

### Secuencia 3: Debate

Se comentarán las conclusiones en grupo grande, iniciándose el debate. El formador puede utilizar las siguientes preguntas:

- ¿Las características que pedimos en los grupos de iguales de nuestros hijos se cumplen o cumplían en los nuestros?
- ¿En qué punto debo sugerir u ordenar la ruptura de la relación de mi hijo con su grupo de iguales?
- ¿Qué pesa más a la hora de experimentar una conducta de riesgo, las características del grupo de iguales las de mi hijo como individuo?
- ¿Cómo dar mi opinión sobre el grupo de iguales de mi hijo sin que se ofenda?

### COMENTARIO FINAL

Durante la adolescencia, tanto el tiempo de ocio como el grupo de iguales adquieren una importancia clave como apoyo en el proceso natural de búsqueda de identidad. A lo largo de esta etapa se producen fenómenos como el de conformismo grupal y la búsqueda de la originalidad a través del sentido de pertenencia grupal frente a la sociedad adulta.

Este “conformismo grupal e inconformismo social” les brinda la seguridad que precisan durante esta etapa para llegar posteriormente a la propia originalidad y a la autonomía personal.

Pero no todas las características que aporta el grupo de iguales son positivas. También pueden suponer un riesgo en la medida que una dependencia excesiva del mismo produce una total anulación del individuo, favoreciendo la inhibición de la responsabilidad individual, el conformismo, la excesiva dependencia o facilitar conductas inadecuadas, tales como el consumo de drogas, las conductas delictivas o el ocio insano. No debemos olvidar que los consumos de drogas ligados al ocio o consumo recreativo, se realizan en la mayoría de los casos en un contexto grupal y juegan un papel socializador dentro del grupo.

Este tema preocupa enormemente a los padres, que tienden en muchos casos a culpar a los amigos de sus hijos de conductas que no les gustan de sus propios hijos. Pero si bien es innegable la influencia que el grupo de iguales ejerce sobre los individuos, hay que tener también en cuenta la capacidad del adolescente y de cualquiera de nosotros para elegir los grupos de pertenencia.

## ➔ CONCLUSIONES – BALANCE

El papel que juega el ocio en la vida de cualquiera de nosotros es de vital importancia. El tiempo libre se muestra como un espacio indispensable para la socialización, para la introspección, para la educación en valores, el desarrollo de roles, el desarrollo de la personalidad, la educación en normas, etc. Además es un momento óptimo para la realización personal y para la relajación del día a día.

Los padres de adolescentes y jóvenes, pese a no compartir muchos momentos de ocio con sus hijos, siguen siendo modelos de ocio, aunque ellos nunca lo admitan. Tienen la obligación de ofertar y poner a disposición de sus hijos una amplia oferta de actividades de ocio saludables, compartidas y atractivas, teniendo presente que, en la mayoría de los casos, serán rechazadas o aceptadas con poco entusiasmo, y no por ello sentirse derrotados.

Asimismo, los padres deben conocer la forma disfuncional de ocio que generan, en la mayoría de los casos, un uso del tiempo libre dañino y patológico, y ser conscientes que pueden afectarles tanto a ellos como a sus hijos.



El uso de los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías, la gestión del tiempo libre, el papel del grupo de iguales, la negociación de la hora de llegada o de la disponibilidad y manejo del dinero son algunas de las situaciones o temas que se encontrarán a la hora de convivir y educar a un hijo adolescente y es necesario que las afronten con conocimientos, confianza y ganas de mejorar y hacer más felices a sus hijos, tanto actualmente como en el futuro.

## ➔ TAREAS PARA CASA

Se ofrece este apartado como alternativa, siempre y cuando el nivel de motivación e implicación de los participantes lo permita.

El formador sugerirá la realización de las fichas “Quiero compartir un rato contigo y me gustaría...”, “Cómo ayudar a planificar el ocio” y “Programación de actividades de ocio”, para trabajar la capacidad de planificar el ocio personal y compartido.

Asimismo, sugerirá bibliografía para profundizar en el tema que nos ocupa y podrá proponer el visionado de alguna de las películas que aquí se mencionan.

## ➔ BIBLIOGRAFÍA PARA PROFUNDIZAR

**Azpiroz Villar, E. (2001). *La noche: un conflicto de poder*. Madrid: INJUVE.**

Este libro refleja el trabajo y la reflexión sobre el fenómeno de la marcha nocturna, abordando interrogantes y preocupaciones de los jóvenes.

**Calafat Far, A. y Fernández Gómez, C. (2003). *La diversión sin drogas: utopía y realidad*. Valencia: Irefrea.**

Fomento de un espacio recreativo diverso y plural. Se examina la existencia de distintas subculturas con distintas lógicas ante la diversión, estilos de consumo y grupos de edad diferentes.

***El messenger, una nueva forma de “hacer amigos”*. (2006, 9 de agosto). Nota de prensa FAD y Obra Social Caja Madrid.**

En este artículo se habla sobre la investigación Jóvenes y cultura Messenger. Tecnología de la información y la comunicación en la sociedad interactiva elaborada por la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD), el Instituto de la Juventud (INJUVE) y la Obra Social de Caja Madrid. En ella se hace un análisis sobre el uso y la valoración que hacen los jóvenes de entre 12 y 29 años de las nuevas tecnologías.

**Maciá, D. (2000). *Un adolescente en mi vida. Manual práctico para la educación de los hijos*. Madrid: Pirámide.**

En esta obra se ofrece a los padres una estrategia general mostrándoles, a través de ejemplos prácticos, una metodología sistemática que les ayude a afrontar diferentes situaciones y a conseguir el éxito en la tarea de educar en esa difícil etapa, y lograr que los hijos sean felices, libres y responsables. Al mismo tiempo, es un instrumento de apoyo para profesionales, pedagogos y psicólogos, que imparten cursos de formación para padres.

**Megías Valenzuela, E.; Comas Arnau, D. y Elzo Imaz, J. (2001). *Valores sociales y drogas*. Madrid: FAD.**

Aportaciones de varios autores acerca de la evolución de valores en la sociedad actual, la defensa del proyecto personal y la negación del otro, la dinámica social y la confusión y riesgo que produce la sustitución de antiguos valores por otros nuevos.



**Urra, J.; Clemente, M. y Vidal, M.A. (2000). *Televisión, impacto en la infancia*. Madrid: Siglo XXI Editores.** Investigación de corte divulgativo que da una visión actualizada de cómo es la relación de la infancia con la televisión. Señala los elementos más problemáticos de esta relación y sugiere pautas de actuación para los adultos.

## ➔ PELÍCULAS PARA UN VIDEOFORUM

***Descubriendo Nunca Jamás (2004)*. Género: Drama. Duración: 104 minutos.**

Sinopsis: Historia inspirada en la vida del escritor escocés James Mathew Barrie. En esta película se recrea la historia de Peter Pan. Todo comienza cuando Barrie tropieza con la familia Llewelyn Davies: cuatro niños huérfanos de padre y su bellísima madre, que acaba de quedarse viuda. Barrie se hace amigo de la familia. Entretiene a los chicos haciendo juegos de magia, disfrazándose, haciendo travesuras y crea para ellos mundos imaginarios de castillos y reyes, indios y vaqueros, piratas y náufragos. Transforma las laderas de las colinas en galeones, los palos en poderosas espadas, las cometas en hadas madrinas y a los chicos de la familia Llewelyn Davies en “los niños perdidos del país de Nunca Jamás”. Y de esas emociones incomparables y las ansias de aventura que reinan en la infancia surgirá la obra maestra más atrevida y famosa de Barrie: Peter Pan.

***Historias del Kronen (1995)*. Género: Drama. Duración: 91 minutos.**

Jóvenes, sexo y drogas en las calles de Madrid. “Kronen” es la cervecería donde se reúne un grupo de jóvenes, con pocas expectativas, que aprovechan la noche para vivir sus aventuras. Cualquier placer, la velocidad, el sexo o las drogas pueden llevarles al límite, hasta que una dramática noche la tragedia cambia sus vidas.

***La lengua de las mariposas (1999)* Género: Drama. Duración: 95 minutos.**

Sinopsis: Comienzos de 1936. En un pequeño pueblo gallego, Moncho, un niño de ocho años, se va a incorporar a la escuela. Tiene miedo. Ha oído decir que los maestros pegan. Don Gregorio en persona, el maestro que no pega, tendrá que ir a buscarlo a su casa. Don Gregorio enseña a sus alumnos conocimientos tan importantes como poco académicos: el origen americano de las patatas o que las lenguas de las mariposas tienen forma de espiral. Con la llegada de la primavera, Don Gregorio saca las clases al campo. El 18 de julio todo se romperá y los valores y principios inculcados quedarán relegados.

***Quiero ser como Beckham (2002)*. Género: Comedia. Duración: 115 minutos.**

Sinopsis: Jess tiene dieciocho años y sus padres quieren que sea una encantadora y convencional chica india. Pero ella solamente quiere jugar al fútbol como su héroe, David Beckham, la estrella del Manchester United. Para Jess, eso significa darle patadas a un balón en el parque con sus amigos, hasta que la descubre Jules, una joven que la invita a unirse al equipo de fútbol femenino local. Las chicas tienen la misma edad y comparten los mismos sueños. Al tiempo que se va consolidando su amistad, el equipo empieza a viajar para jugar en otras ciudades. Pero los padres de Jess no entienden por qué no se calma, estudia Derecho y aprende a cocinar. No entienden por qué no puede parecerse a su hermana mayor.



FICHA 1. Juicio a los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías

ACUSACIONES	
DEFENSA	<p>TELEVISIÓN</p> <p>CORREO ELECTRÓNICO</p> <p>CHATS Y FOROS</p> <p>MÚSICA (MP3, MP4...)</p> <p>VIDEOJUEGOS</p> <p>TELÉFONO MÓVIL</p>



**FICHA 2. De bronca en bronca****JULIO Y EL TEMA DE LA HORA**

Julio es un adolescente de 16 años, un poco distraído en algunos ámbitos de su vida personal y familiar: le cuesta ayudar en casa, lleva los estudios un poco pelados, pero aprueba y tiene muchos amigos. Últimamente algunos de ellos han tenido problemas en el colegio y con la policía por mal comportamiento y por consumo en la vía pública. Desde que alguno de sus amigos ha cumplido los 18 años, no hace más que acosar a sus padres para que le amplíen la hora de llegada. Según Julio él es el que tiene la hora de llegada a casa más temprana y además muchos de sus compañeros ya no la tienen y les dejan hacer lo que les dé la gana.

Sus padres no tienen razones para creer que Julio haya tenido problemas como los de sus compañeros, pero lo de las “malas compañías” les tiene preocupados y no saben cómo afrontar esta situación. El caso es que ya es hora de tomar medidas y llegar a una conclusión porque Julio está cada vez más pesado con el tema.

**NOELIA Y “LA PAGA”**

Noelia tiene 14 años. Es una chica formal y estudiosa. Sale los fines de semana con su grupo de amigas de siempre para pasar un buen rato por ahí. Desde los 8 años ha tenido una asignación que ha ido creciendo de forma progresiva a criterio de los padres y que nunca ha sido motivo de disputa. Desde el inicio del curso actual, Noelia pide continuamente a sus padres que le aumenten “la paga” porque no le llega para nada, o por lo menos que le dejen utilizar el dinero que le dan los abuelos y que hasta el momento se ingresaba de mutuo acuerdo en una cuenta corriente a su nombre.

Los padres no saben en qué se gasta el dinero que le dan y tampoco tienen muy claro si realmente es poco para que Noelia disfrute de su ocio.



**FICHA 3. Dime con quién andas (o andabas) y te diré...**

	AMIGOS MÍOS ACTUALES			AMIGOS MÍOS DE ANTAÑO			AMIGOS DE MI HIJO/A		
	CASI SIEMPRE	EN OCASIONES	CASI NUNCA	CASI SIEMPRE	EN OCASIONES	CASI NUNCA	CASI SIEMPRE	EN OCASIONES	CASI NUNCA
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									



**FICHA: Quiero compartir un rato contigo y me gustaría...**

ACTIVIDADES	PADRE	HIJO/A
1. Actividades para conocer y vivir la naturaleza (acampadas, senderismo, montañismo, visitas a parques naturales...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Visitas a museos, exposiciones, lugares de interés histórico...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Asistencia a espectáculos (teatro, cine, conciertos musicales, circo, interculturales e interétnicas).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Asistencia a actos culturales (charlas-colquio, conferencias, video-forum, debates...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Fomento de la creatividad a través de pintura y dibujo, fotografía, teatro, literatura	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Práctica de deportes individuales (atletismo, esquí, natación, etc.) o colectivos (baloncesto, fútbol, waterpolo, etc.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Juegos de mesa (ajedrez, parchís, damas, dominó, naipes...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Juegos de salón (billar, futbolín, etc.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Coleccionismo (.....).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Recuperación de tradiciones populares (música, danza, artesanía, gastronomía).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Manualidades (bricolaje, miniaturas, cerámica, etc.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Utilización selectiva de: medios de comunicación juegos informáticos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Cultivo de la amistad (diálogo con amigos, tertulias...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Asociacionismo, participación y voluntariado (ecologistas, pacifistas, integración, de apoyo al Tercer Mundo, pro-derechos humanos...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**FICHA: Cómo ayudar a planificar el ocio**

Una de las frases más oídas en casa de cualquier persona que tenga hijos es “papaaaá, me aburroooo”. Una variación no verbal de la frase pero igual de habitual es la pelea entre hermanos o el “mamaaaaá, fulanito me ha hecho daaaaaaño...”

Con el paso de los años estas frases suelen pasar a la historia siendo sustituidas en la adolescencia por otras no menos exasperantes tales como “¿qué vas a hacer esta tarde?, puf, no sé, pues nada supongo” o “Hijo, ¿por qué no haces algo productivo? Papá, déjame, es mi vida y ahora no me apetece hacer nada!” o sus variantes no verbales y no menos preocupantes “¿Que qué hacemos todos los días en el parque?, pues eso, estar en el parque.”

El uso del tiempo libre para ser disfrutado requiere de cierta preparación, de algo de planificación previa. Parece que el tiempo libre sólo por el hecho de ser “libre” debe de ser totalmente espontáneo y que si se habla de programación pierde su magia. Pero la realidad es que cierto grado de planificación en las actividades de ocio redunda en un mayor disfrute y optimización del tiempo libre.

Este hecho debe ser explicado y mostrado (no olvidemos que somos modelos) a los hijos. El uso saludable y satisfactorio del tiempo libre pasa necesariamente por cierto grado de planificación.

Dicha planificación puede no ser muy bien acogida por los adolescentes al interpretarlo como un método más de control por parte de sus padres pero conviene írselo mostrando poco a poco, tanto pidiendo su participación en la planificación de planes comunes como cierta programación en planes para los que necesiten nuestra compañía, ayuda o “patrocinio económico”.

Sugerimos un sencillo método de planificación comprensible desde temprana edad pero igualmente efectivo en adolescentes o adultos. Este método podría ser una buena herramienta para que nuestros hijos nos entregaran por escrito un pequeño proyecto-programación de las actividades que quieran realizar. Al fin y al cabo somos nosotros los que en último caso vamos a “patrocinar económicamente” su actividad por lo que, como las empresas, ¿por qué no pedirlo?



FICHA (continuación)			
	NIÑO/A	ADOLESCENTE	NUESTRO PLAN
QUÉ	Ir al campo el fin de semana.	Ir al concierto de los...	
DÓNDE	En la sierra de la provincia en la que vivimos, cerca de aquel pueblo, en el merendero.	Estadio de fútbol de la ciudad.	
CUÁNDO	El próximo sábado. Saldremos a las 9 y regresaremos a las 6.	El próximo viernes a las 9 de la noche.	
CÓMO	Mamá y José se encargan de tener el coche a punto, Papá y Marta de los bocatas y Pedro de las prendas de abrigo.	Mis padres me pagan el 50% del concierto, el resto lo ganaré lavando el coche a los tíos el fin de semana. Necesitamos pagarle la entrada a un adulto para que nos acompañe (¿tía María?).	
QUIÉN	Toda la familia.	Cuatro amigos y... ¿la tía María?	
POR QUÉ	Porque hace muy buen tiempo y nos apetece salir al campo.	Porque es nuestro grupo favorito y solo actúan una vez en la ciudad.	
NOTAS		Hay que estar atento para no quedarse sin entradas.	

