

HABILIDADES PARA LA PREVENCIÓN EN EDUCADORES

ASPECTOS GENERALES SOBRE LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES

Cap. 1

RAAC

Red Asistencial
de las Adicciones
de Córdoba



PLAN PROVINCIAL DE
**PREVENCIÓN Y ASISTENCIA
DE LAS ADICCIONES**

Secretaría de
**PREVENCIÓN Y ASISTENCIA
DE LAS ADICCIONES**

Ministerio de
SALUD



GOBIERNO DE
CÓRDOBA
ENTRE TODOS

AUTORIDADES

Gobernador de la Provincia de Córdoba

Cdor. Juan Schiaretti

Vicegobernador de la Provincia de Córdoba

Cdor. Manuel Calvo

Ministro de Salud de la Provincia de Córdoba

Dr. Diego Cardozo

Secretario de Prevención y Asistencia de las Adicciones de la Provincia de Córdoba

Dr. Darío Gigena Parker

Subsecretaria de Prevención de las Adicciones de la Provincia de Córdoba

Lic. Florencia Maioco

EQUIPO REDACTOR

Dr. Darío Gigena Parker

Lic. Pablo Martín Bonino

Lic. Paula Takaya

Primera Edición. Enero, 2022



ÍNDICE DE CONTENIDOS

Fundamentación.....	1
Prevención de las adicciones.....	2
Factores de Protección y Factores de riesgo.....	2
Inteligencia emocional percibida.....	3
Referencias bibliográficas.....	5



FUNDAMENTOS

El cuidado de la salud es una responsabilidad compartida entre muchos participantes, en esto, la prevención es una tarea de todos. Las consecuencias en la salud no son algo que está determinado por la mala suerte o la casualidad, son el resultado de una serie de factores y acciones, una cadena de hechos y circunstancias. Si nos enfocamos en las distintas situaciones que pueden ser problemáticas, observamos que en cada una de ellas hubiera sido posible adoptar alguna acción preventiva. La palabra prevención (pre-venición), significa actuar “antes que venga”. Trabajar en prevención implica realizar acciones o tomar medidas de manera anticipada para evitar algún suceso no deseado; es aquello que se hace para evitar un riesgo. La prevención requiere considerar el medio en el que se desarrollan las actividades, procurando lograr un entorno seguro. Siendo los ámbitos en donde se desarrollan actividades educativas, un factor protector en la prevención, se considera pertinente trabajar sobre herramientas que desarrollen la identificación y trabajo sobre las emociones. Aún cuando los educadores se encuentran concienciados y concientizados en la necesidad de trabajar las emociones en los contextos donde trabajan, en algunas las ocasiones, no disponen de algunos recursos necesarios, ni de los medios suficientes para desarrollar esta labor y sus esfuerzos con frecuencia se centran en el diálogo ético-moral (Abarca, Marzo y Sala 2002). Para que el educando aprenda y desarrolle habilidades emocionales y afectivas relacionadas con el uso de sus emociones necesita de un “educador emocional”, es decir, un referente que pueda equilibrar sus propias emociones. Una buena autogestión emocional de los educadores, desarrollará un clima adecuado otorgando en el ámbito donde trabaja una mayor participación e interés de las emociones con quienes comparte ese rol (Sutton y Wealthy, 2003).

Diversas investigaciones ponen de manifiesto que en general, un buen desarrollo de la Inteligencia Emocional (IE) presenta efectos beneficiosos sobre diferentes áreas del desarrollo personal (Rey y Extremera, 2011). En este sentido, se ha encontrado que altos niveles de IE se relacionan positivamente con el optimismo (Extremera, Durán y Rey, 2007), con la salud (Extremera y Fernández-Berrocal, 2006), la autoestima (Shutte, Malouff, Hollander y McKenley, 2002) o la adaptación (Boyatzis, Goleman y Rhee, 2000). Por otro lado, bajos niveles de IE están relacionados con el consumo de alcohol y drogas, y una elevada tasa de conductas conflictivas (Mayer, Roberts y Barsade, 2008, cit. Rey y Extremera, 2011) y con el síndrome de estar quemado o “burnout” (Aluja, Blanch y Biscarri, 2002).

Se convierte por tanto en condición fundamental, concienciar a los actuales educadores de todos los contextos sobre la gestión de sus propias emociones, ya que como han demostrado la mayoría de los estudios, mejora considerablemente la calidad en el entorno laboral y previene problemas asociados al consumo de sustancias (Mayer, Roberts y Barsade, 2008, cit. Rey y Extremera, 2011).

PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

Las adicciones, al ser una problemática que afecta la salud, presentan la posibilidad de implementar algunos de los principios básicos propuestos en la Declaración Alma-Ata (O.M.S./UNICEF, 1978), que atienden a la Atención Primaria de la Salud (A.P.S.):

- Participación comunitaria: alentar y dar oportunidad a las personas de involucrarse de manera activa en las decisiones sobre su propia salud y sobre los servicios de salud para su comunidad.
- Cooperación entre los diferentes sectores: colaborar y seguir estrategias comunes con otros sectores cuyas políticas están relacionadas con la salud, como la agricultura, la educación y la vivienda.
- Énfasis en la prevención sin excluir los cuidados curativos: incorporar la promoción y la educación sanitaria sobre cómo controlar y prevenir los problemas de salud más habituales.

Antes de abordar la temática de la prevención de las adicciones, nos preguntaremos:

¿Qué es la salud? «es un estado de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades» (O.M.S., 1948).

¿Qué es la prevención? Prevención, es la preparación y disposición que se hace anticipadamente para evitar un riesgo o ejecutar algo (Diccionario de la lengua española, 2017).

Y... Prevención de Adicciones?

Impedir la aparición (o la reaparición) y/o minimizar los problemas ocasionados por el consumo y/o abuso de drogas y apunta fundamentalmente a que la persona en el momento de enfrentarse con la sustancia tome una decisión saludable para su vida.

Acción y efecto de las estrategias diseñadas para modificar determinantes tanto individuales, macro y micro sociales con el fin de promover estilos de vida saludables que permitan evitar y/o reducir los problemas asociados al consumo de sustancias y otras adicciones (Hawkins, Catalano y Miller, 1992; Calafat, 2007).

FACTORES DE PROTECCIÓN Y FACTORES DE RIESGO

Muchos estudios han permitido identificar factores cuyo control o modificación contribuye a una disminución significativa de los problemas relacionados con las drogas (Hawkins, Catalano y Miller, 1992; Calafat, 2007).

Factores de fortalecimiento o protección:

son aquellas características y/o actitudes individuales, familiares, sociales y ambientales que inhiben y/o reducen la probabilidad de la aparición de una problemática (inicio del consumo de drogas) o el mantenimiento del mismo.

Se pueden mencionar algunas características que fomentan estos factores:

- Personales: autovaloración positiva, flexibilidad y capacidad de adaptación, percepción de autoeficacia, autonomía, control de los impulsos, expectativas positivas de sus propias metas, vínculos emocionales con instituciones pro-sociales (escuela, iglesias, clubes), habilidades sociales (comunicación, empatía, respeto, tolerancia social), interiorización de las normas resiliencia.

- Micro-sociales:

- Familia, vínculo afectivo y emocional adecuado (atención a los intereses de los hijos, transmisión de reconocimiento y confianza, aceptación), implicación en las actividades de los hijos (escuela, aficiones), establecimiento de normas y límites.
- Escuela, clima favorable (norma consistente y vínculos afectivos), desarrollo de programas de promoción de la salud.
- Grupo de pares, implicación con grupos de iguales con actividades y normas positivas.
- Macro-sociales: disponibilidad de programas y recursos sociales, sanitarios y educativos de calidad; entornos seguros y libres de episodios de violencia, de criminalidad y de tráfico de drogas; políticas públicas de drogas coherentes, pertinentes e integrales.

Factores de riesgo o vulnerabilidad:

Se entiende por factores de vulnerabilidad o riesgo a las características y/o actitudes individuales, familiares, sociales y del contexto ambiental que incrementan la probabilidad de aparición de una situación problemática o dificultad.

A continuación, se indican características que pueden influir sobre estos factores:

- Personales: edad/etapas de transición, baja autoestima, elevada búsqueda de sensaciones, bajo rendimiento escolar, pocas habilidades sociales, conducta agresiva e impulsiva, baja percepción del riesgo, percepción positiva sobre el consumo, necesidad de aprobación social, dificultades en la toma de decisiones, percepción de aprobación del consumo en el entorno inmediato intrapersonal.
- Micro-sociales:
 - Familia: estilos de crianza contradictorios, falta de comunicación, clima afectivo inestable, tolerancia hacia el consumo.
 - Escuela: fracaso escolar, abandono, clima escolar, estilo educativo.
 - Grupo de pares: presión de grupo real o percibida.
- Macro-sociales: disponibilidad y accesibilidad a las drogas, tolerancia social, extrema pobreza y percepción de falta de oportunidades, actitudes discriminatorias hacia determinados grupos sociales, alternativas de ocio deficientes, ausencia de políticas públicas, ausencia de control social.

«Los factores de protección se potencian unos a otros, a mayor exposición a estos factores, mayor protección. Lo mismo ocurre con los factores de riesgo.»

Reconocer y notar los factores de riesgo y protección que se encuentran a nuestro alrededor nos pone en una mejor posición para elegir lo que queremos para nuestra vida y acercarnos cada día más a ser la persona que queremos ser direccionándonos hacia el sentido que queremos.

INTELIGENCIA EMOCIONAL PERCIBIDA

En la actualidad, el desarrollo de la inteligencia emocional (IE) cobra una gran importancia dentro de la formación integral de la persona, por ello es fundamental desarrollarlo dentro de manera significativa. Los referentes de

instituciones de los diversos tipos y modalidades se suelen convertir en educadores emocionales y para ello es necesario desarrollar programas de habilidades para conocer y trabajar con las emociones.

Actualmente, la IE se define desde diversos planteamientos teóricos, a partir de los que se han generado distintas definiciones e instrumentos de medida (Matthews, Zeidner y Roberts, 2002). Así, la IE puede entenderse como la capacidad de percibir, entender, razonar, modificar y manejar las emociones de uno mismo y la de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestros pensamientos y comportamientos (Bar-On, 2000; Cherniss y Adler, 2000; Goleman, 1995-1999; Mayer, Caruso y Salovey, 2000; Salovey y Mayer, 1990). El concepto de inteligencia emocional, se encuentra muy relacionado con aspectos de la personalidad: “las personas con cierto tipo de personalidad desarrollarán con más o menos facilidad, con mayor o menor rapidez, sus habilidades emocionales. Al fin y al cabo, la persona no es la suma de sus partes, sino una fusión que convive – milagrosamente- de forma integrada” (Fernández-Berrocal y Extremera 2002. p.3).

La inteligencia emocional va cobrando un especial interés ya que son muchos los beneficios que aporta a los miembros que conforman los diferentes sistemas en la comunidad. Así se ha demostrado que la IE influye en el manejo del estrés, el desarrollo de habilidades intrapersonales y la adaptabilidad (Parker, Summerfeldt, Hogan y Majeski, 2004), y que además, ayuda a ajustar los pensamientos negativos y de alta claridad (negativos y positivos) provocando un ajuste emocional e influyendo posteriormente en las conductas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2001).

Contemplando la importancia de educadores en la prevención y como modelos referentes de conductas saludables en diversos contextos, se considera necesario el trabajo sobre las emociones para favorecer y potenciar esta labor, creando además una disminución del estrés, el desarrollo de la regulación de sus emociones ante situaciones difíciles que puedan surgir en la labor que desarrolle.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abarca, M., Marzo, L. y Sala, J. (2002). La educación emocional en la práctica educativa de primaria. *Bordón*, 54(4), 505-518.
- Aluja, A., Blanch, A. y Biscarri, J. (2002). Síndrome de Quemarse en el trabajo (Burnout) y estrategias de Afrontamiento: Un modelo de relaciones estructurales. *Revista de psicología del trabajo y de las Organizaciones*, 18(1), 57-74.
- Boyatzis, R. E., Goleman D. & Rhee, K. (2000). Clustering competence in emotional intelligence: insights from the emotional competence inventory (ECI). En Bar-On, R. & Parker, J. D. A. (Eds). *Handbook of emotion Intelligence*. San Francisco: Jossey-Bass, 343-362.
- Cabello, R., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D. y Extremera, N. (2005). Influencia de la inteligencia emocional y estilos de respuestas de factores de riesgo psicosocial en profesores de educación especial. 6o Congreso Virtual de Psiquiatría. *Interpsiquis*.
- Calafat Far, A. (2007). El abuso de alcohol de los jóvenes en España. *Adicciones*, 19(3).
- Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, (1986). Primera Conferencia Internacional de Promoción de la Salud. Ottawa.
- Extremera, N., Durán, A. y Rey, L. (2010). Recursos personales, síndrome de estar quemado por el trabajo y sintomatología asociada al estrés en docentes de enseñanza primaria y secundaria. *Ansiedad y Estrés*, 16(1), 47-60.
- Extremera, N., Durán, A. y Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimismo-pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Difference*, 42, 1069-1079.
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional intelligence as predictor of mental, social, and physical healthy in university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9, 45-51.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 33, 1-10.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P. y Durán Durán, A. (2003). Inteligencia emocional y burnout en profesores. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 260-265.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 1(332), 97-116.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación
- García-Rodríguez, J. A., & del Castillo, J. A. G. (2000). *Mi hijo, las drogas y yo: Todo sobre la educación y prevención en el consumo de drogas entre adolescentes* (Vol. 12). Edaf.
- Hawnins, J. D., Catalano, R. F. y Miller, J. L. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112, 1, 64 - 105.
- Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas (2004). *Cómo prevenir el uso de drogas en los niños y adolescentes*. Segunda Edición. Estados Unidos.

- Mayer, J. & Cobb, C. (2000). Emotional policy on Emotional Intelligence: does it makes sense?. Educational Psychology Review, 12, 163-183.
- Mayer, J., Salovey, P. & Caruso, D. (2000). Emotional intelligence as Zeitgeist, as personality, and mental ability. En R. J. Sternberg (Ed.), Handbook of emotional intelligence .San Francisco: Jossey Bass. 92-117.
- Mayer, J. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (eds): Emotional developement and emotional intelligence: implication for educador. New York, Basic Books.
- Mayer, J., Caruso, D. & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. Intelligence, 27. 267-298.
- O.M.S. - UNICEF (1978). Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud. Declaración de Alma-Ata. URSS.
- O.M.S., (1948). Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Conferencia Sanitaria Internacional - Nueva York.
- Pérez-Soriano, J. (2009). Manual de Prevención docente Riesgos laborales en el sector de la enseñanza. Ley 31/95 sobre Prevención de Riesgos Laborales
- Real Academia Española (2017). Diccionario de la lengua española - Edición del Tricentenario. 2. f. Madrid, Autor: España
- Rey, L. y Extremera, N. (2011). El apoyo social como un mediador de la Inteligencia Emocional percibida y la satisfacción vital de una muestra de profesorado. Revista de Psicología Social, 26(3). 401- 412.
- Shutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J. & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. Personality and Invididual Differences. 25, 167-177.
- Superintendencia de Riesgos de Trabajo (2019). Guía para el apoyo docente. Ministerio de Producción y Trabajo, Presidencia de la Nación

www.secretariadeadiccionescba.com

RAAC

Red Asistencial
de las Adicciones
de Córdoba



PLAN PROVINCIAL DE
**PREVENCIÓN Y ASISTENCIA
DE LAS ADICCIONES**

Secretaría de
**PREVENCIÓN Y ASISTENCIA
DE LAS ADICCIONES**

Ministerio de
SALUD



GOBIERNO DE
CÓRDOBA
ENTRE TODOS