

Universidad Autónoma de Querétaro  
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales  
Especialidad en Familias y Prevención de la Violencia

**Estrategias para mejorar la comunicación familiar con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde la democratización familiar**

**Trabajo escrito**

Que como parte de los requisitos para obtener el diploma de la  
Especialidad en Familias y Prevención de la Violencia

**Presenta**

Lic. Tawny Raquel Gallegos Alor

**Dirigido por**

Dra. Ma. Alejandra Hernández Castañón

Dra. Ma. Alejandra Hernández Castañón

Presidente

Dra. Amanda Hernández Pérez

Secretario

Dra. María Elena Meza de Luna

Vocal

Dra. Ilithya Guevara Hernández

Suplente

Dra. Lorena Erika Osorio Franco

Suplente

Centro Universitario, Querétaro, Qro.

Junio 2019

México

## Resumen

El consumo de bebidas alcohólicas en adolescentes es una práctica común que tiene diferentes consecuencias en la vida y salud de esta población. Las causas por las cuales esta práctica persiste se encuentran relacionadas con el fácil acceso al alcohol, leyes flexibles y el medio social.

Las familias ejercen una gran influencia en los procesos de socialización, por ello se abordó esta problemática a través del enfoque de la democratización familiar y sus cuatro ejes: conversación, autonomía, simetría de poder y derechos humanos. Para efectos del proyecto se ha puesto énfasis en la conversación y simetría de poder, puesto que en la familia, las y los adolescentes pueden encontrar un espacio de apoyo, confianza e información, en específico cuando participan en la toma de decisiones y son reconocidos como miembros importantes.

El diagnóstico se realizó en estudiantes con edades de entre 15 y 18 años de una escuela preparatoria. Se utilizó un enfoque mixto para medir el consumo de bebidas alcohólicas, la comunicación en las familias y la toma de decisiones dentro de la misma. Se encontró que la percepción de las relaciones familiares en aspectos como la comunicación, la toma de decisiones compartidas, y confianza, es baja.

La propuesta de intervención consta de dos talleres que tienen el objetivo de generar estrategias de comunicación para mejorar las relaciones familiares y promover un consumo de alcohol responsable, para lo cual se elaboran dos cuadernos de trabajo sustentados en el modelo de democratización familiar, uno dirigido a personal docente y otro para alumnos.

**Palabras clave:** Democratización familiar, consumo de alcohol, comunicación asertiva.

## **Abstract**

The consumption of alcoholic beverages in teenagers is a common practice with different consequences in life and health of this population. The causes why this practice persist are related to the easy access to the alcohol, flexible laws and social environment.

Families perform a big influence in the socialization processes, that's why the approached of this problematic was through the family democratization approach and his four axes: Conversation, autonomy, power asymmetry and human rights.

For this project the emphasis is on the conversation and the power asymmetry because the teenagers find a space of support, trust and information in the family, specifically when they participate in decisions making and are recognized as important members.

The diagnosis was made on high school students between 15 and 18 years old.

A mixed approach was used to measure the number of alcoholic beverages, family communication and decision making in the family. It was found a low perception of family relations in topics like communication, shared decision making and trust.

The intervention proposal consists of two workshops with the purpose of generate communication strategies to improve family relationships and promote responsible alcohol consumption.

That is why were made two workbooks based on family democratization model, one was made for facilitators and the other for students.

**Key words:** Family democratization, alcohol consumption, assertive communication.

## **AGRADECIMIENTOS**

### **A CONACYT**

Por su apoyo y patrocinio para la realización de esta propuesta de intervención, de no ser por el apoyo recibido esto no habría sido posible.

### **A LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO Y A LA FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

Por ser un espacio de generación y difusión de conocimientos y por haberme permitido ser parte de esta institución a lo largo de un año de trabajo.

### **A LA ESPECIALIDAD EN FAMILIAS Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA**

Por el apoyo recibido por parte del personal administrativo y las doctoras que mostraron su disposición para orientarme en todo momento.

### **A MI ASESORA, LA DRA. MA. ALEJANDRA HERNÁNDEZ CASTAÑÓN**

Por haberme asesorado durante este proceso de realización de proyecto, además de haber mostrado una gran paciencia, comprensión y amabilidad en todo momento, hasta en mis momentos de mayor frustración, le estaré siempre agradecida por su gran compasión.

## Tabla de contenido

Introducción .....	8
I. MARCO TEÓRICO .....	9
1.1 Procesos de cambio en la familia.....	9
Definición de familia.....	9
Las dimensiones analíticas de la familia .....	10
1.2 Estructura, dinámica y tensiones de la familia.....	11
Clasificación de las familias .....	12
Ciclo vital familiar.....	12
Adolescencia.....	14
1.3 Género.....	15
1.3.1 Sistemas de género .....	16
1.3.2 Perspectiva de género .....	17
1.4 Perspectiva de la democratización familiar. ....	17
Ejes de la democratización familiar.....	18
Función familiar .....	23
1.5 Violencia.....	24
1.6 Consumo de alcohol.....	26
Factores de riesgo .....	26
Prevención del consumo de alcohol .....	30
II. DIAGNÓSTICO.....	32
2.1 Estructura base del diagnóstico.....	32
2.1.1 Enfoque del Diagnóstico .....	32
2.1.2 Planteamiento del problema inicial .....	32
2.1.3 Preguntas .....	34
2.2 Diseño Metodológico.....	35
2.2.1 Objetivos del Diagnóstico .....	35
2.2.2 Población objetivo .....	35
2.2.3 Estrategias, etapas y actividades.....	35
2.2.4 Técnicas e instrumentos del estudio .....	36
2.2.5 Realización de instrumentos .....	37
2.2.6 Planeación del DX.....	39
2.2.7 Recursos humanos, materiales e infraestructura.....	39
2.3 Plan de análisis general de la información.....	40
2.3.1 Conceptos e indicadores de la situación macro de las familias .....	40
2.3.2 Conceptos e indicadores de la situación micro.....	41

2.4 Análisis de resultados .....	42
2.4.1 Análisis de la situación macro .....	42
2.4.2 Análisis de resultados de la situación micro de las familias .....	46
2.5 Árbol de problemas.....	60
III. ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN .....	61
3.1 Diseño del proyecto .....	61
3.1.1 Justificación del proyecto .....	63
3.1.2 Objetivos.....	63
3.1.2.1 Objetivo general .....	63
3.2 Estructura del proyecto .....	64
3.2.1 Elementos de la estructura del proyecto .....	64
3.2.2 Ruta crítica del proyecto.....	67
3.3 Metas del proyecto.....	77
3.4 Indicadores de efectos del proyecto.....	78
3.5 Criterios de valoración del proyecto .....	79
3.6 Sostenibilidad del proyecto.....	80
3.7 Modelo de implementación y gestión del proyecto .....	81
3.7.1 Ciclo de implementación y gestión .....	81
3.7.2 Plan de gestión del proyecto.....	82
3.7.3 Plan de Implementación .....	83
3.7.4 Plan de monitoreo y evaluación.....	86
3.7.5 Plan económico financiero .....	87
3.7.6 Entregables .....	88
3.7.7 Conclusión.....	90
3.8 Bibliografía: .....	92
3.9 Anexos .....	99

### **Tabla de gráficos y figuras**

Jefatura del hogar.....	43
Factores de riesgo .....	44
Figura 1: Conflictos familiares .....	59
Figura 2: Árbol de objetivos .....	64
Figura 3: Esquema del ciclo de implementación y gestión.....	80
Figura 4: Estructura organizativa.....	81

## Tabla de cuadros

• Cuadro 1: Factores de riesgo.....	29
• Cuadro 2: Matriz de objetivos del diagnóstico.....	35
• Cuadro 3: Matriz de estrategias, etapas y actividades.....	36
• Cuadro 4: Matriz de instrumentos del estudio.....	37
• Cuadro 5: Desarrollo de la técnica. Cuestionario para alumnos.....	37
• Cuadro 6: Desarrollo de la técnica. Cuestionario para padres.....	38
• Cuadro 7: Desarrollo de la técnica. Grupo focal.....	38
• Cuadro 8: Guía de entrevista.....	38
• Cuadro 9: Recursos humanos, materiales e infraestructura.....	39
• Cuadro 10: Presupuesto.....	39
• Cuadro 11: Matriz de indicadores.....	41
• Cuadro 12: Matriz de indicadores de la situación micro de las familias.....	41
• Cuadro 13: Tipos de hogares.....	42
• Cuadro 14: Adolescencia.....	42
• Cuadro 15: Violencia.....	43
• Cuadro 16: Características sociodemográficas.....	52
• Cuadro 17: Prevalencia y riesgo de consumo de alcohol.....	54
• Cuadro 18: Función familiar desde la percepción de estudiantes.....	55
• Cuadro 19: Matriz de análisis de brechas.....	60
• Cuadro 20: Descripción del problema a intervenir.....	61
• Cuadro 21: Justificación del proyecto.....	64
• Cuadro 22: Ruta crítica del proyecto. Paso 1.....	67
• Cuadro 23: Ruta crítica del proyecto. Paso 2,1.....	68
• Cuadro 24: Ruta crítica del proyecto. Paso 2,2.....	68
• Cuadro 25: Ruta crítica del proyecto. Paso 2,3.....	68
• Cuadro 26: Ruta crítica del proyecto. Paso 3,1.....	69
• Cuadro 27 : Ruta crítica del proyecto. Paso 3,2.....	70
• Cuadro 28 : Ruta crítica del proyecto. Paso 3,3.....	70
• Cuadro 29: Ruta crítica del proyecto. Paso 4,1.....	71
• Cuadro 30: Ruta crítica del proyecto. Paso 4,2.....	71
• Cuadro 31: Ruta crítica del proyecto. Paso 4,3.....	72
• Cuadro 32: Paso 5. Tabla de actividades 1.....	73
• Cuadro 33: Paso 5. Tabla de actividades 2.....	74
• Cuadro 34: Paso 5. Tabla de actividades 3.....	75
• Cuadro 35: Paso 5. La estructura del marco lógico.....	76
• Cuadro 36: Metas del proyecto.....	78
• Cuadro 37: Matriz de indicadores de efectos del proyecto.....	79
• Cuadro 38: Matriz de criterios de viabilidad social.....	80
• Cuadro 39: Matriz de criterios de sostenibilidad del proyecto.....	81
• Cuadro 40: Matriz de actividades de gestión.....	84
• Cuadro 41: Plan anual de trabajo.....	85
• Cuadro 42: Plan de monitoreo y evaluación.....	88
• Cuadro 43: Matriz económico-financiero.....	88

## **Introducción**

El presente documento pretende mostrar una propuesta de proyecto de intervención denominado: Estrategias para mejorar la comunicación familiar con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar.

En este sentido, el consumo de alcohol desde edades tempranas está asociado a diferentes consecuencias en cuestiones de salud física y mental, una problemática que se ha incrementado en los últimos años. El aspecto más relevante de esta situación, es el riesgo que conlleva para los adolescentes, puesto que implica mayores probabilidades de generar un consumo de alcohol excesivo a una temprana edad.

Considerando la adolescencia como una etapa de consolidación de la autonomía e identidad, la familia es un grupo que genera un gran impacto en los procesos de cambio de las y los adolescentes, por lo que al ser la familia uno de los espacios en los que los adolescentes pasan más tiempo, es importante que en los miembros de la familia, se lleve a cabo una comunicación asertiva, para lograr crear relaciones más democráticas.

La democratización familiar supone una serie de cambios dentro de la familia, que principalmente se centran en cuatro ejes, los cuales son la conversación, simetría de poderes, derechos humanos y la autonomía, de acuerdo con la propuesta de Schmukler (2013).

El marco teórico abarca cinco temas principales, los cuales son: 1.1 Procesos de cambio en la familia, 1.2 Estructura, dinámica y tensiones de la familia, 1.3 Perspectiva de la democratización familiar, 1.4 Violencia y 1.5 Consumo de alcohol, de forma que se abordan los procesos por los cuales las familias se conforman y se transforman.

En cuanto al diagnóstico, se presenta la estructura, así como el diseño metodológico realizado para el trabajo, el plan de análisis general de la información, los instrumentos utilizados, e información sobre el macrocontexto.

Respecto a la propuesta, se pretende que esté dirigida a generar una comunicación familiar asertiva, en la cual, los miembros de la familia puedan expresar sus ideas, creencias, sentimientos, para resolver los conflictos de forma adecuada, y que disminuya la posibilidad de presencia de violencia. Además, se busca disminuir los factores de riesgo de consumo de alcohol.

## **I. MARCO TEÓRICO**

### **1.1 Procesos de cambio en la familia.**

#### **Definición de familia**

De acuerdo con Calveiro (2005), la familia se constituye desde los parámetros socialmente imperantes, es un factor de apoyo, sostén, reproducción y reconstitución de aquéllos, conformando una institución social con profundos lazos de interacción con otras instituciones sociales, como la escuela y la iglesia (p.28).

Por su parte, Palacios (2009) menciona que la familia es una institución social organizada en función de relaciones de parentesco, con normas y prácticas sociales, que a su vez puede implicar la coresidencia o ir más allá de la unidad residencial.

Sin embargo, aunque Bourdieu (1999) menciona que la familia construye la realidad social y son un conjunto de individuos emparentados ligados entre sí ya sea por la alianza, el matrimonio, sea por la filiación, más excepcionalmente por la adopción (parentesco) y que viven bajo un mismo techo (cohabitación), hace hincapié en los habitus como forma de construcción de la estructura mental de cada persona. En estos habitus interviene la percepción que la familia brinda sobre el mundo social, a partir de las palabras, porque con ellas se da sentido a las cosas (p. 4).

Por ello es importante destacar la importancia que adquiere la comunicación en la estructuración de los pensamientos y creencias de todos los miembros de la familia.

De igual forma, Bourdieu (1999) al definir a la familia como aquella que reproduce el orden social (p. 4), le concede dos categorías, una social objetiva (estructura estructurante) y otra subjetiva (estructura estructurada), puesto que al ver a la familia como una construcción que se reproduce y es tanto natural como universal, las relaciones sociales y familiares se ven reguladas por estas estructuras.

## **Las dimensiones analíticas de la familia**

Con la intención de poder captar la diversidad empírica de la familia, Esteinou (2008) recurre al enfoque sociológico, así como a las 3 dimensiones propuestas por Barbagli (1987), las cuales son:

- 1.- La estructura familiar: Comprende el grupo de personas que viven bajo el mismo techo, la amplitud y composición de este agregado de corresidentes, las reglas con las cuales éste se forma, se transforma y se divide.
- 2.- Las relaciones familiares: Incluye las relaciones de autoridad y de afecto al interior del grupo de corresidentes; las dinámicas de interacción entre ellos y la forma en que establecen relaciones y pautas de comportamiento; y las emociones y los sentimientos que prueban el uno con el otro.
- 3.- Las relaciones de parentela: Se refiere a las relaciones existentes entre grupos distintos de corresidentes que tengan lazos de parentesco. La frecuencia con la que éstos se ven, se ayudan, elaboran y persiguen estrategias comunes para acrecentar o conservar sus recursos económicos, su poder, su prestigio; y también se refiere a las relaciones afectivas y de influencia que se establecen entre ellos (PP. 76-77).

## **Evolución de la familia**

Anthony Giddens (1998) habla sobre los diversos lazos de parentesco que surgen en la familia nuclear, considerando los divorcios: la naturaleza de estos lazos cambia en la medida en que están sujetos a mayor negociación que antes. Las relaciones de parentesco acostumbran frecuentemente a ser consideradas como una base firme de confianza. Ahora la confianza debe ser negociada y ganada, y el compromiso es algo personalizado (p.60).

En estos lazos de parentesco resalta la importancia del esfuerzo, de los acuerdos y compromisos para llegar a dichos acuerdos. Es posible notar que a partir de los cambios que han experimentado las familias como el divorcio o la reconstitución, la familia se ha debido adaptar para lograr establecer lazos que pueden ser muy variados.

La familia a lo largo del tiempo ha pasado por diferentes cambios, en este sentido se puede identificar que existen diferentes actividades que cada miembro de la familia realiza y para ello es necesario conocer la división intrafamiliar del trabajo, como forma de determinar la forma en que se dividen, realizan y conciben estas actividades.

### **División intrafamiliar del trabajo**

La división intrafamiliar del trabajo nos permite conocer la forma en que se dividen las actividades que se realizan mayormente en el hogar, como es el caso de las labores domésticas, pero también los servicios de cuidado y crianza.

Para ello es importante mencionar una de las clasificaciones de la división intrafamiliar del trabajo propuesta por García y Oliveira (2006):

- Prestación de servicios domésticos (limpiar la casa, lavar trastes, lavar y planchar la ropa, cocinar).
- Servicios de apoyo (trámites administrativos, compras de comida, manutención de la casa y del coche cuando éste existe, transporte).
- Servicios de cuidado (de niños, ancianos, enfermos. Por ejemplo: cuidar a los hijos y/o supervisar sus tareas, participar en la recreación de los niños, llevar a los niños a la escuela, cuidar de los ancianos) (PP.88 y 132).

Saber quiénes realizan las actividades de apoyo, de servicios domésticos y cuidado dentro de las familias es relevante, debido a que estos aspectos influyen en la crianza de los hijos. Para ello es necesario reconocer cómo participan en la crianza los padres y las madres de familia, en función de las actividades que llevan a cabo.

### **1.2 Estructura, dinámica y tensiones de la familia.**

En la sociedad las familias están constituidas de formas muy diferentes y eso tiene impacto en la forma en que se estructuran las nuevas familias y en la forma en que se relacionan, así como en las diferentes tensiones que experimentan ante las situaciones en las que se ven envueltas.

En este sentido tendríamos que hablar de cómo se estructuran las familias y el ciclo vital familiar en el que se encuentran para conocer las diferentes tensiones que se presentan en la familia.

En este caso y de acuerdo con Alfonso, Valladares, Rodríguez y Selín (2017): “el adolescente se puede encontrar en momentos de irritación, tensión, desconsuelo o susceptible, e incluso pasa por un estado emocional cambiante, por lo que los adultos pudieran calificarlo de caprichoso, mal criado o voluble. Pero esto debe entenderse principalmente porque se trata de un ser humano y está pasando por los diversos cambios que se viven en la adolescencia” (p.346).

### **Clasificación de las familias**

Echarri (2009), nos menciona la siguiente clasificación de la estructura familiar:

1. Nuclear (nuclear conyugal (pareja) / biparental con hijos/as o sin hijos/as, monoparental (padre o madre con hijos/as)
2. Extenso. Se caracteriza porque viven otros/as parientes además de los integrantes del núcleo ya descrito.
3. Compuesto. Se trata de hogares en los que se da la coresidencia del núcleo central con no parientes, además de la posible existencia de otros parientes (p.157).

Estas estructuras familiares nos permiten conocer la composición de las familias en función de los miembros que la integran, de forma que es posible trabajar con un grupo homogéneo que pueda tener características similares.

### **Ciclo vital familiar**

Existen diferentes autores que han realizado diferentes clasificaciones del ciclo vital familiar, en este caso se mencionará la realizada por Echarri (2009).

1. Inicial: Con hijos (as) menores de 6 años.
2. Expansión: Hijos (as) entre 5 y 12 años.
3. Consolidación: Hijos (as) entre 13 y 22 años.
4. Desmembramiento: Hijos (as) mayores de 25, hijos (as) casadas.
5. Final: adultos (as) mayores, sin hijos (as).

Existe otra clasificación que propone Moratto et al. (2015), a partir de la revisión que realizó de diversos autores, la cual se retomará puesto que incluye una descripción sobre los principales procesos y crisis que pueden experimentar las familias que cuentan con hijos (as) adolescentes. De acuerdo con este autor, las familias pasan por las siguientes etapas durante el ciclo vital:

1. Formación de la pareja
2. Crianza inicial de los hijos
3. Familia con niños preescolares
4. Familia con niños escolares
5. Familia con hijos adolescentes
6. Familia plataforma de lanzamiento
7. Familia de edad media
8. Familia anciana
9. Viudez

De acuerdo con Moratto et al (2015), en la fase de familia con hijos adolescentes, el principio que rige es incrementar la flexibilidad en los límites de la familia, para permitir la independencia de los adolescentes. Mientras que la familia necesita hacer los ajustes que requiere el comienzo de la pubertad y la madurez sexual, para ello requiere: ajustarse a las necesidades de independencia, reconocer la prioridad de los grupos de pares, apoyar el desarrollo de la identidad personal, comprender las crisis de identidad de los padres (p.111).

A partir de las clasificaciones sobre el ciclo vital familiar presentadas anteriormente, es posible identificar que existen diferentes dinámicas en las familias, que se presentan en diferentes momentos y que dependen de la etapa en la que se encuentren los miembros de las familias. De acuerdo con Ariza y Oliveira (2010), el estrato socioeconómico de la familia es la característica que más impacta la convivencia fuera de la casa (p.262).

Es por ello, que es importante considerar las actividades que realizan los padres y madres de forma cotidiana, en los ámbitos laboral, social, etc., para conocer de qué formas se relacionan e interactúan con sus hijas e hijos y los tiempos que comparten en función de sus posibilidades y recursos.

Así mismo, se considera a la edad de cada integrante de la familia, como un factor determinante en la dinámica de las familias. En este sentido Ariza y Oliveira (2010), consideran que la edad restringe la autonomía de las personas y suele determinar un acceso creciente a ella conforme se avanza por los distintos tramos etarios, lo que suele revertirse al alcanzar la ancianidad. Desde una perspectiva sincrónica, en cambio, y dentro de un grupo familiar cualquiera, las personas gozarán de distinto grado de autonomía, dependiendo de si son niños, jóvenes o adultos (maduros o senescentes) (PP.277-278).

Esto es un aspecto relevante a considerar, ya que las y los adolescentes se encuentran en una etapa en la que la autonomía se vuelve un aspecto esencial para su desarrollo. Sin embargo, el grado de autonomía familiar que se les concede puede variar debido a diferentes factores, en este caso es debido a las edades de cada miembro.

### **Adolescencia**

Como lo menciona Moratto (2015), en los adolescentes hay una crisis de identidad que para los padres es una preparación de los hijos para la edad adulta, sin embargo, es en la adolescencia donde se presentan conductas disruptivas que pueden estar ligadas con el riesgo de consumo de alcohol.

En este sentido, la OMS (s/f), define la adolescencia como: “el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes. Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos”.

Debido a los cambios tan acelerados que experimentan los adolescentes en esta etapa de transición a la edad adulta y a la necesidad de conformar su identidad de la que habla Erik Erikson, (referido por Bordignon, 2005, p.56), en la cual la conformación de la identidad sólo es posible a través del conjunto de valores, creencias, cultura, confianza, amor, etc., las relaciones familiares se vuelven muy importantes para cumplir esta etapa satisfactoriamente.

La UNICEF (2011), define la adolescencia tardía como aquella que: “abarca la parte posterior de la segunda década de la vida, en líneas generales entre los 15 y los 19 años

de edad. Para entonces, ya usualmente han tenido lugar los cambios físicos más importantes, aunque el cuerpo sigue desarrollándose. El cerebro también continúa desarrollándose y reorganizándose, y la capacidad para el pensamiento analítico y reflexivo aumenta notablemente. Las opiniones de los miembros de su grupo aún tienden a ser importantes al comienzo de esta etapa, pero su ascendente disminuye en la medida en que los adolescentes adquieren mayor confianza y claridad en su identidad y sus propias opiniones” (p.6).

La adolescencia es una etapa en la que ocurren una gran cantidad de cambios en un lapso de tiempo muy breve, por ello, las relaciones familiares se vuelven una parte importante del desarrollo de los adolescentes. En este contexto, es importante hablar de democratización familiar como una forma de modificar las relaciones familiares para que sean más sanas y armoniosas.

Considerando que la democratización familiar contempla una división de las relaciones por género, es necesario reconocer que las asimetrías de poder pueden expresarse de forma más acentuada, debido a los cambios que conlleva la adolescencia. Es por ello que, para lograr la simetría en las relaciones de poder, es importante reconocer la importancia del tema de género.

### **1.3 Género**

De acuerdo con Comas (1995), el concepto de género se refiere al conjunto de contenidos, o de significados, que cada sociedad atribuye a las diferencias sexuales. Se trata, por tanto de una construcción social que expresa la conceptualización que hace cada sociedad de lo masculino y lo femenino (o de otros géneros posibles) en relación a las categorías de hombre y de mujer como seres sexuados y, por tanto, biológicamente diferenciados (Martínez, 2008, p. 40).

En este sentido, el género es una construcción sociocultural que se realiza en función de ser hombre o mujer y que atribuye roles, actividades y expectativas, de acuerdo con los que se considera que define a los hombres y mujeres. El consumo de alcohol, la comunicación familiar, la participación familiar en la toma de decisiones y la percepción de la violencia pueden variar en función del género de cada persona y de los roles de género que lleven a cabo.

### **1.3.1 Roles de género**

Martínez (2008) menciona que son las actividades, comportamientos y tareas o trabajos que cada cultura asigna a cada sexo. Los roles varían según las diferentes sociedades y a lo largo de la historia, influidos por diversos factores como la economía, la religión o la etnicidad (p.50).

Es importante considerar que los roles de género, al ser asignados socialmente, tienen diferencias en función del contexto en el que se presenten. Conocerlos permitirá identificar algunos aspectos que tienen que ver con las familias y sus procesos de cambio, en función de la economía actual y diversos aspectos sociohistóricos, que tienen injerencia en la modificación o pervivencia de los roles de género.

Estos roles permiten establecer una pauta de comportamiento que determina la interacción entre las personas.

### **1.3.2 Relaciones de género**

De acuerdo con Thuren (1993), las relaciones de género son relaciones de dominación, conflicto o desigualdad que se establecen entre los géneros en una sociedad determinada. No hay relaciones de género per se, hay relaciones de género socialmente construidas. Se trata de conocer el grado de poder, dominación o equidad que presentan las relaciones entre los géneros, un concepto que atraviesa las sociedades (Martín, 2008, p.50).

Las relaciones de género están fundamentadas en cuestiones simbólicas, construidas socialmente y que rigen la forma de relación de las personas. De este modo, se evidencia la existencia de relaciones de poder, inequidad y dominación. En este sentido es posible distinguir entre los grupos dominantes y los dominados.

### **1.3.1 Sistemas de género**

De acuerdo con Lamas (2000), los sistemas de género son: sistemas binarios que oponen el hombre a la mujer, lo masculino a lo femenino, y esto, por lo general, no es un plan de igualdad sino en un orden jerárquico. (...) Al estudiar los sistemas de género aprendemos que no representan la asignación funcional de papeles sociales biológicamente prescritos sino un medio de conceptualización cultural y de organización social (p.6).

A través de los sistemas de género es posible identificar que existen desigualdades entre hombres y mujeres, en los cuales se mantiene un orden jerárquico, a partir de la sumisión de las mujeres hacia los hombres, estableciendo así, un ejercicio de poder.

### **1.3.2 Perspectiva de género**

Respecto a la perspectiva de género, Lagarde (1996) refiere que permite analizar y comprender las características que definen a las mujeres y a los hombres de manera específica, así como sus semejanzas y diferencias (p. 2).

A partir del estudio de la perspectiva de género, es posible analizar las relaciones, roles y sistemas que se llevan a cabo en la sociedad, y que determinan las posibilidades tanto de los hombres, como de las mujeres de realizar diversas actividades, considerando que la socialización de género determina las expectativas y oportunidades que cada grupo humano tiene en la vida.

### **1.4 Perspectiva de la democratización familiar.**

En el Manual para la prevención de la violencia familiar (2008) se menciona que algunos de los criterios que supone la democracia familiar son:

La posibilidad de compartir la autoridad y el poder entre las y los adultos a cargo y hacer partícipes a los demás miembros de las decisiones que afectan al conjunto. Esto conduce a propiciar consultas entre quienes ejercen el poder y la autoridad así como con los otros miembros del grupo, para que a partir de la reflexión surjan nuevas preguntas y se lleguen a soluciones de respeto y de mayor consenso y negociación. (P. 10).

Lo que nos muestra la importancia del modelo de democratización familiar en las familias, como medida preventiva ante el consumo de alcohol en los adolescentes.

Dentro de la democratización familiar se consideran dos tipos de estilos familiares principales, que tienen que ver con el ejercicio de poder y toma de decisiones, las cuales son las familias autoritarias y las democráticas. De acuerdo con Schmukler y Alonso (2009) las familias autoritarias se caracterizan porque: “no existe una práctica de escucha y atención a lo que cada cual dice y opina; las normas de convivencia son impuestas sin más; los conflictos se atajan imponiendo el silencio con la fuerza y, a veces, con la violencia física” (p.35).

Estas acciones fomentan un ambiente familiar desigual en el cual las decisiones son impuestas sin considerar las opiniones y aportaciones de todos los miembros, lo que dificulta que se pueda convivir en un ambiente armónico y más equitativo.

En relación con las familias democráticas, se les percibe como aquellas que pueden regular sus relaciones y la división de roles a través de prácticas democráticas, basadas en algunos valores como la reciprocidad, responsabilidad conjunta y con una convivencia que permita resolver los conflictos (Schmukler y Alonso, 2009).

A diferencia de las familias más autoritarias, en las democráticas es posible que a través de acciones específicas como la toma de decisiones en conjunto con todos los miembros, pueda prevalecer una convivencia basada en el respeto, más que en el miedo hacia la (s) persona (s) que ostentan el poder y ejercen la autoridad.

Es por ello que las familias democráticas son muy importantes para que en la convivencia dentro de las familias se puedan tener relaciones respetuosas entre los miembros y la (s) persona (s) que ostentan el poder.

Schmukler (2013) menciona que el enfoque de democratización familiar promueve procesos de corresponsabilidad entre los géneros, así como el reconocimiento de la autoridad de las mujeres equitativamente con los hombres (pp.207-208). Esta es una de las aportaciones que puede generar mayor impacto en cuestiones de género, promoviendo relaciones más igualitarias, dejando atrás la desigualdad de género.

Di Marco, Altschul, Brener, Méndez, (2005) mencionan que un objetivo clave de la democratización de las relaciones es que cada individuo respete las capacidades de los otros, en cuestión de habilidades para aprender y aumentar sus aptitudes (p.8). Por tanto, es importante considerar las diferentes habilidades que de forma individual, cada miembro de la familia posea, para que puedan tener relaciones más democráticas.

### **Ejes de la democratización familiar**

Para lograr la democratización familiar es necesario reconocer las diversas dimensiones que forman parte de la democratización. Schmukler y Alonso (2009) mencionan que los principales aspectos para equilibrar los poderes dentro de la familia son:

- a) Simetría de poderes (apoderar).

- b) Autonomía.
- c) Derechos humanos.
- d) Conversación (p.53).

Es necesario vincular estos aspectos con la práctica de algunos valores, para lograr que dentro de las familias la concepción que se tiene sobre las relaciones se modifique y exista un cambio profundo de creencias y con ello, un verdadero equilibrio de poder.

Algunos valores que la democratización familiar considera relevantes son la libertad, la responsabilidad, la igualdad y la justicia.

La libertad, de acuerdo con Schmukler y Alonso (2010), “necesita ir acompañado de los límites adecuados según la edad y capacidad de responsabilidad de cada una y cada uno de los elementos del grupo familiar, adiestra en la toma de decisiones y alienta en la mujer la apropiación de su vida y su cuerpo, para que pueda verse con todo su potencial de desarrollo, dentro y fuera del espacio hogareño, y no sólo en función del servicio a los demás. (...) Incita en los varones la expresión plena de toda la gama de emociones y sentimientos que los lleve al crecimiento integrado y pleno que puede originar su empatía” (p.54).

A través de la toma de decisiones y la apropiación del propio cuerpo, es posible lograr la expresión de la autonomía de cada miembro de la familia, sin embargo, es necesario que esta autonomía se respete para lograr que los derechos humanos de cada integrante del núcleo familiar no se vean afectados por el control que existe comúnmente de padres y madres hacia hijas e hijos o del padre hacia la pareja e hijos (os).

De acuerdo con Oliveira y García (2004), el término autonomía hace alusión a la independencia personal o grupal y a la actuación según intereses propios (p.148). Es por ello que la autonomía es un aspecto muy importante en el desarrollo de las y los adolescentes, además que tiene influencia en la vida familiar, puesto que se deben conocer y balancear los intereses de todos los integrantes para fomentar la autonomía de cada uno.

Mientras que la responsabilidad conduce a la capacidad de responder por nuestros actos asumiendo sus consecuencias, lo que bien puede provocar una reflexión previa a aquello que se va a hacer (Schmukler y Alonso, 2010).

Es posible identificar la simetría de poderes en este valor, puesto que a través de la reflexión en las familias, es posible llegar a acuerdos en los que las diferentes actividades puedan dividirse y ser una responsabilidad consciente de cada miembro. Además, al comprender que

todas las acciones que se realicen tienen consecuencias, nuestra autonomía y responsabilidad se ven reforzadas.

Los derechos humanos se ven expresados en los valores de igualdad y justicia, los cuales implican según Schmukler y Alonso (2010), “el respeto de la diferencia, (...) reconocer el derecho de los miembros de la familia a ser iguales, sin agredir o abusar de sus diferencias sexuales, físicas, generacionales o económicas, exige una congruencia entre el discurso y los actos, en la aplicación justa y puntual del reconocimiento o la sanción, eliminando cualquier tipo de violencia” (p.54).

Gracias a la justicia y la igualdad, es posible reconocer al “otro” de forma empática, lo que dentro de las familias implicaría la posibilidad de conversar las situaciones conflictivas que pudieran surgir, para poder llegar a resoluciones no violentas, en las que todos los integrantes de la familia participen y se sientan reconocidos (as) e integrados (as).

La tolerancia es el reconocimiento del derecho de cada cual a ser, hacer, pensar u sentir, aun cuando no coincida con el total del ser, hacer, pensar y sentir propio, abriendo así la posibilidad de la diversidad y el derecho a la diferencia.

Sin embargo, cuando no se respeta la autonomía, existe poca tolerancia hacia las otras personas que conforman la familia y no se respetan los derechos humanos, la conversación dará lugar a las relaciones asimétricas.

Las relaciones asimétricas tienen diferentes manifestaciones, de acuerdo con Calveiro (2005): “sobresalen la distribución desigual de los recursos y de los tiempos, la distinta participación en la toma de decisiones y el reconocimiento social diferenciado para las actividades de uno y otro. (...) Las desigualdades familiares, se generan en y sostienen las desigualdades sociales de género, que se verifican en distintas prácticas e instituciones, una de las cuales es la familia” (p.23).

Por ello es importante generar espacios dentro de las familias, en las que las relaciones puedan transformarse en relaciones más equitativas, que consideren las opiniones, creencias, valores de cada integrante, de forma que se puedan tomar decisiones individuales y familiares que tengan un impacto en la mejora de la conversación entre los miembros de la familia.

Existen dos líneas sobre las que el poder familiar se constituye, una es generacional que va de padres a hijos, principalmente, y en ella la pareja constituye el poder familiar, en el que

no sólo participa la mujer, sino que también puede ejercerse de los mayores hacia los menores. La segunda es de género, ejercida de hombres a mujeres, en la cual el poder del hombre es el único que se considera (Calveiro, 2005: 31).

El poder dentro de las familias, aunque se ejerce mayoritariamente de las y los adultos hacia los miembros más jóvenes, como las y los adolescentes, además de presentarse en las mujeres, por lo que es importante considerar de qué forma se ejerce el poder en las familias, para comprender la influencia de este, en los comportamientos de las y los integrantes.

Calveiro (2005) reconoce que la autoridad tiene que ver con: “la apropiación y distribución de los recursos, la toma de decisiones, el establecimiento de diferentes normas con sus correspondientes mecanismos de vigilancia y castigo, entre los que sobresalen el encierro, la represión directa -que se sigue ejerciendo con lujo de violencia sobre hijos y mujeres- y diferentes formas de exclusión” (p. 32).

En este sentido, la toma de decisiones se ve afectada debido a las desigualdades y al autoritarismo que se ejerce de maneras muy variadas, pero socializadas. De forma que generar cambios en la forma en que se concibe y ejerce la autoridad dentro de las familias, implicaría cambios estructurales en las creencias, prácticas y en cuestiones de interrelaciones, modificando con ello la autonomía, libertad y toma de decisiones.

La conversación es un aspecto muy importante en las familias para generar un equilibrio en el poder y lograr que se modifiquen las relaciones desiguales, a partir de diferentes valores y considerando los aspectos principales del enfoque de la democratización familiar.

La comunicación se plantea como una herramienta para la convivencia y la solución de conflictos de una forma pacífica. Es una manera de percibir las diferencias que existen entre hombres y mujeres, distintas generaciones, experiencias, historias y culturas, aprendiendo a respetarlas sin juzgar negativamente lo diferente. Nos permite establecer maneras de comunicación que propicien acuerdos y prácticas para el bienestar de cada persona y del conjunto familiar, manifestar lo que sentimos y pensamos mientras que, a la vez, nos disponemos a escuchar y considerar la opinión de las otras personas (Schmukler, 2010, p.13).

La comunicación al ser una herramienta de convivencia necesita contar con algunas características particulares para lograr establecer estos acuerdos y prácticas de bienestar.

Ravazzola (2010) menciona las consideraciones a tener con respecto a la comunicación, puesto que: “está ligada a contextos sociales, culturales e históricos, y que propone distintos niveles tanto relacionales como de información a través de sus formas y sus contenidos” (p.42).

Por ello es necesario analizar la comunicación, en función del momento histórico en que las personas estén, así como los contextos en que están inmersos.

En este sentido es importante considerar la comunicación asertiva, que, de acuerdo con Corrales, Quijano, y Góngora, (2017): tiene que ver con la capacidad de expresarse verbal y preverbalmente en forma apropiada a la cultura y a las situaciones. Un comportamiento asertivo implica un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a un niño o adolescente a alcanzar sus objetivos personales de forma socialmente aceptable (p.61).

Uno de los aspectos principales de la comunicación asertiva es la inserción social que se puede generar en las personas cuando ésta se lleva a cabo, además que les permite expresar y externar lo que piensan y sienten, de forma que las demás personas puedan comprender lo que se quiso decir.

Es por ello que la comunicación se vuelve un aspecto fundamental no solo para generar un acercamiento con el entorno familiar que permita resolver los conflictos que pudieran surgir en la familia, sino que también permite expresar los pensamientos, opiniones y modos de sentir cada situación, de manera que dentro de la familia se conozcan las opiniones de cada integrante y se puedan llegar a acuerdos.

Sin embargo, cuando los conflictos surgen dentro del ámbito familiar y las familias no cuentan con los recursos para resolverlos, en este caso la comunicación, puede traer consecuencias negativas, como la violencia.

Para entender mejor esta situación, es necesario definir el conflicto y para ello se retomará la definición de González (1997) en la que se menciona como: “aquella situación en que las

partes están en desacuerdo o tienen posiciones encontradas respecto a la distribución de los recursos materiales y/o simbólicos determinados y actúan movidas por su percepción de que los intereses de cada uno están contrapuestos” (Schmukler y Alonso, 2009, p.39).

El conflicto es entonces una situación en la que se están en desacuerdo con alguna postura determinada y las formas en que se resuelven pueden ser muy variadas. Es necesario contar con recursos para la resolución pacífica de los conflictos y la comunicación asertiva puede ser uno de ellos.

### **Función familiar**

Considerando que los ejes de la democratización familiar son simetría de poder, derechos humanos, conversación y autonomía, entonces se encuentran estrechamente relacionados con la percepción de función y grado de satisfacción de los integrantes de la familia, puesto que expresar la forma en cómo se viven estos ejes, implica la identificación y grado de satisfacción que se pueda tener de ellos.

Es importante mencionar que la utilidad del APGAR familiar, según Suárez y Alcalá (2014), radica en: “evidenciar la forma en que una persona percibe el funcionamiento de su familia en un momento determinado” (p.52).

Rosales, Garrido y Carrillo (2017), mencionan que las familias funcionales o moderadamente funcionales:

Se caracterizan por su cohesión con una unión familiar física y emocional al enfrentar diferentes situaciones y en la toma de decisiones de las tareas cotidianas, armónica con correspondencia entre los intereses y necesidades individuales con los de la familia, en un equilibrio emocional positivo (p. 130).

En este sentido, se vuelve importante conocer las opiniones y percepciones de las y los adolescentes, en relación con sus familias y cómo éstas funcionan en los ámbitos que evalúa el instrumento antes mencionado.

Los 5 elementos que mide el APGAR familiar son:

- Adaptación (capacidad de utilizar recursos intra y extrafamiliares para resolver problemas en situaciones de estrés familiar o periodos de crisis),
- Participación (implicación de los miembros familiares en la toma de decisiones y en las responsabilidades relacionadas con el mantenimiento familiar).
- Gradiente de recursos (en el desarrollo de la maduración física, emocional y auto realización una familia gracias a su apoyo y asesoramiento mutuo).
- Afectividad (relación de cariño, amor que existe entre los miembros de la familia).
- Recursos o capacidad resolutive (es el compromiso de dedicar tiempo a atender las necesidades físicas y emocionales de otros miembros de la familia) (PP.54-55).

Por lo tanto, estos elementos se relacionan principalmente con la simetría de poderes, la autonomía, los derechos humanos y la conversación, además que, al ser un instrumento de atención primaria, permite: “una primera aproximación para la identificación de aquellas familias con conflictos o disfunciones familiares” (Rosales, 2017, p.53).

A partir de ello es posible identificar cualquier dificultad o conflicto en cuestiones de resolución de conflictos de forma pacífica, toma de decisiones, relaciones familiares pacíficas y el desarrollo pleno de cada integrante de la familia, los cuales son objetivos básicos de la democratización familiar, de modo que situaciones contrarias a las mencionadas, podrían generar otros conflictos en la familia, e incluso violencia.

## **1.5 Violencia**

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2003), la violencia es: “el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte” (p. 5).

Es necesario reconocer que la violencia en el ámbito familiar puede tener diversas implicaciones y actores, pero de acuerdo con Schmukler y Alonso (2009) la violencia familiar supone expectativas por parte de los miembros de la familia de una subordinación y

entrega incondicional de las mujeres, legitimación de vínculos abusivos y estigmatizantes de los miembros subordinados, y la necesidad de obediencia incondicional a una autoridad, generalmente masculina (p. 309).

En este sentido se hablan de roles específicos asignados tanto a las mujeres como a hijas e hijos, siendo el hombre generalmente, el sujeto principal que realiza el ejercicio de violencia.

De igual forma Schmukler y Alonso (2009), plantean que estos sistemas violentos se cristalizan en un modo de comunicación que tiende a negar el conflicto, pues el conflicto se establece y es abierto entre personas con iguales derechos donde ambas o ambos reconocen sus diferencias de deseos e intereses y pueden y aceptan explicitar en el discurso sus discrepancias (p. 315).

Es por ello que realizar acciones tanto a nivel preventivo para evitar que la violencia se presente, se vuelve tan importante como realizar intervenciones en situaciones en las que la violencia ya está presente.

Conocer algunas clasificaciones de la violencia y en este caso, la realizada por Sanmartín (2007) quien la define de acuerdo a los espacios en los que ocurre:

- En el hogar, también denominada violencia doméstica y es uno de los lugares en donde es más frecuentes que ocurra violencia;
- En la escuela en donde puede ser cruzada, entre alumnos, profesores, padres y madres de familia y que además puede presentarse un ejercicio de poder;
- En el lugar de trabajo pueden ocurrir el acoso laboral y el mobbing, en el primero las principales víctimas son las mujeres e interviene un abuso reiterado, progresivo que pone en peligro el empleo de las personas y su integridad, en cuanto al mobbing es un tipo de abuso intimidatorio;
- En la cultura, la cual tiene que ver con aquellas tradiciones que violentan la integridad de las personas como la mutilación genital femenina;
- En las calles, que es una de las violencias más amplias, no sucede en ninguna institución y puede ser un acto delictivo de un grupo organizado o no organizado;

- En las pantallas que principalmente es la observada en las películas y suele ser física (PP.12-13).

La violencia en el ámbito familiar es muy relevante, debido a que al suceder en estos espacios tan íntimos y con personas con las que se comparten lazos que pueden ser consanguíneos, las víctimas pueden ser muy vulneradas.

La violencia familiar hace alusión a “todas las formas de abuso que tienen lugar en las relaciones entre los miembros de una familia (...), se trata más bien de una dinámica, de una forma particular de relaciones entre cualquiera de los integrantes de la familia, esta disposición se mantiene fuera del ámbito doméstico, sea la calle, un parque, un restaurante, etc.” (Caballero, 2010, p.261).

Este tipo de violencia al tratarse de dinámicas no posee un espacio único en el que se presente y esto expresa la importancia de reconocer las circunstancias particulares en las que ocurre, así como el ejercicio de poder y autoridad que se ejerce a través de la violencia familiar.

Gasteiz (2007) menciona que entre los resultados de la III macroencuesta sobre la violencia contra las mujeres, el 38.9 % de las mujeres maltratadas comentaron que la pareja o familiar violento, tenía problemas con el alcohol.

Por lo anterior, es importante reconocer que sí bien la violencia no es provocada por el consumo de alcohol, al presentarse en casi 4 de cada 10 situaciones en las que las mujeres fueron víctimas de violencia, por lo que es necesario evidenciar que la presencia del consumo de alcohol puede convertirse en un factor que potencie la violencia.

## **1.6 Consumo de alcohol**

### **Factores de riesgo**

Tapia, Villalobos, Valera, Cadena, Ramírez, Guzmán, Maldonado y Ortiz, (2016) reconocen 5 factores principales de riesgo de consumo de sustancias adictivas, entre los cuales se encuentran las influencias sociales a favor de la droga, las creencias y actitudes a favor de las drogas o la baja percepción de sus riesgos, lazos familiares débiles y supervisión paterna inadecuada, falta de interés por la escuela y pobre desempeño escolar y conducta desviada

previa, que tiene que ver con la resolución de conflictos a través de conductas violentas (PP. 102-103).

El consumo de alcohol de una persona cercana puede considerarse entonces, un factor de riesgo. En este caso los adolescentes pueden tener mayor riesgo de consumo de alcohol si sus amigos (as), familiares o alguna otra persona cercana presentan un consumo de dicha sustancia.

Las causas de inicio de consumo de alcohol son muy variadas, entre ellas se encuentran: “la curiosidad (29.4%), seguida por la invitación de amigos (13.5%), la experimentación (12.4 %), los problemas familiares (10%), la influencia de amigos (9.4%), la aceptación del grupo (4.1 %), por invitación de familiares (2.9%) o depresión (2.4%)” (Secretaría de Salud, 2016). El consumo entonces se puede iniciar por factores diferentes y muy variados, sin embargo, la mayoría de las causas está relacionada con cuestiones relativas al aspecto social. Allí podemos encontrar la importancia del trabajo con las familias, para lograr un mayor involucramiento y relaciones más democráticas.

La OMS (2008) define el consumo de alcohol como la autoadministración de una sustancia psicoactiva, mientras que en el consumo abusivo interviene un patrón de consumo que excede un estándar de consumo moderado o -de manera más ambigua- consumo social. Se define normalmente como el consumo que supera un volumen diario determinado (p. ej., tres bebidas al día) o una cantidad concreta por ocasión (p. ej., cinco bebidas en una ocasión, al menos una vez a la semana) (p.29).

A partir de ello se puede evidenciar que existen distintas categorías respecto al consumo de alcohol, en función de las cantidades que se consumen.

De acuerdo con la Norma Oficial Mexicana NOM 029-SSA2-2009 para la prevención, tratamiento y control de adicciones, los principales problemas asociados al consumo de bebidas alcohólicas son: “intoxicación, accidentes y conducta violenta que se ve reflejada principalmente como violencia familiar, cirrosis y hepatitis, pancreatitis, cardiopatía, encefalopatía, enfermedades degenerativas y carenciales, prácticas sexuales y conductas de riesgo, síndrome alcohólico-fetal, trastornos mentales, alimenticios y de la conducta, cáncer del aparato digestivo, entre otras” (CONADIC, 2009, p.13).

Existen diferentes consecuencias del consumo de alcohol, no sólo a nivel de salud física y mental, sino que se pueden presentar problemas en las interacciones sociales, como es el caso de las conductas violentas que se reflejan mayoritariamente en la violencia familiar.

En cuestiones de prevención se deben incluir acciones dirigidas a: “identificar, evitar, reducir, regular o eliminar el consumo no terapéutico de sustancias psicoactivas, como riesgo sanitario, así como sus consecuencias físicas, psíquicas, económicas, familiares y sociales” (DOF, 2009:31).

Querétaro se encuentra entre uno de los estados con mayor consumo de alcohol en la adolescencia. Al respecto, un estudio realizado por Hernández, Zamora, Gallegos, Garza, Castruita, y Palomé (2015), sobre las motivaciones para el consumo de alcohol en jóvenes de Querétaro, refleja que los adolescentes presentan una alta prevalencia para consumo de alcohol alguna vez en la vida, nueve de cada diez estudiantes ya habían experimentado con bebidas alcohólicas, mientras que el consumo en el último año fue reportado por siete de cada diez participantes.

Esto es relevante, puesto que se puede evidenciar la realidad en cuanto al consumo de bebidas alcohólicas por las y los adolescentes. Considerando que la mayoría ya ha tenido algún acercamiento y contacto con el consumo de alcohol, será necesario conocer las posibles consecuencias de un consumo a tan tempranas edades.

El inicio temprano se ha asociado a un incremento importante del riesgo a desarrollar alcoholismo. Así, se ha informado de hasta cuatro veces más probabilidad para desarrollar dependencia en jóvenes con inicio al consumo antes de los 15 años respecto a jóvenes con inicio a partir de los 20. Aun así, los resultados no son siempre coherentes, mayor vulnerabilidad, pero también mayor capacidad para recuperarse podrían coexistir. (Cadaveira, 2009, p.11).

De acuerdo con Martínez (2005): “Las bebidas alcohólicas vulneran a la salud y el bienestar social del bebedor. La adicción al alcohol generalmente comienza con el uso experimental y recreacional en edades tempranas” (p. 72). Lo anterior refleja que el consumo de alcohol en edades tempranas es un factor de riesgo ante la adicción al alcohol.

Las familias que viven con un enfermo alcohólico viven en constante tensión y conflicto en un ambiente hostil y agresivo, por lo que tienden a desintegrarse, su economía se ve afectada, y las relaciones sociales e interpersonales se deterioran. Los hijos de alcohólicos tienen un

gran factor de riesgo que les aumenta las posibilidades de iniciar una adicción (Martínez, 2005, p. 79).

Las implicaciones de vivir y convivir con una persona alcohólica se ven reflejadas en diferentes áreas de la vida de las personas. Sí se considera que las hijas e hijos de personas alcohólicas tienen mayores probabilidades de iniciar un consumo de bebidas alcohólicas, es importante generar cambios en estos comportamientos para lograr una disminución de estos riesgos.

De acuerdo con Martínez (2015), los factores de riesgo son: “características que existen en la comunidad, familia, escuela e individuo previamente al consumo, y que aumentan la posibilidad de que este fenómeno ocurra durante el desarrollo de la persona” (p.101).

Estos factores de riesgo se muestran en la siguiente tabla:

<b>Factores de riesgo</b>	
<b>Comunidad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Existencia de leyes y normas que permiten el uso de ciertas sustancias como el alcohol y el tabaco.</li> <li>-Disponibilidad o facilidad para adquirir algunas sustancias.</li> <li>-Desventajas económicas que incrementan la posibilidad de riesgo futuro cuando, paralelamente existe un comportamiento antisocial.</li> <li>-Las condiciones marginantes de la comunidad, como la falta de servicios y la criminalidad.</li> </ul>
<b>Familia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Conductas y actitudes familiares que favorecen o toleran el consumo, pues incrementan el riesgo de empleo en niños.</li> <li>-Estructura disfuncional sin comunicación e inconsistente.</li> <li>-Conflictos familiares que propician el riesgo de consumo.</li> <li>-Desunión y falta de relaciones positivas dentro de la familia, (participación, confianza, manifestaciones de afecto y unión) y ausencia de ciertos valores, incrementan el riesgo de consumo.</li> </ul>
<b>Escuela</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fracaso escolar, lo cual agudiza la probabilidad de su comportamiento antisocial temprano.</li> <li>-Desinterés en el desarrollo escolar, inasistencias, repudio a permanecer en la escuela y disminución/desinterés por cumplir tareas.</li> <li>-Tolerancia de los profesores ante situaciones de conductas antisociales o de consumo.</li> <li>-Falta de compromiso en la educación valoral.</li> <li>-Apatía en la participación de currícula extra a su docencia.</li> </ul>
<b>Individual</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Trastornos de la personalidad, búsqueda de sensaciones nuevas, sujetos reprimidos o limitados (timidez, inseguridad).</li> <li>-Problemas tempranos de conducta.</li> <li>-Asociación con amigos o compañeros que consumen.</li> <li>-Rebeldía y rechazo de valores dominantes del grupo social.</li> <li>-Relación entre el inicio del consumo y las creencias sobre sus presuntos atributos positivos.</li> </ul>

**Cuadro 1: Factores de riesgo. Elaborado a partir de la clasificación de Martínez (2015).**

Estos factores de riesgo abarcan las leyes, normas, conductas y otros aspectos que generan una mayor propensión ante el consumo de alcohol durante el desarrollo de las y los adolescentes. Aunque son condiciones que pueden generar mayores riesgos, no son determinantes para que exista un consumo. Es por ello que es necesario considerar estos ámbitos, como posibles áreas para intervenir y prevenir el consumo de alcohol durante esta etapa.

### **Prevención del consumo de alcohol**

Para el caso de este trabajo se considerará la intervención primaria, como aquellas acciones que involucran la identificación, evitación y reducción del consumo de alcohol en adolescentes.

Entre los principales aspectos a considerar para lograr llevar a cabo acciones preventivas de acuerdo a la NOM (2009), se encuentran: “los aspectos macro y micro sociales de las poblaciones objetivo, tales como dimensiones epidemiológicas del problema, disponibilidad de servicios y programas preventivos, representación social, zona geográfica, su cultura, usos y costumbres, la familia y aspectos legislativos, entre otros; así como las características de los individuos tales como su edad y género, las sustancias psicoactivas de uso, los patrones de consumo y problemas asociados” (p.31). Por eso se vuelve elemental conocer la situación contextual, así como algunas características particulares de la población.

Existen algunos factores llamados de protección, los cuales abarcan las características que existen en la comunidad, la familia, la escuela y el individuo que disminuyen la posibilidad del consumo ocurra durante el desarrollo de la persona. (...) Algunos aspectos que permiten incrementar la protección contra las adicciones son: “la convivencia sana, el abordaje y manejo compartido de responsabilidades, la comunicación clara y directa tanto de sentimientos positivos como negativos; el respeto entre los miembros, el respaldo y la valoración de los logros personales y familiares, la creación de un ambiente de protección y apoyo del estímulo de los vínculos sociales sanos” (p.102).

La importancia de conocer y reconocer estos factores radica en la posibilidad que brindan de poder fomentar situaciones, espacios y redes en las cuales las y los adolescentes se puedan apoyar y puedan acudir para disminuir el riesgo de consumo de bebidas alcohólicas.

En un estudio realizado por Ahumada, Villar, Alonso, Armendáriz y Gámez, (2017) relacionado con las expectativas sobre el consumo de alcohol en adolescentes, se muestra que: el 83.3% de los adolescentes tuvo su primer contacto experimental de alcohol entre los 10 y 15 años, de la misma forma en las variables de estudio se encontró que las escalas de sociabilidad y relajación son las que más se relacionaron con el consumo de alcohol en los adolescentes (p.49).

Por lo anterior, se considera que generar medidas preventivas ante el consumo de riesgo de bebidas alcohólicas en la etapa de la adolescencia, debido a las edades tempranas de inicio de consumo, se ha convertido en un aspecto elemental para intervenir en cuestiones de salud.

## **II. DIAGNÓSTICO**

### **2.1 Estructura base del diagnóstico**

#### **2.1.1 Enfoque del Diagnóstico**

El presente estudio surge de la necesidad de generar estrategias que permitan la disminución del consumo de alcohol en adolescentes. Las estadísticas muestran que en los últimos años, Querétaro se ha situado como uno de los estados de la república con mayor aumento de consumo de alcohol en adolescentes.

Considerando que los adolescentes en etapa tardía se encuentran en un momento de consolidación de su autonomía y que la mayoría de los integrantes de la población seleccionada son menores de edad, es importante contar con el consentimiento informado de los padres y madres de familia. Sin embargo, a pesar de tener dicho consentimiento, no se puede forzar la participación de las y los estudiantes, por lo cual el tipo de muestreo utilizado es no probabilístico, por conveniencia.

Para los grupos focales se realizaron dos grupos, uno por género, considerando como eje central la dimensión de comunicación, uno de los soportes para la democratización familiar, así como las diferencias generacionales entre los miembros de la familia y las y los adolescentes.

#### **2.1.2 Planteamiento del problema inicial**

El consumo de alcohol en adolescentes se ha incrementado en México y existen diversos factores asociados al riesgo de consumo de alcohol y tabaco en adolescentes, entre ellos la relación, comunicación y supervisión familiar juegan un papel muy importante, al igual que la pobreza.

La importancia radica en la prevención de una problemática muy importante en la actualidad. De acuerdo con Morales, Cabrera, Pérez, y Amaro (2015): La Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) 2011, indica que la prevalencia del consumo de alcohol a nivel nacional corresponde al 51.4% para su población de 12 a 65 años; con respecto a la distribución por sexo, 62.7% corresponde al masculino y 40.8% al femenino<sup>11</sup>. En la población de 12 a 17 años se identificó una prevalencia del consumo de alcohol del 30%, de los cuales 31.8% corresponde al sexo masculino y 28.2% al sexo femenino (p. 9).

Adicionalmente, en la Norma Oficial Mexicana (NOM 028) se destaca que cualquier cantidad de consumo durante esta etapa de la vida es nociva para la salud, por lo que se considera a los adolescentes como un grupo vulnerable (Armendáriz, 2015, p.223).

Es importante reconocer que entre las principales consecuencias del consumo de alcohol por parte de los adolescentes se encuentra el impacto nocivo hacia su salud, puesto que, al encontrarse en una etapa de desarrollo y crecimiento, el alcohol puede tener un impacto en la salud física y cerebral, con consecuencias negativas en las personas que lo consumen.

Olivares, Charro, Prieto, y Meneses (2018) mencionan que: “Durante la adolescencia, los primeros contactos con el alcohol suelen darse en las propias familias” (p. 108). Por ello se entiende que los padres y las madres ejercen una gran influencia en el consumo de alcohol de sus hijos (as).

De acuerdo con Alfonso et al. (2017): en la adolescencia tardía cesan los conflictos cuando el joven logra alcanzar su añorada independencia. Las relaciones con el grupo continúan siendo fuertes, sin embargo, aparecen las relaciones de pareja que contribuyen a que el adolescente se separe un poco de su familia. En esta etapa se desarrolla un sistema de valores propios, metas vocacionales reales, el adolescente establece una identidad personal y social que lo hace independiente emocionalmente de los criterios de la familia y aunque los padres constituyen modelos de conducta, existe mayor criticidad en esta relación. Esto pudiera explicar que los adolescentes tardíos manifestaron límite la comunicación, intermedia la cohesión y poca satisfacción familiar (PP. 348-349).

Entre los aspectos más relevantes del inicio de consumo de bebidas alcohólicas a corta edad se encuentran las consecuencias que esto conlleva. En primer lugar, las enfermedades a nivel físico, psicológico y social. Sin embargo, estas repercusiones no son las únicas, existen otras consecuencias más graves referidas por el INEGI (2017), y de las cuales se da cuenta a seguir: en el año 2015 fallecieron 34 060 jóvenes de 15 a 29 años de edad, lo que en términos porcentuales representa 5.2% de las defunciones totales. En este grupo de edad prevalecen las defunciones masculinas (74.5%) y en ambos sexos las tres principales causas de muerte son clasificadas como violentas para los hombres: Las agresiones (25.4%), los accidentes de transporte (17.8%) y las lesiones autoinfligidas intencionalmente (7.9%), son las principales causas de muerte y en conjunto representan más de la mitad de las defunciones (51.1%)

acontecidas en este grupo poblacional. Las mujeres de esta edad fallecen principalmente por accidentes de transporte (10.7%), seguidas por las agresiones (10.3%) y lesiones autoinfligidas intencionalmente (7.4 por ciento) (p.5).

Ante esta situación, el INEGI (2017) reconoce la importancia de reducir el acceso de las y los jóvenes al alcohol, además de otras acciones que fomenten la mejora de relaciones familiares, para disminuir las consecuencias del consumo de bebidas alcohólicas, como la muerte y la violencia en general, lo que constituye el eje central para el desarrollo del presente trabajo.

### **2.1.3 Preguntas**

#### **Pregunta general:**

- ¿Cuáles son las estrategias de comunicación que emplean los padres y madres con sus hijos en relación al consumo de alcohol a través de la democratización familiar?

#### **Preguntas específicas:**

- ¿Las relaciones familiares mejoran cuando se establece una comunicación asertiva tendiente a la disminución del riesgo de consumo de alcohol?
- ¿Qué personas cercanas a los adolescentes consumen alcohol en su presencia y qué influencia tienen?
- ¿Cuál es el impacto del uso de la comunicación asertiva entre padres y madres con sus hijos/as?

## 2.2 Diseño Metodológico

### 2.2.1 Objetivos del Diagnóstico

MATRIZ DE OBJETIVOS DEL DIAGNÓSTICO	
PREGUNTA	OBJETIVO
<b>PREGUNTA GENERAL</b> ¿Cuáles son las estrategias de comunicación que emplean los padres y madres con sus hijos en relación al consumo de alcohol?	<b>OBJETIVO GENERAL</b> Analizar las estrategias de comunicación que padres y madres utilizan con sus hijos en relación al consumo de alcohol.
<b>PREGUNTA PARTICULAR</b> ¿La comunicación familiar mejora cuando se establece una comunicación asertiva tendiente a la disminución del riesgo de consumo de alcohol?	<b>OBJETIVO PARTICULAR</b> Analizar el impacto de la comunicación asertiva en la comunicación familiar y el riesgo de consumo de alcohol
<b>PREGUNTA PARTICULAR</b> ¿Qué personas cercanas a las y los adolescentes consumen alcohol en su presencia y qué influencia tienen?	<b>OBJETIVO PARTICULAR</b> Definir las personas cercanas a las y los adolescentes que consumen alcohol para conocer la influencia que ejercen sobre ellos (as).
<b>PREGUNTA PARTICULAR</b> ¿Cuál es el impacto del uso de la comunicación asertiva entre padres y madres con sus hijos/as?	<b>OBJETIVO PARTICULAR</b> Conocer el impacto de la comunicación asertiva en la comunicación familiar.

### 2.2.2 Población objetivo

Adolescentes de 15 a 18 años, de nivel preparatoria, que se encuentren inscritos en una universidad pública del municipio de Querétaro, Qro., en los semestres 1ero., 3ero., y 5to. del turno matutino y vespertino, y que hayan consumido bebidas alcohólicas, al menos una vez en la vida.

También se considera incluir en el estudio a padres y madres de los adolescentes estudiantes de la preparatoria, que hayan aceptado participar en alguno de los grupos focales.

### 2.2.3 Estrategias, etapas y actividades

Las estrategias se centran en la gestión, la elaboración del proyecto, recolección de la información, y análisis de la información.

MATRIZ DE ESTRATEGIAS, ETAPAS Y ACTIVIDADES		
Estrategias	Etapas	Actividades
<b>Gestión</b>	1ª. Entrevista	Solicitar permiso de la secretaría académica de los turnos matutino y vespertino
	2ª Firma de convenio (Anexo 1)	Reunión de trabajo con los secretarios académicos de los turnos matutino y vespertino
<b>Elaboración del proyecto</b>	Realización del cuadro de indicadores	Búsqueda de indicadores y estadísticas. Delimitación de conceptos claves.
<b>Fase de recolección de la información</b>	Aplicación de cuestionarios y guía de entrevista	Entrega de consentimientos informados.
		Aplicación de cuestionarios.
		Selección de participantes para el grupo focal.
		Realización del grupo focal.
<b>Sistematización y análisis de la información</b>	Datos obtenidos de los instrumentos	Análisis de los resultados para elaborar el diagnóstico.

Cuadro 3: Matriz de estrategias, etapas y actividades (Elaboración propia).

#### 2.2.4 Técnicas e instrumentos del estudio

Las técnicas propuestas para la recolección de la información fueron la encuesta y el grupo focal, los instrumentos aplicados se mencionan a continuación, así como la población a quien van dirigidos.

De acuerdo con Babor, Higgins-Biddle, Saunders, y Monteiro (2001), el AUDIT fue desarrollado para: “detectar el consumo excesivo de alcohol y en particular para ayudar a los clínicos a identificar a aquellas personas que podrían beneficiarse de la reducción o abandono del consumo. (...) El AUDIT ayudará al clínico a identificar si la persona presenta un consumo de riesgo, consumo perjudicial o dependencia de alcohol” (p. 5).

Es por ello que el AUDIT resulta funcional dentro de la elaboración del presente proyecto, en particular para identificar el tipo de consumo que las y los adolescentes presentan, así como determinar el tipo de estrategias que se pueden aplicar en la propuesta de intervención.

El APGAR familiar es un cuestionario de cinco preguntas, que busca evidenciar el estado funcional de la familia, funcionando como una escala en la cual el entrevistado coloca su opinión respecto del funcionamiento de la familia para algunos temas clave considerados marcadores de las principales funciones de la familia (...) Evalúa cinco funciones básicas de la familia consideradas las más importantes por el autor: Adaptación, Participación, Gradiente de recurso personal, Afecto y Recursos o capacidad resolutive (Suárez, y Alcalá, 2004, PP.53-54).

Este instrumento permite reconocer las funciones en las que la familia puede presentar disfunción y el grado en el que se encuentra, de manera que es posible identificar las funciones que tienen impacto en la comunicación familiar.

MATRIZ DE INSTRUMENTOS DEL ESTUDIO	
Técnicas	Instrumentos
<b>Encuesta (a estudiantes)</b>	AUDIT 10
	APGAR Familiar
	Cuestionario de prevalencia
<b>Encuesta (a padres de familia)</b>	Cuestionario
<b>Grupo focal (estudiantes)</b>	Guía de entrevista

Cuadro 4: Matriz de instrumentos del estudio (Elaboración propia).

## 2.2.5 Realización de instrumentos

Desarrollo de la técnica (Cuestionario para alumnos)	
<b>Objetivo general de la técnica</b>	Recabar información general sobre la situación familiar y el consumo de alcohol en las y los adolescentes.
<b>Descripción del grupo</b>	Hombres y mujeres adolescentes de entre 15 y 18 años, que se encuentren cursando los semestres 1ero., 3ero., y 5to.
<b>Metodología de la técnica</b>	<b>*Anexo 2</b>
<b>Lugar</b>	Preparatoria Norte.
<b>Tiempo de realización</b>	30 minutos.
<b>Número de participantes</b>	45 a 55 por grupo
<b>Material</b>	Hoja con las preguntas a realizar.

Cuadro 5: Desarrollo de la técnica. Cuestionario para alumnos (Elaboración propia).

Desarrollo de la técnica (Cuestionario para padres)	
<b>Objetivo general de la técnica</b>	Recabar información sobre las relaciones con sus hijas e hijos adolescentes y sobre el consumo de alcohol.
<b>Descripción del grupo</b>	Madres y padres de las y los adolescentes de la preparatoria norte.
<b>Metodología de la técnica</b>	<b>*Anexo 3</b>
<b>Lugar</b>	Preparatoria Norte.
<b>Tiempo de realización</b>	15 minutos.
<b>Número de participantes</b>	5-10
<b>Material</b>	Hoja con las preguntas a realizar.

Cuadro 6: Desarrollo de la técnica. Cuestionario para padres (Elaboración propia).

Desarrollo de la técnica (Grupo focal- anexo 3)	
<b>Objetivo general de la técnica</b>	Recabar información específica sobre la situación familiar, violencia y el consumo de alcohol en las y los adolescentes.
<b>Descripción del grupo</b>	Mujeres adolescentes de entre 16 y 18 años, que se encuentren cursando 5to. semestre.
<b>Metodología de la técnica</b>	<b>*Anexo 4</b>
<b>Lugar</b>	Preparatoria Norte.
<b>Tiempo de realización</b>	50 minutos.
<b>Número de participantes</b>	5-10.
<b>Material</b>	Hoja con las preguntas a realizar, grabadora, lapiceros, plumones, etiquetas.

Cuadro 7: Desarrollo de la técnica. Grupo focal (Elaboración propia).

### Guía de entrevista

Dimensión	Preguntas
Comunicación	1) ¿Cuándo hay un problema en la familia cómo lo solucionan?
	2) ¿Realizan alguna actividad en familia? ¿Cuál (es)?
Comunicación	3) ¿Cuándo tienes un problema con quién acudes?
	4) ¿Con quién tienes más confianza para hablar de tus diferentes intereses (aunque no sea un problema)?
	5) ¿Para ustedes qué significa la violencia y cómo la han visto en su comunidad/escuela?
Relaciones familiares	6) ¿En tu familia ha habido algún antecedente de violencia?
	7) ¿Quién decide qué hacer en tu casa ante una situación de violencia?
	8) ¿Han consumido alcohol alguna vez en la vida? ¿Cuál ha sido su experiencia con ello?
	9) ¿Alguno de esos problemas se relaciona con el consumo de alcohol en alguno de sus miembros? (en tus padres, hermanos (as), en ti).
	10) ¿Qué valores consideras que tus padres te han inculcado?

Cuadro 8: Guía de entrevista (Elaboración propia).

## 2.2.6 Planeación del DX

### 2.2.6.1 Cronograma

Estrategia	Etapas	Actividades	Cronograma											
			0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
			9	0	1	2	1	2	3	4	5	6	7	
<b>Gestión</b>	Presentación del proyecto	-1er contacto con la institución -Firma de convenio												
<b>Elaboración del anteproyecto del diagnóstico</b>	Realización del cuadro de indicadores	Búsqueda de indicadores y estadísticas. Delimitación de conceptos claves.												
<b>Aplicación del diagnóstico</b>	Aplicación de cuestionario s y guía de entrevista	Entrega de consentimientos informados. Aplicación de cuestionarios. Selección de participantes para el grupo focal. Realización del grupo focal.												
<b>Sistematización y análisis de la información</b>	Datos obtenidos de los instrumentos	Identificación de causas y consecuencias de la (s) problemáticas identificadas.												

## 2.2.7 Recursos humanos, materiales e infraestructura

	Especificación	Cantidad
<b>Recursos humanos</b>	Estudiante de la especialidad quien es responsable del proyecto y la aplicación del instrumento para el diagnóstico y la participación de la directora de tesis. Estudiante de apoyo para la realización del grupo focal. Asesoría por el tutor.	3
<b>Recursos materiales</b>	Copias Plumas Plumones Etiquetas para nombres	
<b>Infraestructura</b>	Salón de la preparatoria para realizar los grupos focales	1

Cuadro 9: Recursos humanos, materiales e infraestructura (Elaboración propia).

### 2.2.6.3 Presupuesto

Descripción	Unidad	Costo unitario	Total
Computadora	1	9000.00	9000.00
Impresiones	500	0.30	150.00
Copias	775	0.30	232.50
Plumones	10	6.00	60.00
Etiquetas para nombre	2 c/10 piezas	15.00	30.00
Folders	5	6.00	30.00
Transporte	20	4.00	80.00
		TOTAL	9582.50

Cuadro 10: Presupuesto (Elaboración propia).

## 2.3 Plan de análisis general de la información

### 2.3.1 Conceptos e indicadores de la situación macro de las familias

#### Matriz de indicadores para la evaluación de la estrategia

DIMENSIÓN	EJES	SUBDIMENSIONES	VARIABLES	INDICADORES
<b>Estructura familiar</b>			Parentesco	Relación de parentesco con el jefe de familia
			Ciclo de vida	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formación de la pareja</li> <li>2. Crianza inicial de los hijos</li> <li>3. Familia con hijos preescolares</li> <li><b>4. Familia con hijos adolescentes</b></li> <li>5. Familia plataforma de lanzamiento</li> <li>6. Familia de edad media</li> <li>7. Familia anciana</li> <li><b>8. Viudez</b></li> </ol>
<b>Relaciones familiares</b>	Relaciones de poder	Toma de decisiones	Crianza en relación al consumo de alcohol. Comunicación.	Participación en crianza: quién decide la asistencia o participación a fiestas/reuniones con amigos o familia, y sí el consumo es permitido o no. Disciplina: autoritarismo, ámbito más igualitario.
		Violencia intrafamiliar	De padres a hijos (as)	Tipos de violencia y características
	Convivencia, afectividad	Formas de convivencia.		Modelos familiares *Tipo de comunicación positiva/ negativa

		Características de la comunicación.		
	Opiniones sobre roles de género. Valores, creencias y normas.		Opiniones sobre roles masculinos y femeninos	Lista de creencias, normas, opiniones, valores, respeto, falta de respeto.

Cuadro 11: Matriz de indicadores. Realizado en base a Palacios (2009).

### 2.3.2 Conceptos e indicadores de la situación micro

<b>MATRIZ DE INDICADORES DE LA SITUACIÓN MICRO DE LAS FAMILIAS</b>		
<b>Dimensión</b>	<b>Conceptos base</b>	<b>Indicador</b>
<b>Estructura familiar</b>	Ciclo de vida	Número de hijas (os) y sus edades
	Parentesco	¿Con quién vives?
<b>Relaciones familiares</b>	Comunicación	¿De qué forma resuelven sus conflictos familiares? ¿A quién le tienes confianza para contarle tus intereses? ¿Cuándo tienes un problema a quién acudes? ¿El consumo de alcohol es permitido en la familia?
	Toma de decisiones	Cuándo hay que tomar una decisión importante que afecta a la familia, ¿quién toma la decisión?
	Violencia	¿Para ustedes qué significa violencia? ¿En sus familias ha habido algún antecedente de violencia?
	Convivencia	¿Realizan alguna actividad programada en familia? (Tiempo compartido en familia).
	Valores	¿Qué valores les han inculcado sus padres y cómo los usan en situaciones de consumo de alcohol?

Cuadro 12: Matriz de indicadores de la situación micro de las familias. Realizado en base a Palacios (2009).

## 2.4 Análisis de resultados

### 2.4.1 Análisis de la situación macro

#### Familias

La información recolectada a través de instrumentos de recolección cuantitativos, se presenta en las siguientes tablas :

<b>Variable</b>	<b>Nacionales</b>	
<b>Familia</b>	Hogar nuclear	72%
	Hogar ampliado	26%
	Hogar compuesto	2%
<b>Hogar parental</b>	Biparental	50%
	Monoparental	20%
	Otros	30%
<b>Jefatura del hogar</b>	Femenina	29%
	Masculina	71%

Cuadro 13: Tipos de hogares. (Elaborado a partir de INEGI).

#### Adolescencia

De acuerdo a la encuesta intercensal 2015 el 73.2% de adolescentes de 15 a 17 años y el 31.5% de jóvenes de 18 a 24 años asisten a la escuela. Esto es importante a considerar ya que la población con que se desea participar se encuentra estudiando el nivel medio superior en la etapa de adolescencia, entre las edades de 15 a 19 años de edad.

<b>Variable</b>	<b>Nacionales</b>	
<b>Adolescencia (menores de 18 años)</b>	Viven con sus padres	71%
	Viven sólo con su madre	16.5%
	Viven sólo con el padre	1.5%
<b>Asistencia a escuela</b>	Adolescentes de 15 a 17 años	73.2%
	Jóvenes de 18 a 24 años	31.5%

Cuadro 14: Adolescencia. (Elaborado a partir de INEGI).

#### Violencia y conflictos entre miembros del hogar

De acuerdo con la ENDIREH 2016, la violencia contra las mujeres a nivel nacional tiene una prevalencia del 66.1%, siendo los estados de mayor proporción de presencia de violencia la

ciudad de México, el Estado de México, Jalisco, Aguascalientes y Querétaro. Considerando esto, a nivel estatal en Querétaro 7 de cada 10 mujeres son víctimas de algún tipo de violencia, por lo que es un aspecto relevante.

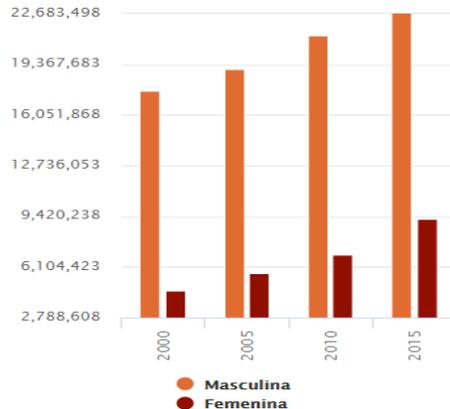
Por otra parte, existen diferentes conflictos entre los jóvenes y sus padres y madres, entre ellos los más relevantes para este trabajo son los problemas de disciplina (incumplimiento de horarios, no decir a dónde van o dónde están, no obedecer) 28%, problemas de coordinación 18.8% (los papás no se ponen de acuerdo) y problemas de adicciones o alcoholismo 7%. (INEGI, ECOPRED, 2015).

<b>Variable</b>	<b>Nacionales</b>		<b>Estatales</b>
<b>Violencia</b>	Contra las mujeres	66.1%	70%
	Familiar contra las mujeres	10.3%	
	Emocional	8.1%	
	Física	2.8%	
	Sexual	1.1%	
	Económica o patrimonial	3.1%	
<b>Conflictos entre miembros del hogar</b>	Problemas de disciplina	28%	
	Problemas de coordinación	18.8%	
	Problemas de adicciones o alcoholismo	7% %	

Cuadro 15: Violencia. (Elaborado a partir de INEGI).

### **Jefatura**

En cuanto a la jefatura de los hogares, se presentó un aumento entre 2010 y 2015 con un aumento de 4 puntos porcentuales, de 24.6% en 2010 a 29% en 2015 a nivel nacional en hogares con jefatura femenina. En el caso de Querétaro 28.4% de los hogares son de jefatura femenina y para el caso de este proyecto se presupone que la mayoría de los hogares serán de jefatura masculina.



**Fuente: INEGI Censos y conteos de población y vivienda.**

### **Consumo de alcohol**

De acuerdo con la ENCODAT 2016-2017 (2017) el consumo excesivo de alcohol en una población de 12 a 17 años: “ha aumentado significativamente (se duplicó de 4.3% en 2011 a 8.3% en 2016) y en las mujeres tuvo un incremento de más de 3 veces (de 2.2% a 7.7%); en los hombres no se encontraron variaciones significativas” (p. 50). Sin embargo aunque en las mujeres el consumo continua siendo menor que en los hombres, ha aumentado significativamente.

De acuerdo con Morales, et. al (2015): La Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) 2011, indica que la prevalencia del consumo de alcohol a nivel nacional corresponde al 51.4% para su población de 12 a 65 años; con respecto a la distribución por sexo, 62.7% corresponde al masculino y 40.8% al femenino<sup>11</sup>. En la población de 12 a 17 años se identificó una prevalencia del consumo de alcohol del 30%, de los cuales 31.8% corresponde al sexo masculino y 28.2% al sexo femenino. 6,12 (p. 9).

Es relevante mencionar que existen situaciones personales que son consideradas como factores de riesgo. En este sentido, en la ECOPRED podemos observar que 6 de cada 10 jóvenes de entre 15 y 29 años han consumido alcohol en algún momento de sus vidas, siendo la edad promedio de inicio del consumo 16 años con 10 meses.

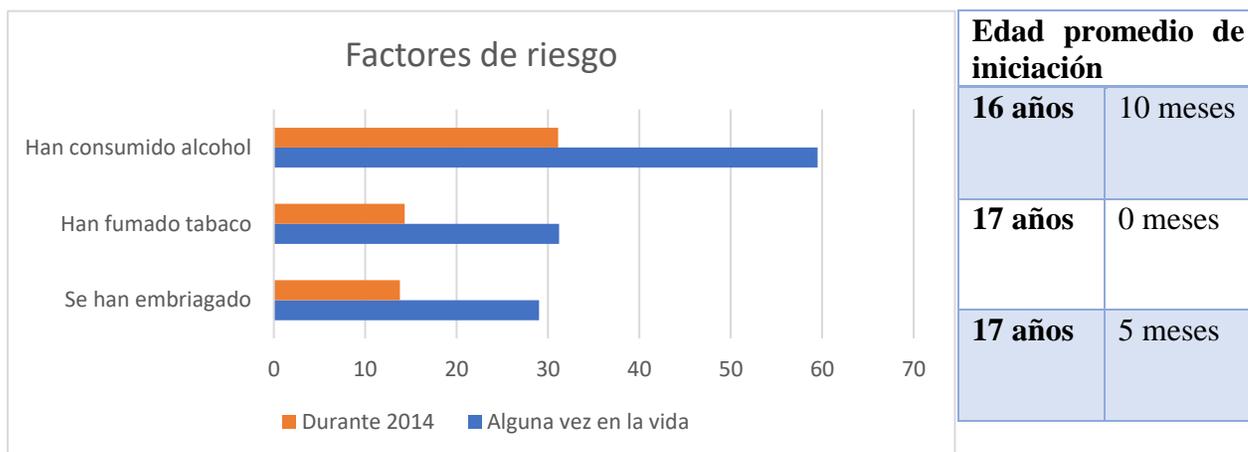
El Comisionado Estatal contra las Adicciones, Guillermo Tamborrel mencionó que “la entidad queretana supera la media nacional en consumo de alcohol entre jóvenes. (...) Detalló que la zona metropolitana del estado ocupa el primer lugar a nivel nacional en consumo de alcohol entre jóvenes de 15 y 29 años” (Romero, 2017, s/p).

## Factores de riesgo

La ECOPRED permite estimar que 59.5% de los jóvenes de 15 a 29 años ha consumido alcohol alguna vez; mientras que 31.2% manifestó que fuma o ha fumado tabaco.

## Situaciones enfrentadas por amigos durante el 2014

Al ser la adolescencia una etapa en la que las relaciones interpersonales tienen una gran importancia, la ENCOPRED muestra que 71 de cada 100 adolescentes tiene amigos que se vieron involucrados en algunas situaciones consideradas como factor de riesgo individual, durante el 2014. Entre estas situaciones se encuentra embriagarse, como resultado del consumo de alcohol de forma excesiva, en el 36.6% de los casos. (INEGI ECOPRED, 2015)



## Actitud de los padres ante el mal comportamiento de los jóvenes

Es importante identificar que, en relación con la comunicación familiar, los padres hablan con los adolescentes sobre su comportamiento en el 66.7% de los casos. Mientras que el 38% sólo reciben regaños. Estos indicadores son esenciales, puesto que el objetivo de esta propuesta de intervención es generar estrategias de comunicación familiar que incidan en el consumo de alcohol de los adolescentes, por ello es necesario conocer la forma de resolución de conflictos que se lleva a cabo en las familias y el tipo de comunicación que se practica. (INEGI ECOPRED, 2015).

## **2.4.2 Análisis de resultados de la situación micro de las familias**

### **2.4.2.1 Análisis cualitativo**

El análisis cualitativo se realizó a través de las respuestas obtenidas de los dos grupos focales, los cuales se integraron por estudiantes mujeres de 5to semestre del turno matutino y por hombres de 1er semestre del turno vespertino. Se consideraron como principales categorías de análisis la toma de decisiones dentro de las familias, la comunicación y confianza, el tiempo compartido, la violencia y el consumo de alcohol. A continuación, se presentan los resultados más relevantes obtenidas del grupo focal.

#### **Toma de decisiones**

La toma de decisiones implica aquellas acciones de apropiación de la propia vida y cuerpo (Schmukler y Alonso, 2010). Es por ello que en la etapa de la adolescencia se convierte en un factor elemental en los diferentes procesos que experimenta esta población. Al cuestionar a las estudiantes sobre ¿Quién toma las decisiones importantes en su familia? Las respuestas señalaban a padres y madres, principalmente, aunque ante algunas situaciones una de las estudiantes ha participado esporádicamente. Sin embargo, al analizar las respuestas se encontró que aunque padres y madres soliciten la opinión de hijas e hijos, la percepción de las alumnas es que sus opiniones no influyen en las decisiones que los adultos toman, mientras que los alumnos consideran que sí participan en la toma de decisiones.

*Mi mamá habla normalmente habla con nosotros, con mis hermanos, pero al final como que lo deja de lado y toma su decisión y ya. P1.*

*Mis papás, normalmente mamá habla y papá acepta todo. P2.*

Respecto al proceso que llevan a cabo para esta toma de decisiones, las participantes comentaron que han observado que se realizan dos procesos distintos. El primero es de diálogo, en el que se busca la mejor solución y la que genere menor conflicto en la familia, mientras que en el segundo se puede llegar a presentar violencia física o verbal y una de las partes (padre o madre) decide retirarse e interrumpir la toma de decisiones.

*Soy como la que sí llega a dialogar con mi mamá y se habla y se dice qué se va a hacer (...) pero ya después mi mamá decide completamente todo y es como que muy*

*aparte lo que se pudo haber hablado y es como a su consideración y a lo que ella crea que está bien y ya. P4.*

*Pues mi papá como que trata de solucionarlo desde un punto de vista que no cause conflicto, entonces él trata como de darle la palabra a mi mamá o conmigo de solamente alejarse, dejar distancia. P5.*

## **Comunicación y confianza**

La comunicación es considerada una herramienta para la convivencia y solución pacífica de conflictos (Schmukler, 2010). Es por ello un elemento esencial para lograr la toma de decisiones, sin embargo, requiere algunos elementos esenciales para ser llevada a cabo, en este caso es la confianza. Las adolescentes refirieron que las personas dentro de su familia a quienes les tienen mayor confianza para hablar de diferentes temas de interés son la madre y en algunos casos una hermana o el padre. Sin embargo, existen diferentes cuestiones que no son dialogadas en familia por factores como la violencia.

*A mi hermana. P.1*

*A mi madre. P2.*

*Yo tengo muy claro que obviamente si llego mal a mi casa, hijo me va a tocar una buena... (...) la verdad mis papás no saben que tomo. P3.*

Mientras que cuando tienen un problema personal, pueden o acudir con nadie, con algún otro miembro de la familia o una hermana, esto dependiendo del problema de que se trate y de las reacciones de la familia.

*Depende, sí es personal trato de hablarlo con mi mamá y sí es académico con mi papá. P4*

*Cuando se ponen muy exaltados no hay oportunidad de hablarlo. P5.*

*A mamá. Dependiendo del problema, por ejemplo, sí fuera algo que tuviera que ver con nuestro físico, como hombres, pues yo creo que lo vería con mi papá, o sí fuera acerca de una chica pues lo vería con mi papá, pero a lo mejor con temas sensibles*

*como de que me siento no sé, mal o así, pues con mi mamá, o dependiendo de sí tuve problemas con algún amigo pues con mi hermana. P6.*

### **Tiempo compartido**

El tiempo compartido tiene impacto en la confianza y en la comunicación que se da en las familias. En este sentido, la mayoría de las participantes refieren que no comparten tiempo con sus familias, ni realizan ninguna actividad programada. A excepción de una participante que refirió que ve un programa de televisión periódicamente con su madre.

*Ver un programa de televisión. P7.*

*No, hasta hace 2 o 3 meses que cada domingo jugábamos básquet con mi familia y más familia, como mis tíos, pero mi tío se lesionaba a cada rato. P8.*

*Sí salgo con ellos muy seguido, pero no es como que esté destinado algo. Luego mi papá nos lleva al cine, a una plaza, no sé a comprarnos ropa, al parque a veces. P9.*

### **Violencia**

La violencia implica el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte (OMS, 2003).

En este sentido, las participantes mencionaron que para ellas la violencia puede ser cualquier acto físico o verbal que lastime a alguien en cualquier ámbito de su vida personal. Además, puede ser intencional o no intencional.

*Cualquier acto que pueda ser acción física o verbal que llegue a herir a otra persona en cualquier aspecto. P10.*

*Es una acción tanto física como verbal, pues algún acto que se hace como de manera cómo a propósito y no a propósito, o sea te dicen un comentario pero que al fin de cuentas te termina lastimando. P11.*

*Dañar o hacer que alguien haga algo sin su consentimiento o así. P.1.*

Por otra parte, las estudiantes manifestaron haber presenciado o experimentado en el ámbito escolar algún tipo de violencia , ejemplos de ello son las siguientes respuestas de las entrevistadas y que muestran que en algunos casos es bidireccional, es decir, que hay una respuesta física a una agresión.

*Ponerle el pie a alguien. P2.*

*Agresiones a su persona. Psicológicamente: a una apariencia dada que tenga, que sea objeto de burla. P3.*

*Física, pues un chico se le quedó viendo a uno feo y le dijo que un tiro y se fueron aquí afuera a darse un golpe. P4.*

*Pues, a mí me pasa con mi compañerito, luego como sabe judo, me empezó a hacer unas llaves. Es que a veces lo provocamos, entonces, es como... como ya él es brusco, yo no soy brusco, llega él y me duele. P5.*

En el ámbito familiar, la violencia impacta en la comunicación, pues niega el conflicto entre dos personas y la aceptación de discrepancias (Schmukler y Alonso, 2009). Por lo tanto, al realizar las preguntas: ¿En tu familia ha habido algún antecedente de violencia? ¿La han visto en sus casas? ¿De qué forma?, las respuestas de la mayoría de participantes indicaron la presencia de violencia hacia ellas, principalmente verbal, aunque existen casos de violencia física. Por otra parte se observa en alguna de las entrevistas, la discrepancia entre padre-hijo, y la evasión de otros miembros de la familia cuando hablan de “no meterse”, además se mencionó que esta violencia pudo estar condicionada por el consumo de alcohol, minimizando los efectos de la violencia psicológica, pues se menciona que solo fue violencia verbal -los hizo llorar- pero no golpeó a nadie

*Sí, física y verbal, hacía mí solamente verbal. P2.*

*Mis papás siempre se han peleado, yo me acuerdo de cuando estaba chiquita y vivían mis tres hermanos conmigo, a mi hermano hubo mucha violencia verbal, sobre todo de mi papá para él. Mis hermanas casi no se metían en eso, pues cada quien estaba en su rollo. Cuando se fue mi hermano, pues sí, tomé como su lugar, y sí hubo mucha violencia verbal, sobre todo de mi papá y violencia física solamente de mi papá hacía mí. P3.*

*No. Bueno, o sea, ¿Violencia es así golpes? Yo pienso que emocionalmente, sí. Bueno, mi tío se puso loco, estaba borracho y se puso loco, empezó a azotar las cosas y pues hizo llorar a muchos, pero no le pegó a nadie. P4.*

*Creo que, en mi casa verbal, hay ciertos momentos en los cuales mi mamá y yo comenzamos a discutir y se pone muy feo, y luego se detiene y todo vuelve a la normalidad. P5.*

En este sentido Hernández, Magro y Cuéllar (2014) mencionan que: “La violencia psicológica ha sido considerada como un tipo de violencia «invisible», ya que no se expresa a través de agresiones físicas” (p.27). Esto se evidenció en los comentarios de las y los adolescentes, puesto que la violencia sólo se percibió cuando se trataba de tipo física, mientras que a la violencia psicológica no se le reconocía con facilidad.

### **Consumo de alcohol**

El consumo de alcohol es la autoadministración de una sustancia psicoactiva, mientras que el consumo abusivo, tiene que ver con un consumo social en exceso que supera 3 bebidas al día o cinco por cada ocasión (OMS, 2008). Para conocer el consumo de alcohol que tienen las adolescentes, se realizaron las preguntas: ¿Han consumido alcohol alguna vez en la vida? y ¿Cuál ha sido su experiencia con ello? Las respuestas obtenidas fueron que todas han consumido alcohol, sin embargo, las experiencias han sido distintas. De los participantes, tres mencionaron que han consumido alcohol hasta perder la conciencia, mientras que los restantes no han tenido esa experiencia.

*No considero que he llegado a un punto de estar muy muy muy ebria o algo parecido, siempre trato como en un punto ya no tomarlo porque pues puedo perder el sentido y no lo quiero hacer y no siento que beba mucho, sí acaso una vez al mes, dos veces y eso es mucho. P1.*

Es importante retomar como factor para el consumo de drogas el antecedente familiar, ya sea que tuvieron la experiencia de tener un familiar adicto y a pesar de no querer seguir el mismo camino, al mismo tiempo manifiesta que para ella es normal el consumo en fiestas y que ellas puede controlar tal consumo. Otro antecedentes es cuando la estudiante refiere que consume whiskey porque es el preferido de su papá.

Uno de los factores contextuales asociados con el uso de alcohol en la adolescencia es tener una historia de alcoholismo familiar, la cual se asocia con un mayor consumo de alcohol (Labrie, Migliori, Kenney y Lac, 2010) (p.60).

En ese sentido el consumo de bebidas alcohólicas en las familias es un factor de riesgo para las y los adolescentes, pues es en ese espacio que se generan los primeros contactos que tienen los menores con el alcohol.

*No tengo tiempo para salir, pero pues igual, no lo necesito porqué pues sí tuve una persona adicta, alcohólica en mi familia, entonces no es como que quiera seguir ese ejemplo, pero, o sea puedo tomar en una fiesta y muy normal, ahorita la última vez que tomé fue la semana pasada, con mi mejor amigo. P2.*

*La primera vez que tomé, creo que fue una cerveza y creo que fue como a los 14 años, y no me gustó, así que no volví a tomar como hasta los 15 con unos amigos, me invitaron de un pomo y ahí como que sí me gustó más la idea (...), en lo particular sólo tomo whiskey porqué es lo que le gusta a mi papá. P3.*

Respecto a las razones por las que consumen alcohol se encuentra principalmente, realizarlo para convivir, por aceptación social o curiosidad.

*Yo creo que para convivir porqué no es cómo que sí tengo una botella en mi casa vaya a ir a tomarla. P4.*

*Por aceptación social, porqué estás con los amigos y te dicen puto el que no tome, entonces pues tu al querer demostrar que tienes pues vas y le entras y ya después puede que sí y puede que no le agarres el gusto por el sabor que te puede dar el alcohol y pues yo creo que, en lo personal así se empieza y pues me gustó. P5.*

*Yo creo que es para probarlo, para experimentar su sabor y talvez sí por aceptación social es que mucha gente termina con adicciones. Lo mío fue por curioso, para ver que sabía, pero no me gustó su sabor. P6.*

En el caso de los problemas que se presentan en sus familias y la relación de éstos con el consumo de alcohol, el análisis de las respuestas de algunas de las participantes reflejó que

no necesariamente se relacionaban. Por otro lado, también mencionaron que en alguna ocasión se ha presentado violencia debido al consumo de alcohol.

De acuerdo con el CONADIC (2011): “El alcoholismo genera dentro de la familia, trastornos psicológicos como ansiedad y depresión, violencia intrafamiliar, conflictos, dificultades económicas, y especialmente en niños, problemas de conducta y emocionales (p.25).

*La mayoría de las veces que hay como esos problemas de violencia, son porqué mi padre llega alcoholizado y mi mamá pues no lo deja entrar o no quiere que esté cerca de nosotros y así, y empieza a haber este tipo de discusiones, empieza agresión verbal. P1.*

Tal como lo menciona Martínez (2005), la familia ejerce una gran influencia en las y los adolescentes como factor de riesgo, pero también de protección.

Existen diferentes valores que las participantes consideran que les han inculcado sus padres, sin embargo, los que usan en situaciones de consumo de alcohol son el respeto y la tolerancia.

*Respeto: creo que más que nada el respeto hacia mí, hacia mi persona, saber hasta dónde yo considero que es bueno para mí, en cualquier aspecto, en el ambiente y pues independientemente de las personas con las que esté y también hacia los demás, porqué no es como que me vaya a respetar a mí, pero no vaya a respetar a los demás. P2.*

*Tolerancia: hacia las personas que toman alcohol, pero sí son personas violentas no. P3.*

*También a ser responsable con lo que hago y más que nada asumir mis actos o lo que he hecho. Si por andar de fiesta o así, hago algo que traiga muchas consecuencias, pues ya así hacerme cargo. P4.*

#### **2.4.2.2 Análisis cuantitativo**

A partir de la información obtenida después de la aplicación de un cuestionario dirigido a estudiantes de 1º, 3º y 5º semestre del turno matutino y 1º, 2º y 3º del turno vespertino, que contaron con el consentimiento informado de los padres o tutores y aceptaron participar voluntariamente, se presentan los resultados más relevantes de dicha información.

En la Tabla 1. se presentan las características sociodemográficas obtenidas. De acuerdo al sexo, el 71.2 % de la población fue femenino, la edad de los participantes se encuentra entre 15 y 18 años, siendo la edad de 15 años la que presentó mayor participación (50%). De acuerdo al tipo de familia predominó la nuclear (69.2%), seguida por la familia uniparental con jefatura femenina (15.4%), extensa (11.5%) y reconstituida (3.8%). Estos porcentajes son similares a los presentados por el INEGI (2015).

Cuadro 16. Características sociodemográficas

VARIABLE		FRECUENCIA	PORCENTAJE
Sexo	Masculino	15	28.8
	Femenino	37	71.2
Edad	15	26	50.0
	16	7	13.5
	17	9	17.3
	18	10	19.2
Tipo de familia	Nuclear	36	69.2
	Uniparental con jefatura femenina	8	15.4
	Extensa	6	11.5
	Reconstituida	2	3.8

Fuente: Elaboración propia

La prevalencia de consumo de alcohol es del 69.2%, indicando que la edad de inicio de consumo tiene un rango que va desde los 6 hasta los 18 años, pero la edad de inicio promedio de inicio de consumo fue a los 15 años (21.2%). Del total de población entrevistada (52), 36 consumen alcohol, correspondiente al 79.5% y el consumo promedio de bebidas alcohólicas en cada ocasión se encuentra entre 1 y 3 copas (27.3%). Con esta información, al aplicar el AUDIT a las personas que consumen alcohol, se encontró que el 73.1% se encuentra en un patrón de consumo de bajo riesgo y el 9.6% en consumo de riesgo, lo que nos indica que es

necesario generar medidas de atención primaria para que las y los adolescentes no generen un consumo mayor y puedan disminuir el que ya tienen (Tabla 2). Sin embargo, existe un porcentaje de alumnos que ya cuentan con un consumo de riesgo y de acuerdo con la NOM 028, es necesario realizar otro tipo de intervención que podría ser considerada dentro de la atención secundaria.

Cuadro 17: Prevalencia y riesgo de consumo de alcohol en participantes del estudio

VARIABLE		FRECUENCIA	PORCENTAJE
¿Has consumido alcohol alguna vez en tu vida?	Sí	36	69.2
	No	16	34.8
Edad del primer consumo	6 a 13 años	8	9.5
	14	10	19.2
	15	11	21.2
	16 a 18 años	6	10.7
	No ha consumido	17	39.4
Cantidad promedio de bebidas en cada consumo	1	10	19.2
	2	8	15.4
	3	9	17.3
	4	2	3.8
	5	2	3.8
	6 o más	2	3.8
AUDIT	Consumo de bajo riesgo	38	73.1
	Consumo de riesgo	5	9.6

Fuente: Elaboración propia

Dentro de los indicadores considerados a evaluar, se encuentra la función familiar, la cual fue evaluada a través de la escala APGAR, mostrando que el 48.1% de la población cuenta con una buena función familiar, mientras que el 51.9% de adolescentes indicaron algún tipo de disfunción: leve, moderada y severa (Tabla 3), lo que implica generar estrategias para mejorar las relaciones familiares.

Tabla 3. Función familiar desde la percepción de estudiantes

VARIABLE		FRECUENCIA	PORCENTAJE
APGAR	Buena función familiar	25	48.1
	Disfunción familiar leve	17	32.7
	Disfunción familiar moderada	6	11.5
	Disfunción familiar severa	4	7.7

Cuadro 18: Función familiar desde la percepción de estudiantes (Elaboración propia).

La escala de APGAR de Smilkstein (1978), evalúa la satisfacción familiar en 5 aspectos principales: adaptación, participación, ganancia o crecimiento, afecto y recursos, sin embargo para este estudio, se utilizó la propuesta de Arias (1994), quien añade dos preguntas al instrumento, las cuales son: 1. Estoy satisfecho con el soporte que recibo de mis amigos (as), y 2. ¿Tiene usted algún amigo (a) cercano (a) a quien pueda buscar cuando necesita ayuda?, en las que evidencia la necesidad de las relaciones de amistad como forma de apoyo social para que la persona pueda lograr un equilibrio psicosocial entre estresores y recursos. La sumatoria de ambas preguntas tiene un rango de respuesta de 0 a 8 puntos. Sí se mantiene la lógica del instrumento, un menor puntaje indicará mayor disfunción familiar.

Con base a esta información, los resultados obtenidos con esta población fueron una media de 6 puntos, lo que implicaría una disfunción leve en las relaciones de amistad. Sin embargo, el 61.5% de la población presenta una buena función en las relaciones de amistad, mientras que 38.5% se concentra entre disfunción leve, moderada y severa. Este aspecto es muy importante, pues al ser la adolescencia una etapa de cambios existe una necesidad de contacto

y cercanía con amigas (os) y 4 de cada 10 estudiantes considera que estas relaciones y el apoyo que les brindan, no son satisfactorios.

### **2.4.2.3 Caracterización de las familias**

De acuerdo con la matriz de conceptos micro de las familias, en cuanto a estructura familiar se encontró que el número de hijos (as) va de 1 a 6 y sus edades se encuentran entre 1 y 30 años, la mayoría se concentran entre los 13 y 18, conformando así familias con hijos adolescentes, mayormente.

La mayoría de adolescentes viven con su papá, mamá y hermano (s) o hermana (s), conformando de esa forma, familiares nucleares biparentales.

Respecto a la dimensión de relaciones familiares, se encontró en los conceptos base:

- Comunicación, que las y los adolescentes refieren que la forma de resolución de conflictos principalmente se realiza por padres y madres de forma autoritaria, dejando como segunda estrategia la comunicación.

Respecto a la confianza para hablar de los intereses de las y los adolescentes, principalmente se acude a la madre o a algún hermano o hermana dentro de la familia. De igual forma, cuando experimentan algún problema, la mayoría acude a su madre o hermanos (as), mientras que otros no acuden con nadie o sí es problemas escolares lo hacen con la madre y sí es problemas con otras chicas acuden a su padre (adolescentes hombres).

En cuanto al consumo de alcohol, la mayoría de padres y madres saben que sus hijos consumen alcohol, sin embargo, mayormente no es un consumo permitido, aunque existen casos en los que padres y madres consumen y fomentan el consumo de sus hijos (as) en compañía de ellos (as) mismos (as).

- Toma de decisiones. En este caso, son los padres y madres quiénes toman todas las decisiones en el hogar y la familia, empero en ocasiones se escucha a los jóvenes, sin que su opinión tenga impacto en las decisiones que se toman.
- Violencia. En relación con la definición de violencia, fue definida como cualquier acción física o verbal que llegue a herir a otra persona en cualquier aspecto, que puede ser a propósito o no y que puede implicar hacer que alguien haga algo sin su consentimiento.

Respecto a la presencia de violencia en el ámbito escolar, la han presenciado o ejercido de forma física y psicológica, mientras que, en sus familias, fueron reconocidas la presencia de violencia física, verbal y psicológica, tanto por parte de sus padres y madres, como de otros familiares. En uno de los casos una adolescente relacionó la violencia ejercida por su padre con el consumo de alcohol.

- Convivencia. En esta área no existen actividades programadas que se realicen con la familia. De forma no establecida ni calendarizada, dos adolescentes refirieron que a veces realizaban actividades con toda su familia, una de ellas veía un programa de televisión con su madre, mientras que el segundo adolescente mencionó que a veces su papá los lleva al cine, a comprar ropa o al parque, pero no hay fechas específicas para estas actividades.
- Valores. Los valores que consideran que sus padres y madres les han inculcado son respeto, tolerancia, responsabilidad y la relación de estos con el consumo de alcohol, radica en la importancia de respetarse a sí mismos (as) para poder tener conductas de autocuidado y/o no tener un consumo excesivo de alcohol, además que el auto respeto posibilita respetar a los demás, sean consumidores de alcohol o no y aprender a tolerar ese consumo, sin permitir que la violencia se exprese durante ese consumo. Aunado a ello, la responsabilidad les permite asumir las consecuencias que el consumo de bebidas alcohólicas pueda generar.

#### **2.4.2.4 Principales problemas en las familias**

Entre los principales problemas encontrados en las familias, se presenta la toma de decisiones de padres y madres, en la cual no tienen participación las y los adolescentes. En este sentido, el problema es generacional, puesto que las decisiones sólo son tomadas por personas adultas, las cuales en el mayor de los casos no escuchan las opiniones de los adolescentes y cuando si lo hacen, no es con el objetivo de tomarles en cuenta.

La toma de decisiones tiene como eje central dentro de la democratización familiar, la conversación, puesto que de acuerdo con Schmukler (2010): “se plantea como una herramienta para la convivencia y la solución de conflictos de forma pacífica. (...) Nos

permite establecer maneras de comunicación que propicien acuerdos y prácticas para el bienestar de cada persona y del conjunto familiar” (p.13).

Debido a la falta de una conversación que propicie la escucha de opiniones y permita que se llegue a acuerdos que sean más acordes a los intereses de cada integrante de la familia, las familias de estos adolescentes no tienen prácticas de bienestar, de convivencia o de resolución pacífica de los conflictos.

Este aspecto de toma de decisiones se ve influenciado por las relaciones asimétricas, que de acuerdo con Calveiro (2005), implican: “distribución desigual de los recursos y de los tiempos, la distinta participación en la toma de decisiones y el reconocimiento social diferenciado para las actividades de uno y otro” (p.23). En este sentido, las decisiones son tomadas únicamente por las personas adultas en el ámbito familiar, sin permitir que las y los adolescentes puedan ser reconocidos como personas críticas, para poder opinar.

Además, la toma de decisiones permite el desarrollo de la autonomía, que es un aspecto básico en la adolescencia, puesto que posibilita actuar en función de los intereses propios, a través de diferentes estrategias de resolución de conflictos que cuando no se practican, es difícil lograr adquirirlas.

Al respecto, Oliveira y García (2004), mencionan que la autonomía hace alusión a la independencia personal o grupal y a la actuación según intereses propios (p.148). Allí se encuentra la importancia de la participación de todos los integrantes de la familia.

Respecto a los derechos humanos, considerando que de acuerdo con Schmukler y Alonso (2010) implican: “el respeto de la diferencia, (...) reconocer el derecho de los miembros de la familia a ser iguales, sin agredir o abusar de sus diferencias (...), eliminando cualquier tipo de violencia” (p.54).

La presencia de relaciones desiguales e inequitativas en el ámbito familiar, no posibilita la participación de todos y todas e impide la eliminación de la violencia.

### 2.4.2.5 Análisis de brechas en las familias: vulnerabilidad o factores de riesgo familiar

El análisis de brechas consiste en identificar situaciones de vulnerabilidad o factores de riesgo (o violencia) en las familias, teniendo como base los indicadores de la estructura y de las relaciones familiares. Y como meta a alcanzar uno o varios componentes de la democratización familiar, incluyendo el grupo a beneficiar.

<b>MATRIZ DE ANÁLISIS DE BRECHAS</b>			
<b>Indicador o componente de la estructura y relaciones familiares</b>	<b>Vulnerabilidad o factores de riesgo familiar</b>	<b>Brechas</b>	<b>Componentes de la democratización familiar y grupo</b>
<b>Consumo permitido o no, (disciplina)</b>	El consumo de alcohol es mayormente permitido o padres y madres reconocen que sus hijos (as) consumen alcohol, aunque no se los permitan.	Respecto al consumo de alcohol existen muchas opiniones contradictorias y eso influye en la adolescencia.	Conversación Autonomía
<b>Tipos de violencia</b>	La violencia ejercida por padres y madres hacia las y los adolescentes en el ámbito familiar es física, psicológica y verbal.	La violencia es aceptada en el ámbito familiar como forma de educar y fomentar la obediencia en hijos (as).	Simetría de poder Derechos humanos Conversación
<b>Tipo de comunicación</b>	La comunicación en ocasiones se da con las madres, pero casi no se da con los padres. No se reconocen los intereses de adolescentes, ni se les considera para la toma de decisiones.	No se les toma en cuenta a las y los adolescentes debido a su edad e inexperiencia.	Conversación
<b>Valores</b>	Los valores principales que presenta la población son el respeto, tolerancia y responsabilidad. Sin embargo, su consumo de alcohol y sus límites al respecto son variados.	Los valores que padres y madres inculcan no suelen adaptarse a las experiencias que tienen sus hijos (as). No les muestran cómo se pueden adaptar a la vida cotidiana.	Conversación Autonomía

Cuadro 19: Matriz de análisis de brechas (Elaboración propia).

## 2.5 Árbol de problemas

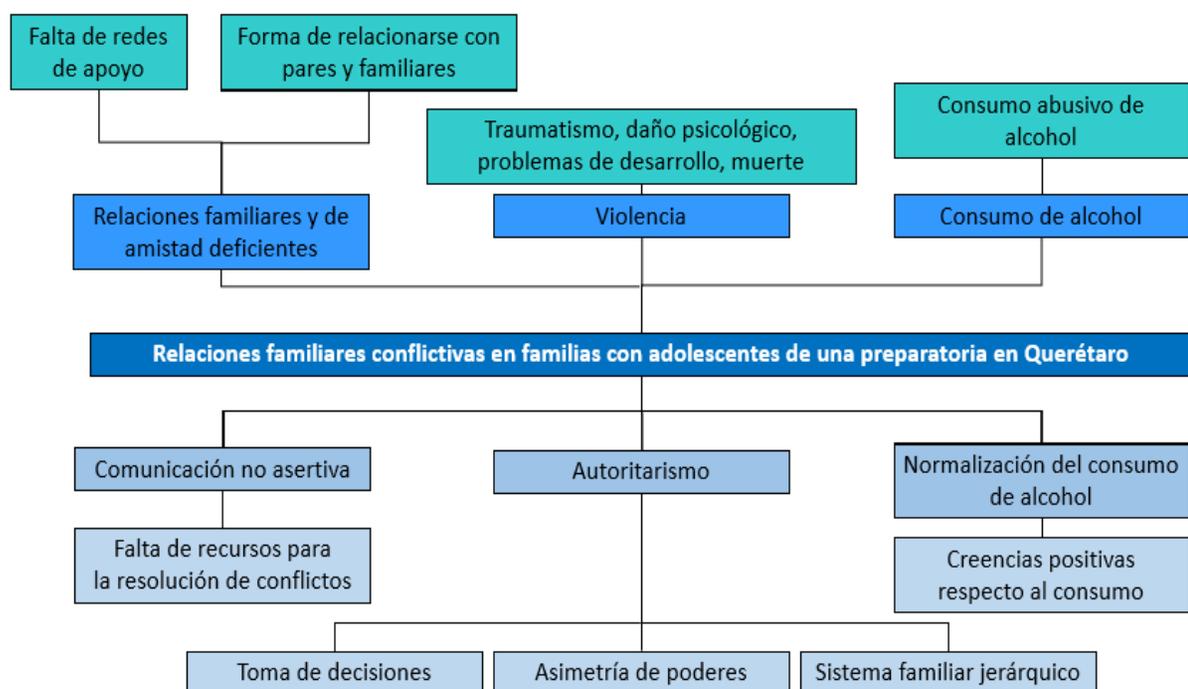


Figura 1: Conflictos en algunas familias de los adolescentes de una preparatoria en Querétaro

<b>Descripción del problema a intervenir</b>
<p>De acuerdo con la información obtenida a partir del diagnóstico, se encontró que las familias de las y los adolescentes participantes presentan una baja percepción de la función familiar y del grado de satisfacción familiar, lo que se relaciona con la toma de decisiones en la familia en situaciones comunes y de conflicto, los recursos con los que cuentan para resolver las diversas situaciones, el afecto entre miembros de la familia y el desarrollo individual y familiar a partir del apoyo de la familia. Entre las causas principales se encuentran la comunicación no asertiva, el autoritarismo y la normalización sobre el consumo de alcohol, las cuales generan y condicionan algunos conflictos como relaciones familiares y de amistad deficientes, algún daño psicológico, e incluso un consumo abusivo de alcohol.</p>

### **III. ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN**

#### **3.1 Diseño del proyecto**

La democratización familiar es el eje nodal de la intervención que se realizará, puesto que se pretende el objetivo del proyecto es generar en las / los estudiantes estrategias para comunicarse de forma asertiva con sus familias y sus pares, en aras de promover la mejora de sus relaciones sociales y familiares. Asimismo, se busca concientizar a las y los adolescentes sobre las consecuencias del consumo de bebidas alcohólicas durante la adolescencia, para generar un consumo responsable de alcohol para la población que ya tiene un consumo activo, de manera que las situaciones de riesgo puedan prevenirse. En el caso de la simetría de poderes, se busca promover la disminución de relaciones inequitativas y violentas.

Para el logro de los objetivos es importante la participación y concientización de la población en cuestión, de manera que se aborde tanto el género, como el aspecto generacional. La propuesta de trabajo plantea la utilización de diferentes recursos y actividades para su realización y está compuesta por los elementos presentados a continuación.

- Identificación de los beneficiarios y actores clave: Adolescentes de una preparatoria en Querétaro.
- Establecimiento de un diagnóstico de la situación problema: Baja percepción de la función familiar y bajo grado de satisfacción en las familias en las áreas de adaptación, participación, gradiente de recursos, afectividad, recursos o capacidad resolutive.
- Definición de estrategias posibles para enfrentarla y la justificación de la estrategia asumida:
  - Elaboración de dos cuadernos de trabajo: estos cuadernos incluirán información teórica para que los docentes o directivos puedan tener y brindar más información al estudiantado. Aunado a ello, podrán elegir entre diferentes técnicas para aplicarlas en el momento y espacio que consideren, para lograr un impacto en la población estudiantil.
- Establecimiento de los objetivos del proyecto:
  - Objetivo general: Mejorar las relaciones familiares en alumnos (as) de una preparatoria en Querétaro.

- **Objetivos específicos:**
  - Generar recursos personales en las y los adolescentes para lograr una comunicación asertiva.
  - Propiciar relaciones democráticas en la familia.
  - Concientizar a las familias y adolescentes sobre las consecuencias del consumo de alcohol.
- **Exposición de resultados o productos esperados**
  - Desarrollo de habilidades para lograr una comunicación asertiva.
  - Coadyuvar en la disminución de la violencia en las familias.
  - Consumo responsable de alcohol.
- **Propuesta de actividades y recursos mínimos**
  - Realización de dos cuadernos de trabajo en los que se incluyan las temáticas de comunicación asertiva, consumo responsable de alcohol y relaciones democráticas en las familias. Recursos mínimos: hojas blancas, lapiceros.
  - Re-aplicación de instrumentos para medir el impacto de la estrategia educativa mediante la verificación de la aplicación de los cuadernos de trabajo, test para identificar función familiar y consumo de alcohol (APGAR familiar, Audit 10). Recursos mínimos: Hojas con los instrumentos, lapiceros.

#### 8. Factores externos que garantizan su factibilidad

- Al ser el producto dos cuadernos de trabajo, se pretende que el proyecto sea autosustentable, de manera que la institución educativa podrá aplicarlo libremente en el momento que lo considere y cuando se adecue a sus tiempos y espacios.

#### 9. Definición de indicadores para realizar el seguimiento y verificación de los resultados que se obtienen, tanto durante el proceso como al término del mismo.

- Conocimiento de factores de riesgo del consumo de alcohol
- Satisfacción familiar
- Efectos de la comunicación asertiva

### 3.1.1 Justificación del proyecto

#### JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

El consumo de alcohol en adolescentes es una problemática que ha ido en aumento y que tiene consecuencias muy graves en el desarrollo de éstos. A pesar de las leyes que prohíben la venta de bebidas alcohólicas a menores de edad, en la realidad estas leyes no impiden el consumo por parte de menores.

Esta situación se relaciona con las relaciones familiares y de amistad, en el primer caso porque es a partir de la familia que se consolidan las creencias, expectativas y niveles de riesgo que se reconocen por parte de las y los adolescentes. Es por ello que las familias ejercen una gran influencia en este sentido, e incluso posibilitan el acceso a las bebidas alcohólicas o lo restringen, además de brindar conocimiento de las consecuencias que genera dicho consumo. Aquí es posible reconocer tanto el aspecto generacional, como el de género.

En cuanto a las relaciones de amistad, se vuelve importante el contacto con otras personas, además de la creación de una red de apoyo, para las situaciones en las que adolescentes puedan necesitar de alguien para hablar, recibir un consejo, apoyo, etc.

### 3.1.2 Objetivos

#### 3.1.2.1 Objetivo general

Mejorar las relaciones familiares en alumnos (as) de una preparatoria en Querétaro a través de la democratización familiar.

#### 3.1.2.2 Objetivos específicos

- Generar recursos personales en las y los adolescentes para lograr una comunicación asertiva.
- Propiciar relaciones democráticas en la familia.
- Concientizar a las familias y adolescentes sobre las consecuencias del consumo de alcohol.

### 3.1.2.3 Árbol de Objetivos

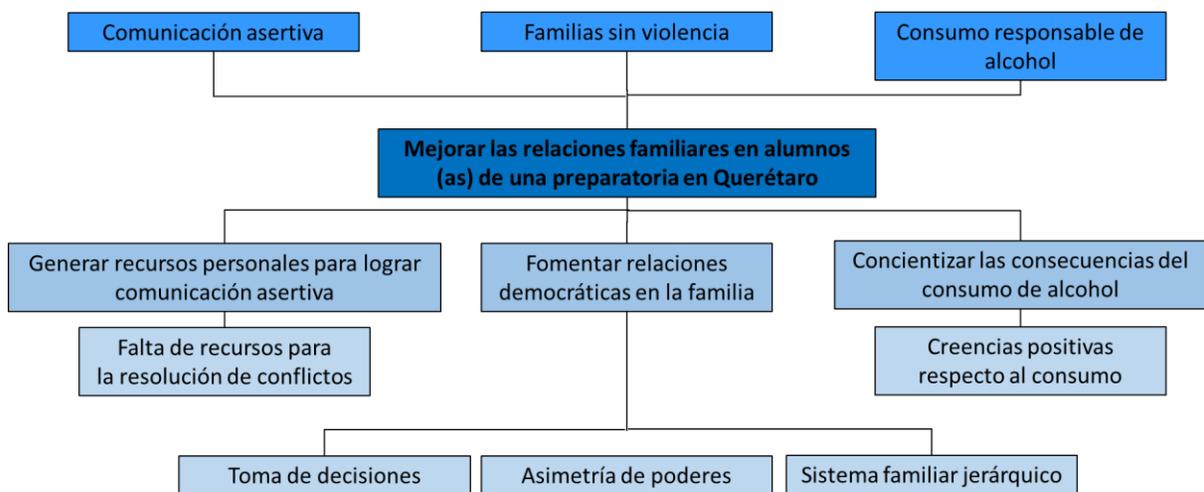


Figura 2: Árbol de objetivos

## 3.2 Estructura del proyecto

Respecto a la estructura del proyecto, se presenta a continuación un modelo que da cuenta del trabajo que se pretende realizar, de forma que la transversalización del enfoque de democratización familiar, tanto con sus perspectivas de género y generacional, se encuentran incluidas para el logro de los objetivos planteados.

### 3.2.1 Elementos de la estructura del proyecto

1) Determinación de la cobertura. El lugar donde se realizará será en la preparatoria norte de la UAQ en Querétaro; la muestra son adolescentes que consumen bebidas alcohólicas de 2º, 4º y 6º semestre; hombres y mujeres de 15 a 19 años de edad; la duración de realización será de 9 sesiones.

2) Recursos. Los recursos con los que se cuentan son el caso de los recursos humanos, la investigadora, mientras que, para el caso de recursos materiales, se requieren al menos 10 copias para el taller de profesores, 10 docentes o personal administrativo y para el taller con adolescentes se requieren 15 copias del cuaderno de trabajo que se pretende realizar, una por cada estudiante.

3) Actividades. Entre las actividades contempladas se encuentra la realización de dos cuadernos de trabajo, uno para trabajar con alumnos y otro para maestros y personal administrativo interesados en participar como facilitadores. Para ello los temas incluidos serán sobre comunicación asertiva, consumo de alcohol y sus consecuencias, así como actividades relacionadas con el fomento de relaciones democráticas en la familia. En este sentido, las actividades a realizar serán de capacitación y sensibilización con el personal administrativo y docente, utilizando los cuadernos de trabajo realizados.

4) Productos. El producto será dos cuadernos de trabajo, uno para trabajar con alumnos y otro para maestros y personal administrativo interesados en participar como facilitadores en donde se incluyan los temas de comunicación asertiva, consumo responsable de alcohol y actividades relacionadas con el fomento de las relaciones democráticas en las familias, estadísticas de los avances de los grupos (test), carta descriptiva de las actividades programadas.

5) Objetivos. (Se especificaron arriba).

6) Indicadores.

Conocimiento de factores de riesgo del consumo de alcohol.

- Satisfacción familiar.
- Efectos de la comunicación asertiva (uso de estrategias y técnicas).

7) Supuestos o factores externos.

7.1 Factores externos del Objetivo General

Disposición de la comunidad estudiantil para aplicar las estrategias para mejorar la comunicación, en el ámbito familiar.

7.2 Factores externos de los Objetivos Específicos

- Disposición de la comunidad estudiantil para participar en las actividades e implementar técnicas para lograr una comunicación asertiva.
- Disposición para promover relaciones más democráticas en las familias.

- Concientizar a las familias y adolescentes sobre las consecuencias del consumo de alcohol.

### 7.3 Factores externos de los Resultados o Productos

Para lograr que las actividades presentadas en los cuadernos de trabajo tengan impacto en los objetivos propuestos anteriormente, es necesario que exista un espacio para la difusión de la información contenida en dichos cuadernos, así como la aplicación de las técnicas que allí se presentarán. De manera que es necesaria la disposición de las y los estudiantes para participar y de la institución para promover la puesta en acción de estas actividades.

### 7.4 Factores externos de las Actividades

- Disposición en cuanto a la aplicación de actividades y difusión de información por parte de la escuela.
- Disponibilidad de espacios y facilitadores (as) que guíen las actividades.
- Participación de estudiantes en las actividades.

### 3.2.2 Ruta crítica del proyecto

#### PASO 1

**Objetivo General:** Mejorar las relaciones familiares de alumnos (as) de una preparatoria en Querétaro.

**Indicadores:** Incrementar la satisfacción familiar percibida por adolescentes de la preparatoria participante en el estudio en un 20%, en un lapso de 6 meses, para lograr un 70% de satisfacción en familiar.

**Medios de verificación:** Lista de asistencia (Anexo 5), carta descriptiva (Anexo 6) y re-aplicación de APGAR familiar.

**Factores externos:** Disposición de la escuela para brindar un espacio para trabajar en las diferentes sesiones; disposición del alumnado para participar en las actividades y de sus familias para aceptar la participación de sus hijos (as) en el hogar a partir de las estrategias aprendidas.

#### PASO 2

**Objetivo específico:** Generar recursos personales en el/la estudiante para lograr comunicación asertiva.

**Indicadores:** Número de participantes en las actividades propuestas; Estrategias propuestas por la comunidad estudiantil para mejorar y aplicar la comunicación asertiva en un lapso de 2 meses.

**Medios de verificación:** Lista de asistencia, carta descriptiva (Anexo 7), fotografías, inventario de asertividad (Anexo 8).

**Factores externos:** Realización de actividades y difusión de la información en forma periódica.

**Responsable (s):** Coordinadora de actividades/talleres, preferentemente Especialista en familias y prevención de la violencia.

**Duración:** Sesiones de 1 hora cada semana, durante 3 semanas.

<b>Objetivo específico:</b> Fomentar relaciones democráticas en la familia.
<b>Indicadores:</b> Número de participantes en las actividades propuestas; Carta descriptiva (Anexo 9).
<b>Medios de verificación:</b> Re-aplicación del APGAR familiar.
<b>Factores externos:</b> Cooperación y apertura de padres y madres de familia en la promoción de relaciones familiares más democráticas.
<b>Responsable (s):</b> Coordinadora de actividades/talleres, preferentemente Especialista en familias y prevención de la violencia.
<b>Duración:</b> Sesiones de 1 hora cada semana, durante 3 semanas.

<b>Objetivo específico:</b> Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol.
<b>Indicadores:</b> Número de participantes en las actividades propuestas; Carta descriptiva (Anexo 10); Estrategias propuestas por la comunidad estudiantil para aplicar un consumo responsable de alcohol.
<b>Medios de verificación:</b> Encuestas (Anexo 11); re-aplicación de AUDIT 10; inspección visual.
<b>Factores externos:</b> Medios de comunicación que continúan proporcionando información respecto al tema, que promueve el consumo de bebidas alcohólicas.
<b>Responsable (s):</b> Coordinadora de actividades/talleres, preferentemente Especialista en familias y prevención de la violencia.
<b>Duración:</b> Sesiones de 1 hora cada semana, durante 3 semanas.

### PASO 3

<b>Objetivo específico:</b> Generar recursos personales en las y los adolescentes para lograr comunicación asertiva.			
<b>Resultados (productos)</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Factores externos</b>
Generar recursos y/o habilidades para resolver problemas. Fase 1: “Resolviendo problemas”	-Recursos y/o habilidades utilizadas para la resolución de problemas. -Número de evaluaciones, coevaluaciones y autoevaluaciones finales. -Número de estudiantes que participen en las sesiones. -Utilización de las habilidades generadas para la resolución de conflicto.	-Lista de asistencia. -Autoevaluación, coevaluación y evaluación final (Anexo 12). -Lista de casos (problemáticas hipotéticas) resueltos. -Registro fotográfico.	-Participación y asistencia del alumnado. -Disponibilidad de horario de la institución educativa. -Consentimiento para realizar registro fotográfico (Anexo 13).
<b>Responsables:</b> Facilitador (a) del proyecto, preferentemente Especialista en familias y prevención de la violencia.			
<b>Duración:</b> Sesiones de 1 hora cada semana, durante 3 semanas.			

<b>Objetivo específico:</b> Fomentar relaciones democráticas en la familia.			
<b>Resultados (productos)</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Factores externos</b>
Propiciar relaciones familiares más satisfactorias, en las que las y los adolescentes puedan expresar sus intereses y sentimientos. Fase 2: “¿Cómo relacionarme con mis padres?”.	-Satisfacción familiar. -Número de estudiantes que participen en las sesiones. -Utilización de habilidades de comunicación asertiva en la familia.	-Lista de asistencia. -Lista de casos resueltos. -Registro fotográfico. -APGAR familiar.	-Colaboración de institución para brindar espacios. -Disponibilidad de las y los adolescentes para participar.
<b>Responsables:</b> Facilitador (a) del proyecto, preferentemente Especialista en familias y prevención de la violencia.			
<b>Duración:</b> Sesiones de 1 hora cada semana, durante 3 semanas.			

<b>Objetivo específico:</b> Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol.			
<b>Resultados (productos)</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Factores externos</b>
Reconocimiento de las y los estudiantes sobre las consecuencias del consumo de alcohol. Fase 3: “¿Consumo responsable de alcohol?”.	-Uso y aplicación de estrategias generadas ante el consumo de alcohol. -Número de estudiantes participantes en las sesiones.	-Lista de asistencia. -Lista de estrategias.	-Participación y asistencia de estudiantes. -Disponibilidad de espacios para trabajar.
<b>Responsables:</b> Facilitador (a) del proyecto, Especialista en familias y prevención de la violencia o prestadores (as) de servicio de Psicología, Comunicación.			
<b>Duración:</b> Sesiones de 1 hora cada semana, durante 3 semanas.			

## PASO 4

<b>Objetivo Específico:</b> Generar recursos personales en las y los adolescentes para lograr comunicación asertiva.			
<b>Producto o resultado:</b> Generar recursos y/o habilidades para resolver problemas.			
Actividades	Indicadores	Medios de Verificación	Factores externos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Ensayar pláticas cotidianas”.</li> <li>- “Tipos de comunicación”.</li> <li>- “Las cuatro frases”. (Anexo 13)</li> </ul>	Financiamiento de recursos humanos y materiales requeridos para la implementación de las actividades,	Registro contable de la unidad ejecutora.	-Disponibilidad de espacio para realizar las actividades.
<b>Responsables:</b> Facilitador (a) del proyecto, Especialista en familias y prevención de la violencia.			
<b>Duración:</b> 1 hora y media.			

<b>Objetivo Específico:</b> Fomentar relaciones democráticas en la familia.			
<b>Producto o resultado:</b> Propiciar relaciones familiares más satisfactorias, en las que las y los adolescentes puedan expresar sus intereses y sentimientos.			
Actividades	Indicadores	Medios de Verificación	Factores externos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Camino de ciegos”.</li> <li>- “Los refranes”</li> <li>- “Llegar a acuerdos” (Anexo 14).</li> </ul>	Financiamiento del proyecto	Registro contable de la unidad ejecutora. -Notas de remisión	-Disposición de las familias para escuchar a sus hijos (as). -Disponibilidad de tiempo para organizar relaciones democráticas.
<b>Responsables:</b> Facilitador (a) del proyecto, Especialista en familias y prevención de la violencia.			
<b>Duración:</b> 1 hora y media.			

<b>Objetivo Específico:</b> Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol.			
<b>Producto o resultado:</b> Reconocimiento de las y los estudiantes sobre las consecuencias del consumo de alcohol.			
<b>Actividades</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Medios de Verificación</b>	<b>Factores externos</b>
- “Hablar sobre alcohol y alcoholismo” (Anexo 15)	Uso eficiente de recursos humanos y materiales de acuerdo con programación	-Registro contable.	-Disponibilidad de espacio para realizar las actividades.
<b>Responsables:</b> Facilitador (a) del proyecto, Especialista en familias y prevención de la violencia.			
<b>Duración:</b> 1 hora y media.			

## PASO 5: TABLA DE ACTIVIDADES

Objetivo específico	<b>1. Generar recursos personales para lograr comunicación asertiva en las y los estudiantes.</b>		
Actividades	“Ensayar pláticas cotidianas”. Ravazzola (2010).	“Tipos de comunicación”. De Keijzer y Ayala (2010).	- “Las cuatro frases”. De Keijzer et. al (2010).
Descripción de la actividad	-Se solicita a dos personas que escenifiquen una situación y en diferentes momentos se les preguntará cómo se sienten y que piensan, mientras que al resto de los participantes se les proporcionará una lista de preguntas que deberán responder. Para finalizar se identificarán los elementos de conflicto que pueden evitarse con formas asertivas de comunicación.	-Se realiza una lluvia de ideas sobre la comunicación; posteriormente se preguntan los tipos de comunicación que conocen y se analizan los elementos que favorecen la comunicación. Se brinda información sobre los tipos de comunicación y se presentan 3 situaciones a las que deberán responder usando los tipos de comunicación. Para finalizar se reflexiona sobre la importancia de las relaciones con la comunicación asertiva.	-Se realiza una lluvia de ideas sobre el conflicto. Luego se forman parejas, se pide que piensen en una situación de conflicto y que la representen. Posterior a eso se explica un modelo de solución de conflictos, se retoma la situación de conflicto y se solicita que lo resuelvan usando el modelo presentado. Para finalizar se realiza una reflexión sobre el conflicto.
Resultados o productos de la actividad	-Evidencias de las actividades elaboradas por los participantes.	-Lista de ideas sobre la comunicación.	-Lista de ideas sobre el conflicto.
Medios de verificación	-Lista de asistencia -Carta descriptiva -Registro fotográfico -Cuestionario	-Lista de asistencia -Carta descriptiva -Registro fotográfico -Cuestionario	-Lista de asistencia -Carta descriptiva -Registro fotográfico -Cuestionario

Objetivo específico	<b>2. Fomentar relaciones democráticas en las familias de las y los estudiantes.</b>		
Actividades	- “Camino de ciegos”. De Keijzer (2010).	- “Los refranes”. De Keijzer (2010).	- “Llegar a acuerdos”. Ravazzola (2010).
Descripción de la actividad	-Se forma un grupo de 5 personas que integrará una “familia”. Se indica que tendrán que seguir las indicaciones de uno de los miembros que lleve la coordinación y amarrados del brazo y sin hablar, efectuarán un recorrido con 3 obstáculos. Sólo el padre se quitará la venda de los ojos, pero no podrá hablarles a los miembros y tendrán que sortear diferentes obstáculos. Se reflexionará sobre la comunicación efectiva y las relaciones de poder en la familia.	-Se pedirá que formen parejas y que inventen uno o dos refranes sobre el tema de la actividad y que elijan el mejor. Se invitará a las personas a comunicarse qué sucedió mientras tomaron la decisión y para ello se propondrá una guía de preguntas. En plenaria se comentará lo aprendido.	-Se propone la representación de una escena y se pide que se propongan resoluciones democráticas.
Resultados o productos de la actividad	-Lista de refranes. -Fotografías	-Fotografías -Guía de preguntas contestadas	-Fotografías
Medios de verificación	-Lista de asistencia -Carta descriptiva -Fotografías		

Objetivo específico	<b>3. Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol en las y los estudiantes.</b>
Actividades	- “Hablando sobre alcohol y alcoholismo”. De Keijzer (2010).
Descripción de la actividad	-Sentados en círculo, se coloca una serie de tarjetas al centro, con frases relativas al consumo de alcohol y se inicia lanzando la pelota a cualquier persona del grupo solicitándole que tome una de las tarjetas, la lea en voz alta y comente la frase leída. Se anotan comentarios y en cada caso se pregunta al grupo: ¿ustedes qué piensan? Después de la reflexión, quien leyó la frase lanza la pelota a otra persona del grupo y se continúa de la misma manera.
Resultados o productos de la actividad	-Comentarios de las principales ideas sobre el consumo de alcohol. -Listas de principales efectos del consumo de alcohol
Medios de verificación	-Lista de asistencia -Carta descriptiva -Hoja de comentarios principales. -Fotografías

Cuadro 34: Paso 5. Tabla de actividades 2. (Elaboración propia).

## RESUMEN

LA ESTRUCTURA DEL MARCO LÓGICO			
Descripción	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	SUPUESTOS O FACTORES EXTERNOS
FIN (OBJETIVO GENERAL): <b>Mejorar las relaciones familiares en alumnos (as) de una preparatoria en Querétaro.</b>	Disminución en un 20% de la insatisfacción familiar percibida por adolescentes de la preparatoria participante en el estudio, en un lapso de 6 meses, de manera que el 70 % de la población participante presente una alta satisfacción en el funcionamiento familiar.	-Carta descriptiva -Lista de asistencia -Apgar familiar	Disposición de la escuela para brindar un espacio para trabajar en las diferentes sesiones; disposición del alumnado para participar en las actividades y de sus familias para aceptar la participación de sus hijos (as) en el hogar a partir de las estrategias aprendidas.
PROPÓSITO: -Generar recursos personales en las y los adolescentes para lograr comunicación asertiva. -Fomentar relaciones democráticas en la familia. - Concientizar a las y los adolescentes sobre las consecuencias del consumo de alcohol.	-Recursos y/o habilidades utilizadas para la resolución de problemas. -Número de evaluaciones iniciales y finales. -Número de estudiantes que participen en las sesiones. -Utilización de estrategias para la resolución de conflicto.	-Lista de asistencia. -Evaluación y evaluación final. -Lista de casos (problemáticas hipotéticas) resueltos. -Registro fotográfico.	-Participación y asistencia del alumnado. -Disponibilidad de horario y espacio (salón) de la institución educativa. -Consentimiento para realizar registro fotográfico.
COMPONENTES -Cuaderno de trabajo para docentes. -Cuaderno de trabajo para alumnos.	Aplicación de la comunicación asertiva por parte de los (las) adolescentes. Aumento en la percepción de satisfacción familiar. Consumo responsable de alcohol.	-Asistencia e informe de la revisión realizada cada 6 meses de la aplicación del cuadernillo. -APGAR FAMILIAR. -AUDIT 10.	-Disposición del alumnado de responder los instrumentos. -Espacios en la agenda de la institución para realizar la evaluación.
ACTIVIDADES  <b>Fase 1: “Resolviendo problemas” Fase 2: “¿Cómo relacionarme con mis padres?”.</b> <b>Fase 3: “Consumo responsable de alcohol”.</b>	-Número de participantes asistentes -Propuestas por la comunidad estudiantil para mejorar y aplicar la comunicación asertiva. -Propuestas elaboradas por los estudiantes no tomar o tener un consumo responsable de alcohol.	-Lista de asistencia Carta descriptiva. Evidencia de propuestas desarrolladas en el curso para mejorar la comunicación y fomentar el consumo responsable Fotografías	-Disponibilidad de espacios para trabajar los cuadernos de trabajo. -Disposición del personal administrativo y docente para trabajar.

### 3.3 Metas del proyecto

Las metas en función de los objetivos general y específicos se presentan en el siguiente cuadro.

<b>METAS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>
1.1 Generar un espacio de reflexión y reconocimiento del tipo de comunicación que emplean las y los adolescentes para que logren crear estrategias para el uso de la comunicación asertiva, logrando un incremento del 20% en la población, en un periodo de 2 meses.	Objetivo 1 Generar recursos personales para lograr comunicación asertiva.
2.1 Incrementar en un 20% de la percepción de satisfacción familiar en las y los adolescentes, a partir de la reflexión de los roles y estereotipos de género, para lograr un 70% de satisfacción familiar, en 3 meses.	Objetivo 2 Fomentar relaciones democráticas en la familia.
3.1 Generar un espacio de reflexión en torno a las consecuencias del consumo de alcohol que permita generar propuestas para tener un consumo de alcohol responsable menor al 20% en la población, en 2 meses.	Objetivo 3 Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol.

### 3.4 Indicadores de efectos del proyecto

#### MATRIZ DE INDICADORES DE EFECTOS DEL PROYECTO

<b>INDICADOR CON ENFOQUE DE DEMOCRATIZACIÓN FAMILIAR</b>	<b>GÉNERO</b>	<b>GENERACIONAL</b>
Promover la comunicación asertiva como estrategia para mejorar la participación de las y los adolescentes en las familias y lograr relaciones de género simétricas.	Relaciones familiares igualitarias, que permitan que tanto hombres como mujeres se expresen abiertamente y puedan ser escuchados.	Aumentar las probabilidades de que hijas e hijos puedan comunicarse asertivamente con sus padres y madres.
Fomentar la autonomía en las familias, con el objetivo de contribuir a una mejor toma de decisiones familiares.	Toma de decisiones compartidas tanto por hombres como por mujeres.	Participación en la toma de decisiones independiente de la cuestión generacional entre padres e hijos (as).

### 3.5 Criterios de valoración del proyecto

MATRIZ DE CRITERIOS DE VIABILIDAD SOCIAL				
CRITERIOS DE VIABILIDAD SOCIAL	CRITERIOS DE PERTINENCIA	CRITERIOS DE PARTICIPACIÓN	CRITERIOS DE EFICACIA	CRITERIOS DE EFICIENCIA
La factibilidad del proyecto radica en generar estrategias que mejoren la comunicación en las familias y que esto tenga impacto en el consumo de bebidas alcohólicas de las y los adolescentes, en las líneas de género y generacional.	En la preparatoria se identificó: -Violencia en la familia. -Reproducción de roles y estereotipos. -Baja percepción de la satisfacción familiar y en las redes de apoyo. -Comunicación no asertiva.	-Existe un gran interés por parte de la institución educativa para abordar la temática de consumo de alcohol en estudiantes. -Entre el alumnado existe preocupación sobre el consumo de alcohol y el tema de la comunicación.	-El planteamiento de objetivos, metas y actividades se diseñó en función de las necesidades detectadas en el diagnóstico realizado con la población a intervenir.	-Desde la perspectiva de la democratización familiar, se trata de abordar el consumo de alcohol por parte de adolescentes, a través de los ejes de conversación y simetría de poderes, por lo que se espera una disminución de consumo de riesgo.

### 3.6 Sostenibilidad del proyecto

Para lograr la sostenibilidad del proyecto se presenta la siguiente matriz en donde se mencionan las opciones y su descripción.

<b>MATRIZ DE SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO</b>	
<b>OPCIONES Y MEDIDAS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
<b>Capacitación</b>	Se realizará una capacitación al personal de la escuela (maestros (as), directivos (as), personal administrativo), para mostrar la forma de aplicación del cuaderno de trabajo, así como las fuentes de información a las que puedan acudir en caso de requerir información complementaria.
<b>Elaboración del cuaderno de trabajo</b>	Se elaborará el cuaderno de trabajo con los temas ya mencionados, de manera que se especifiquen las actividades y la información teórica sea comprensible y fácil de difundir.
<b>Plan de mejora</b>	Se observarán los resultados obtenidos de la aplicación del cuaderno de trabajo, al igual que se realizará una nueva aplicación de algunos instrumentos (APGAR familiar, AUDIT 10) para conocer el impacto del cuaderno de trabajo. De manera que sea posible realizar adaptaciones que garanticen un mayor alcance e impacto en los objetivos planteados para que se pueda difundir el cuaderno de trabajo en otros espacios con adolescentes.

### 3.7 Modelo de implementación y gestión del proyecto

#### 3.7.1 Ciclo de implementación y gestión



Figura 3: Esquema del ciclo de implementación y gestión (Elaboración propia).

#### 3.7.1.2 Descripción de cada elemento que integra el ciclo

A partir de los resultados del diagnóstico y la revisión teórica, la intervención propuesta está planeada desde una perspectiva de democratización familiar que incluye las líneas de género y generacional. Se encuentra conformado por los siguientes pasos:

- **Presentación con la institución:** Los resultados del proyecto de intervención serán mostrados a la institución para dialogar sobre las acciones que se planea llevar a cabo para lograr los objetivos propuestos, con el objetivo de que sean acciones aceptadas por la institución.
- **Actividades de gestión de espacios y tiempos con la institución:** Se agendarán fechas para la ejecución de las estrategias en la institución, al igual que se delimitarán los grupos con los que se trabajará y se acordarán los espacios en que se llevarán a cabo las actividades.
- **Gestión de cursos de capacitación:** Se realizará una reunión con el personal docente y administrativo de la institución para invitarles a participar como facilitadores en las

temáticas propuestas. Se agendarán fechas para realizar las capacitaciones a las y los maestros (as) y administrativos (as) interesados en participar (preferentemente durante vacaciones).

- Preparación y capacitación del facilitador (a): Se brindará el material necesario para llevar a cabo las actividades, al igual que se realizarán algunos ejercicios para aplicar las técnicas, con la población interesada en facilitar los temas [maestros (as), personal administrativo].
- Invitación a alumnos (as): Se realizará la invitación para participar a los grupos acordados con la institución educativa.
- Implementación de actividades planeadas: Se llevarán a cabo las actividades propuestas, enfocadas a la implementación de comunicación asertiva, consumo responsable de alcohol y familias más democráticas.
- Seguimiento y evaluación: Al finalizar las actividades propuestas, se realizarán las evaluaciones correspondientes a cada objetivo y posteriormente se realiza un informe de resultados con estas evaluaciones para poder modificar las estrategias y adaptarlas aún más a la población con la que se trabajó.

### 3.7.2 Plan de gestión del proyecto

A continuación, se presentan la estructura y las actividades de gestión.

#### 3.7.2.1 Estructura organizativa

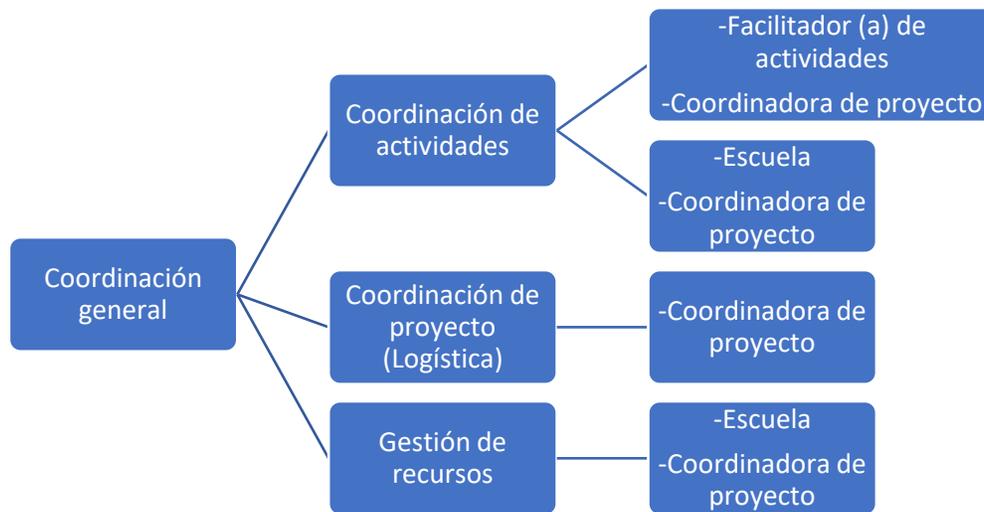


Figura 4: Estructura organizativa (elaboración propia).

### 3.7.2.2 Actividades de gestión

<b>MATRIZ DE ACTIVIDADES DE GESTIÓN</b>		
<b>ACTIVIDADES INICIALES</b>	<b>ACTIVIDADES DURANTE LA EJECUCIÓN</b>	<b>ACTIVIDADES DE CIERRE</b>
Se agendarán fechas para la ejecución de las estrategias en la institución.	Aplicación de técnicas de comunicación asertiva.	Evaluación de la aplicación de las técnicas por parte del facilitador (a) y los (as) participantes.
Delimitación de los grupos con los que se trabajará.	Aplicación de técnicas de la temática: familias más democráticas	Sistematización de resultados de todos los temas.
Ubicación de espacios en donde se llevarán a cabo las actividades.	Aplicación de técnicas del tema: consumo responsable de alcohol.	
Preparación y capacitación del facilitador (a).	Evaluaciones diagnósticas y finales para cada tema.	Evaluaciones de los objetivos (APGAR Familiar, AUDIT 10).
Invitación a alumnos (as)		Entrega de informe de resultados y cuaderno de evidencias.

### 3.7.3 Plan de Implementación

#### 3.7.3.1 Presentación de las actividades propuestas

Para desarrollar la Estrategias para mejorar la comunicación con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar, en la comunidad estudiantil, elaborarán las cartas descriptivas (Anexos 13, 14 y 15) donde se explicitarán las temáticas y actividades propuestas, las que se resumen a seguir:

- Comunicación asertiva:
  - Ensayar pláticas cotidianas: Ravazzola (2010).

- Tipos de comunicación: De Keijzer y Ayala (2010).
- Las cuatro frases, Yo veo, Yo imagino, Yo siento, Yo quiero: Keijzer (2010).
- Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol
  - Hablando sobre alcohol y alcoholismo: De Keijzer (2010).
  - Consecuencias del consumo de alcohol.
  - Roles o posturas de la familia en cuanto al consumo de alcohol. ¿Cómo solucionan los conflictos?
- Fomentar relaciones democráticas en la familia:
  - Camino de ciegos: De Keijzer (2010).
  - Los refranes: De Keijzer (2010).
  - Llegar a acuerdos: Ravazzola (2010).

Por otra parte, para las y los maestros (as) y personal administrativo que quieran participar como facilitadores, se realizará una capacitación con las mismas temáticas planteadas para los estudiantes, mostrando la forma de aplicar las técnicas sobre:

- Comunicación asertiva
- Fomentar relaciones democráticas en la familia
- Concientizar sobre las consecuencias del consumo de alcohol

### 3.7.3.2. Plan anual de trabajo (PAT)

El plan de operación del proyecto se desarrollara en 9 meses, distribuidos en las actividades proyectadas.

Objetivo específico	Actividad (es)	Recursos materiales	Responsable (s)	Cronograma
<b>Diseñar el proyecto de intervención</b>	Diseño del proyecto	-Laptop -Literatura especializada	Coordinadora de proyecto	3 meses
	Presentación a la institución	-Laptop -Proyecto de intervención impreso -Sala de reuniones	Coordinadora de proyecto	1 semana
	Gestión con la institución (grupos con los que se trabajará, espacios, tiempos)	-Sala de reuniones -Agenda	Coordinadora de proyecto. Autoridades de la institución educativa.	2 semanas
	Formación de facilitador (a)	-Laptop -Técnicas impresas -Hojas blancas -Lapiceros	Coordinadora de proyecto. Autoridades de la institución educativa. Profesores	3 meses
	Invitación a la población estudiantil	-Cartulinas -Plumones -Cinta adhesiva	Coordinadora de proyecto	1 semana
<b>Proceso A: Implementación de actividades</b>	Comunicación asertiva	-Hojas blancas -Lapiceros, lápices y plumones -Tarjetas con preguntas -Pliegos de papel bond	Coordinadora de proyecto o facilitador (a)	4 semanas
	Familias más democráticas	-Hojas blancas -Lapiceros -Mecate -Pañoletas y/o mascadas -Objetos para los obstáculos	Coordinadora de proyecto o facilitador (a)	4 semanas
	Consumo responsable de alcohol	Pelota blanda, plumones, papel para papelógrafo, tarjetas grandes con frases-afirmaciones, cinta de enmascarar.	Coordinadora de proyecto o facilitador (a)	4 semanas
<b>Proceso B: Seguimiento y evaluación</b>	Sistematización de resultados	-Laptop -Evaluaciones diagnósticas y finales	-Coordinadora de talleres -Facilitador (a)	1 mes
	Evaluación de procesos	-Laptop -Resultados sistematizados -Listas de asistencia	-Coordinadora de talleres -Facilitador (a)	3 semanas
	Elaboración y entrega de informe de resultados	-Informe de resultados -Laptop	-Coordinadora de talleres -Facilitador (a)	2 semanas

### 3.7.4 Plan de monitoreo y evaluación

<b>Jerarquía</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Información necesaria</b>	<b>Fuentes de datos</b>	<b>Métodos de recopilación de datos</b>	<b>Quién recopila</b>	<b>Frecuencia de la recopilación</b>	<b>Usuarios</b>
<b>Objetivos</b>	-Número de personas que mejoran su satisfacción familiar. -Número de personas que aplican estrategias para un consumo responsable de alcohol. -Número de personas que usan comunicación asertiva	Tipos de comunicación aplicadas. Cantidad de alcohol consumido Nivel de satisfacción familiar actual.	Cuestionarios: AUDIT 10, APGAR Familiar Listas de asistencia	Observación Cuestionarios	Coordinadora Facilitador (a)	-Evaluación inicial -Evaluación final a la intervención -Evaluación de seguimiento cada 6 meses	Alumnos (as)
<b>Productos/ resultados</b>	-Promover la comunicación asertiva -Fomentar las relaciones igualitarias -Propiciar consumo de alcohol responsable	Estrategias de comunicación Consumo de alcohol Satisfacción familiar	Listas de asistencia Cuestionarios Informes	Observación Cuestionarios Informes de las actividades programadas por cada tema	Coordinadora Facilitador (a)	Al finalizar la aplicación de los 3 módulos.  Seguimiento cada 3 meses.	Alumnos (as)
<b>Actividades</b>	Número de actividades realizadas con base en la planeación	Número de participantes/ profesores	Cartas descriptivas Lista de asistencia	Observación Cuestionarios	Coordinadora Facilitador (a)	Al terminar el proyecto	Alumnos (as)

### 3.7.5 Plan económico financiero

Actividad	Rubro	Tipo de gasto	Costo unitario	Costo total	Fuentes de financiamiento
Diseño del proyecto de intervención	-Recursos humanos -Recursos materiales	-Honorarios de la coordinadora	\$2,000/ hora	\$60,000	Público
Presentación con la institución	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería	\$200	\$200	Institución usuaria
Gestión de espacios y material	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería	\$550	\$550	Institución usuaria y recursos propios
Formación de facilitadoras (es)	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería -Cañón y bocinas -Cámara fotográfica	\$2,800	\$22,000	
Convocatoria	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería	\$2,500	\$2,500	
Aplicación de cuaderno de trabajo para facilitadores (as)	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería -Cámara fotográfica -Cañón y bocinas -Impresión de cuaderno de trabajo	\$13,000	\$13,000	
Aplicación de cuaderno de trabajo para alumnos (as)	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería -Cámara fotográfica	\$2,000/ hora (9 sesiones)	\$18,000	
Sistematización de resultados	-Recursos humanos -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora y facilitador (a)	\$5,000	\$5,000	
Evaluación de procesos	-Recursos humanos -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora y facilitador (a)	\$5,000	\$5,000	
Informe de resultados	-Recursos humanos -Recursos materiales -Viáticos	-Honorarios de la coordinadora -Papelería	\$5,200	\$5,200	
<b>TOTAL</b>				\$131,450	

### 3.7.6 Entregables

\*Ver anexos #2



**Cuaderno de trabajo para facilitadores (as) |**  
**Estrategias para mejorar la comunicación familiar**



Estrategias para mejorar la comunicación con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar

Lic. Tawny Raquel Gallegos Alor



---

CUADERNO DE TRABAJO PARA ESTUDIANTES

**ESTRATEGIAS PARA  
MEJORAR LA  
COMUNICACIÓN FAMILIAR**

Psic. Tawny Raquel Gallegos Alor

Lista de asistencia al módulo número: \_\_\_\_\_

Tema: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre del/la facilitador (a): \_\_\_\_\_

<b>No.</b>	<b>Nombre del/la alumno (a)</b>	<b>Grado y grupo</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		

### **3.7.7 Conclusión**

La propuesta presentada en este trabajo se enfocó en el consumo de alcohol en adolescentes, debido principalmente a los altos índices de consumo que existen en esta población, así como en la preocupación por el aumento progresivo a lo largo del tiempo. En este sentido, los resultados encontrados a partir del diagnóstico reflejaron que la mayoría de adolescentes que participaron en las evaluaciones ya han consumido alguna bebida alcohólica en su vida (7 de cada 10), considerando una edad de inicio de consumo entre los 14 y 15 años, que finalmente nos da un consumo de riesgo en el 10% de la población.

Algo relevante a resaltar es la influencia de los padres y las madres en el consumo de sus hijos (as) adolescentes, puesto que en el análisis cualitativo se encontró que los padres inician el acercamiento al alcohol, o en su defecto no hablan con ellos (as) sobre las consecuencias de dicho consumo, por ello es relevante abordar estas problemáticas considerando la percepción que las y los adolescentes tienen de sus familias y cómo se relacionan con ellos.

Por lo anterior, el modelo de la democratización familiar resulta de gran utilidad para el abordaje de las problemáticas que se presentaron en las familias y por ello la propuesta fue encaminada a mejorar la comunicación, ya que de acuerdo con la ECOPRED (2015) el 66.7% de los padres y las madres resuelven los conflictos con sus hijos (as) adolescentes hablando. Sin embargo, en el caso del consumo de alcohol en la adolescencia, no ha habido disminuciones y en la información obtenida de los grupos focales, los (las) adolescentes refieren que no suelen hablar con sus padres y madres, ni se sienten tomados en cuenta. Aunado a ello, han expresado haber experimentado situaciones de violencia verbal y psicológica cuando tienen algún conflicto con sus padres y madres.

La propuesta realizada es la realización de dos cuadernillos de trabajo, uno enfocado a la capacitación de personal docente y administrativo interesado en facilitar los temas, mientras que el otro es para trabajar con la población estudiantil en la mejora de la comunicación asertiva, la promoción de familias más igualitarias en donde se les reconozca como miembros importantes y en la promoción de consumo de alcohol responsable, pues el 10% de adolescentes ya cuenta con un consumo de riesgo. El objetivo final será entregar a la institución la propuesta educativa para la capacitación y sensibilización sobre consumo de alcohol y comunicación asertiva (cartas descriptivas y cuadernos de trabajo) para que sean

replicados en el futuro y se espera que pueda beneficiar no sólo a la institución, sino también a otros grupos de adolescentes en riesgo.

### 3.8 Bibliografía:

- Ahumada, C., Villar, L., Alonso, C., Armendáriz, G., y Gámez, M. (2018). Expectativas hacia el consumo de alcohol y conducta de consumo en adolescentes de nivel medio. *Health and addictions*, Vol. 18, No. 2, pp. 49-57. Recuperado de: <http://ojs.haaj.org/index.php/haaj/article/view/352>
- Alfonso, Valladares, Rodríguez, y Selín. (2017). Comunicación, cohesión y satisfacción familiar en adolescentes de la enseñanza secundaria y preuniversitaria. Cienfuegos 2014. *Medisur*, Vol. 15 (3), pp.341-349. Recuperado de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000300009)
- Ariza, M., de Oliveira, O. (2010). Desigualdades sociales y relaciones intrafamiliares en el México del siglo XXI. *Revista Latinoamericana de Población*. Año 3, número 6, pp. 71-102. Recuperado de: <http://www.alapop.org/alap/Revista/Articulos/RELAP6-art04.pdf>
- Armendáriz, G., Almanza, L., Alonso, C., Oliva, R., Alonso, C., y López, C. (2015). La historia familiar y la conducta de consumo de alcohol como factor sociocultural en el adolescente. Perspectiva de enfermería. *Aquichan*, 15 (2), 219-227. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74140060005>
- Babor, Higgins-Biddle, Saunders, y Monteiro. (2001). *Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol. Pautas para su utilización en Atención Primaria*. España: Organización Mundial de la Salud Departamento de Salud Mental y Dependencia de Sustancias.
- Bordignon, N. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2 (2), pp.50-63. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Bordieu, P. (1994). Espíritu de familia. En: Neufeld, Grimberg, Tiscornia Wallace (comps.) *Antropología social y política. Hegemonía y poder: el mundo en movimiento*. Buenos Aires. Argentina: Eudeba.
- Caballero, M. (2005), La violencia que ejercen los padres hacia sus hijos adolescentes. En Jiménez, M., *Caras de la violencia familiar*, (p.261). México: UACM y DGIyDS.

- Cadaveira, M. (2009). Alcohol y cerebro adolescente. *Adicciones*, 21, 9-14. Recuperado de: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/246>
- Calveiro, P. (2005). *Familia y poder*. Buenos aires, Argentina: Libros de la araucaria.
- CONADIC. (2011). Programa contra el alcoholismo y el abuso de bebidas alcohólicas: Actualización 2011-2012. Recuperado de [http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/publicaciones/abuso\\_de\\_bebidas.pdf](http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/publicaciones/abuso_de_bebidas.pdf)
- CONADIC. (2009). Norma Oficial Mexicana NOM-028-SSA2-2009 Para la prevención, tratamiento y control de las adicciones. Recuperado de: [http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/norma\\_oficial\\_nom.pdf](http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/norma_oficial_nom.pdf)
- Corrales, P., Quijano, L. y Góngora, C. (2017). EMPATÍA, COMUNICACIÓN ASERTIVA Y SEGUIMIENTO DE NORMAS. UN PROGRAMA PARA DESARROLLAR HABILIDADES PARA LA VIDA. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22 (1), 58-65. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161005>
- De Keijzer y Ayala (2010). *Hombres participando en la democratización de las familias*. México: Instituto Mora.
- Democracia Familiar y Social A.C. (2008). *Manual para la prevención de la violencia familiar*. México, DF: Fundación W.K. Kellogg.
- Di Marco, G., Altschul, M., Brener, A., Méndez, S. (2005). *Democratización de las familias, guía de recursos para talleres*. Buenos Aires, Argentina: UNICEF.
- Echarri, C. (2009). Estructura y composición de los hogares en la Endifam. En *Tramas familiares en el México contemporáneo*. Una perspectiva sociodemográfica (pp.143-178). México: El colegio de México.
- Esteinou, R. (2008). *La familia nuclear en México: lecturas de su modernidad. Siglos XVI al XX*. México: CIESAS.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2011). *La adolescencia. Una época de oportunidades*. Bolivia: UNICEF.

- García, B. y De Oliveira, O. (2006), *Las familias en el México metropolitano: visiones femeninas y masculinas*. México: El Colegio de México.
- García, B., y Oliveira, O. (2004). Trabajo extra doméstico femenino y relaciones de género: una nueva mirada. *Estudios Demográficos y Urbanos*, Vol. (55), 145-180. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31205504>
- Gasteiz, V. (2007). *Estudio documental sobre drogas y violencia de género*. España: Publicaciones del gobierno Vasco.
- Grimberg, M., Neufeld, M., y Tiscornia, S. (1999). *Antropología social y política: hegemonía y poder: el mundo en movimiento*. Buenos aires, Argentina: Eudeba.
- Hernández, C., Zamora, M., Gallegos, T., Garza, G., Castruita, S., y Palomé, V. (2015). Capítulo XX Pros, Contras, Resiliencia y Motivaciones: Un Modelo Predictivo para el Consumo de Alcohol y Tabaco en Jóvenes de Preparatoria. Un estudio Multirregional: el caso de Querétaro, Querétaro. En López, G., Alonso, C., Guzmán, F., Alonso, C. y Rodríguez, A. *Experiencias de investigación de la red mexicana de facultades y escuelas de enfermería: predicción del consumo de alcohol y tabaco en jóvenes de preparatoria* (pp.369-371). Nuevo León, México: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Hernández, R., Magro, S., y Cuéllar, O. (2014). El maltrato psicológico. Causas, consecuencias y criterios jurisprudenciales. El problema probatorio. Recuperado de [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/46929/1/2014\\_Hernandez-Ramos\\_et\\_al\\_Aequitas.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/46929/1/2014_Hernandez-Ramos_et_al_Aequitas.pdf)
- INEGI. (2015). Encuesta de Cohesión Social para la Prevención de la Violencia y la Delincuencia (ECOPRED) 2014. Recuperado de [http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/ecopred/2014/doc/ecopred14\\_presentacion\\_ejecutiva.pdf](http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/ecopred/2014/doc/ecopred14_presentacion_ejecutiva.pdf)
- INEGI. (2015). Encuesta intercensal. Recuperado de [http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/intercensal/2015/doc/eic\\_2015\\_presentacion.pdf](http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/intercensal/2015/doc/eic_2015_presentacion.pdf)

- INEGI. (2017). Encuesta Nacional de los Hogares 2017. Recuperado de <https://www.inegi.org.mx/programas/enh/2017/>
- INEGI. (2017). RESULTADOS DE LA ENCUESTA NACIONAL SOBRE LA DINÁMICA DE LAS RELACIONES EN LOS HOGARES (ENDIREH) 2016. Recuperado de: [http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/endireh/2016/doc/endireh2016\\_presentacion\\_ejecutiva.pdf](http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/endireh/2016/doc/endireh2016_presentacion_ejecutiva.pdf)
- INEGI. (2017). “Estadísticas a propósito del día de muertos” (2 de Noviembre). Datos nacionales. Recuperado de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2017/muertos2017\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2017/muertos2017_Nal.pdf)
- Krug, E., Dahlberg, L., Mercy, J., Zwi, A., y Lozano, R. (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington, D. C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Lagarde, M. (1996). La perspectiva de género. En Género y feminismo. Horas y HORAS (Ed.), *Desarrollo humano y democracia*, (pp. 2-3). España: horas y HORAS.
- Lamas, M. (2000). El género. *La construcción cultural de la diferencia sexual*. México: Grupo Editorial Miguel Ángel. Porrúa.
- Lerma, C., Steinebach, P., Carvajal, F., Ulloa, V., Cid, P., y Langer, A. (2015). Factores de riesgo asociados al consumo problemático de alcohol en la adolescencia: El rol preventivo de mindfulness. Recuperado de <http://midap.org/wp-content/uploads/2015/04/Factores-de-riesgo-asociados-al-consumo-problem%C3%A1tico-de-alcohol-en-la-adolescencia.pdf>
- Martín, C. (2008). *Antropología del género. Culturas, mitos y estereotipos sexuales*. Ediciones cátedra: España.
- Martínez, C. (2005). *Drogas y conductas de riesgo en Adolescentes en el Estado de Querétaro. ¿Qué hacer?* Querétaro, México: Universidad Autónoma de Querétaro.
- Morales, Cabrera, Pérez, y Amaro, (2015). El consumo de alcohol en adolescentes de una secundaria de Ciudad Nezahualcóyotl. Frecuencia y características sociales.

- VERTIENTES Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, 18 (1), pp. 8-15.  
Recuperado de  
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/view/51727>
- Moratto, N., Zapata, J. y Messenger, T. (2015). Conceptualización de ciclo vital familiar: una mirada a la producción durante el periodo comprendido entre los años 2002 a 2015. *Revista CES Psicología*, Vol. 8 (2), pp.103-121. Recuperado de  
<http://www.redalyc.org/pdf/4235/423542417006.pdf>
- Olivares, J., Charro, B., Prieto, Ú., y Meneses, F. (2018). ESTRUCTURA FAMILIAR Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ADOLESCENTES. *Salud y drogas*, Vol. 18, No.1, p.109. Recuperado de  
[https://www.researchgate.net/publication/322868344\\_Estructura\\_familiar\\_y\\_consumo\\_de\\_alcohol\\_en\\_adolescentes](https://www.researchgate.net/publication/322868344_Estructura_familiar_y_consumo_de_alcohol_en_adolescentes)
- Organización Mundial de la Salud. (s/n). Desarrollo en la adolescencia. Septiembre 2018, de Organización Mundial de la Salud (OMS) Sitio web:  
[http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
- Organización Mundial de la Salud. (2008). *Glosario de términos de alcohol y drogas*. Madrid, España: Ministerio de sanidad y consumo.
- Organización Mundial de la Salud. (2003). Violencia. Septiembre 2018, de Organización Mundial de la Salud (OMS) Sitio web: <http://www.who.int/topics/violence/es/>
- Palacios, P. (2009). Hogar, género y prácticas alimentarias. En *Una visión polisémica de la mujer en Querétaro* (pp.194-203). Querétaro: Plaza y Valdés.
- Rathus. (s/f). Test de asertividad de Rathus, ¿Cuán asertivo soy? Recuperado de  
<https://uvhm.edu.mx/psicologia/inicio/wp-content/uploads/2015/01/Test-sobre-asertividad.pdf>
- Ravazzola, M. (2010). *Hacia la democratización familiar en México*. México: Instituto Mora.

- Rosales, C., Garrido, P., y Carrillo, P. (2017). Funcionalidad familiar y afrontamiento en pacientes con incapacidad permanente en una Unidad Médica Familiar. *Horizonte sanitario*. Vol. 16, no. 2. Doi: <http://dx.doi.org/10.19136/hs.v16i2.1592>
- Romero, M. (2017). Estado, líder en consumo de alcohol entre menores. *El universal Querétaro*. Recuperado de <http://www.eluniversalqueretaro.mx/sociedad/13-04-2017/estado-lider-en-consumo-de-alcohol-entre-menores>
- Sanmartín, J. (2007). ¿Qué es la violencia? Una aproximación al concepto y a la clasificación de la violencia. *Revista de Filosofía*, (42), 9-22. Recuperado de <https://revistas.um.es/daimon/article/view/95881>
- Secretaría de Salud. (2016). Aumenta el consumo de alcohol entre jóvenes. Recuperado de: <https://www.gob.mx/salud/articulos/aumenta-el-consumo-de-alcohol-entre-jovenes>
- Schmukler, B. (2013). Democratización familiar como enfoque de prevención de violencia de género: experiencias en México. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, (5), 207-208. Recuperado de [http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef5\\_11.pdf](http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef5_11.pdf)
- Schmukler, B. y Alonso, X. (2009). *Democratización familiar en México: experiencias de un proyecto de prevención de violencia familiar*. México: Instituto Mora.
- Schmukler, B., y Alonso, X. (2010). *Niñas y niños hacia la democratización familiar en México*. México: Instituto Mora.
- Suárez, C., y Alcalá, E. (2014). APGAR FAMILIAR: UNA HERRAMIENTA PARA DETECTAR DISFUNCIÓN FAMILIAR. *Rev. Med. La paz*, 20 (1); Enero-Junio 2014. Recuperado de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-89582014000100010](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582014000100010)
- Tapia, P., Villalobos, M., Valera, M., Cadena, A., Ramírez, E., Guzmán, V., Maldonado, B., y Ortiz, P. (2016). *Adicciones en el adolescente. Prevención y atención desde un enfoque holístico*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Villatoro, V., Reséndiz, E., Mujica, S., Bretón, C., Cañas, M., Soto, H., Fregoso, I., Fleiz, B., Medina, M., Gutiérrez, R., Franco, N., Romero, M., y Mendoza, A. (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017. Reporte de alcohol*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (INPRFM).

### **3.9 Anexos**

Anexo 1: Firma de convenio

## Anexo 2: Cuestionario para alumnos (as).

### Cédula de identificación

Sexo: Femenino  Masculino

Edad: \_\_\_\_\_ años

Estado civil: \_\_\_\_\_

¿Trabajas? Sí  No

Miembros de tu familia: \_\_\_\_\_

¿Con quién vives? \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_ Turno: \_\_\_\_\_

1) ¿Has consumido alcohol alguna vez en tu vida? Sí  No

2) ¿Qué edad tenías cuando consumiste alcohol por primera vez? \_\_\_\_\_

3) ¿Con qué frecuencias consumes bebidas alcohólicas?

Diario  En la última semana

En el último mes  En el último año

4) ¿Qué cantidad en promedio consumes en cada ocasión? Marca con una "X".

Cantidad de bebidas	
1	
2	
3	
4	
5	
6 o más	

5) ¿Qué tipo de bebida acostumbras consumir? Marca con una "X".

Bebidas	
Tequila	
Cerveza	
Vodka	
Ron	
Whiskey	
Four loko	
Otros (menciona cuál/es)	

6) ¿En qué lugares acostumbras consumir?

- Casa
- Fiestas
- Bares/antros
- Escuela
- Otros ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

7) ¿Con quién(es) acostumbras consumir?

\_\_\_\_\_

## Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad en la familia

**Instrucciones:** Marca con una “X” la casilla que más se acerque al grado de satisfacción que experimentas en tu familia.

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad					
Me satisface cómo en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas					
Me satisface cómo mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades					
Me satisface cómo mi familia expresa afecto y responde a mis emociones, tales como rabia, tristeza, amor					
Me satisface cómo compartimos en mi familia:					
1. El tiempo para estar juntos					
2. Los espacios en la casa					
3. El dinero					
¿Usted tiene un(a) amigo (a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?					
Estoy satisfecho con el soporte que recibo de mis amigos (as)					

Lea las preguntas tal como están escritas. Registre las respuestas cuidadosamente. **Empiece el AUDIT** diciendo «Ahora voy a hacerle algunas preguntas sobre su consumo de bebidas alcohólicas durante el último año». Explique qué entiende por «bebidas alcohólicas» utilizando ejemplos típicos

como cerveza, vino, pisco, ron, vodka, etc., y explique el concepto de **TRAGO** («bebidas estándar»). Recuerde, **1 TRAGO** es aproximadamente una lata de cerveza, una copa de vino o un corto de licor (o un combinado suave). Marque la cifra de la respuesta adecuada y luego sume en los casilleros asignados.

- |   |         |                           |                         |                              |                             |                      |
|---|---------|---------------------------|-------------------------|------------------------------|-----------------------------|----------------------|
| 1 ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?               | 0 Nunca | 1 1 o menos veces al mes  | 2 De 2 a 4 veces al mes | 3 De 2 a 3 veces a la semana | 4 4 o más veces a la semana | <input type="text"/> |
| 2 ¿Cuántos TRAGOS de alcohol suele tomar en un día de consumo normal? | 0 1 ó 2 | 1 3 ó 4                   | 2 5 ó 6                 | 3 7, 8 ó 9                   | 4 10 ó más                  | <input type="text"/> |
| 3 ¿Con qué frecuencia toma 5 o más TRAGOS en un solo día?             | 0 Nunca | 1 Menos de una vez al mes | 2 Mensualmente          | 3 Semanalmente               | 4 A diario o casi a diario  | <input type="text"/> |

Hombres 0 a 4 puntos  
Mujeres 0 a 3 puntos

Consumo de bajo riesgo



Termine acá la evaluación y realice una **Intervención Mínima**

PUNTAJE  
AUDIT-C

Suma del puntaje de las preguntas 1 a 3

Hombres 5 puntos o más  
Mujeres 4 puntos o más

Consumo de riesgo



Continúe con las preguntas 4 a 10

- |   |         |                                       |                                       |                                       |                            |                      |
|---|---------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------|----------------------|
| 4 En el curso del último año, ¿Con qué frecuencia ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?   | 0 Nunca | 1 Menos de una vez al mes             | 2 Mensualmente                        | 3 Semanalmente                        | 4 A diario o casi a diario | <input type="text"/> |
| 5 En el curso del último año, ¿Con qué frecuencia no pudo hacer lo que se esperaba de usted porque había bebido?  | 0 Nunca | 1 Menos de una vez al mes             | 2 Mensualmente                        | 3 Semanalmente                        | 4 A diario o casi a diario | <input type="text"/> |
| 6 En el curso del último año, ¿Con qué frecuencia ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?                 | 0 Nunca | 1 Menos de una vez al mes             | 2 Mensualmente                        | 3 Semanalmente                        | 4 A diario o casi a diario | <input type="text"/> |
| 7 En el curso del último año, ¿Con qué frecuencia ha tenido resaca o sentimientos de culpa después de haber bebido?   | 0 Nunca | 1 Menos de una vez al mes             | 2 Mensualmente                        | 3 Semanalmente                        | 4 A diario o casi a diario | <input type="text"/> |
| 8 En el curso del último año, ¿Con qué frecuencia no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo?                          | 0 Nunca | 1 Menos de una vez al mes             | 2 Mensualmente                        | 3 Semanalmente                        | 4 A diario o casi a diario | <input type="text"/> |
| 9 ¿Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido?   | 0 No    | 1 Sí, pero no el curso del último año | 2 Sí, pero no el curso del último año | 3 Sí, pero no el curso del último año | 4 Sí, el último año        | <input type="text"/> |
| 10 ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional de la salud ha mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber? | 0 No    | 1 Sí, pero no el curso del último año | 2 Sí, pero no el curso del último año | 3 Sí, pero no el curso del último año | 4 Sí, el último año        | <input type="text"/> |

0 a 7 puntos

Consumo de bajo riesgo



Realice una **Intervención Mínima**

PUNTAJE  
AUDIT

Suma del puntaje de las preguntas 1 a 10

8 a 15 puntos

Consumo de riesgo



Realice una **Intervención Breve**

16 puntos o más

Posible consumo problema o dependencia



Realice una **Derivación Asistida para una evaluación completa y una Intervención Breve igualmente**

## Test de Asertividad de Rathus ¿Cuán asertivo soy?

### Variante abreviada del Test Rathus

1. Siempre 2. Muchas veces 3. A veces 4. Muy pocas veces 5. Nunca

Enunciados	Puntuación
Les pido a los demás que hagan cosas sin sentir culpa o ansiedad.	
Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.	
Me siento a gusto hablando ante grupos grandes de personas.	
Expreso a mis jefes con confianza mis opiniones.	
Cuando experimento fuertes sentimientos (ira, cólera,..) soy capaz de expresarlos fácilmente con palabras.	
Cuando expreso mi ira, lo hago sin culpar a los demás .	
Me siento a gusto expresando mi punto de vista frente a grupos de gente.	
Si no estoy de acuerdo con la opinión de la mayoría puedo mantener mi postura sin ser áspero.	
Cuando cometo un error lo reconozco.	
Cuando la conducta de los demás me crea problemas, se lo hago saber.	
Fácil y cómodamente me mezclo con nuevas personas en situaciones sociales.	
Cuando hablo sobre mis creencias lo hago sin etiquetar las opiniones de los demás como “locura, barbaridad,..”	
Supongo que la mayoría de la gente es competente y puedo delegar con facilidad.	
Cuando pienso en hacer algo que jamás he intentado, confío en que puedo aprender a hacerlo.	
Creo que mis necesidades son tan importantes como las ajenas y tengo derecho a que se satisfagan las mías.	
<b>Total</b>	

### Interpretación de resultados

-Si el total de tu puntuación es de 60 o más, demuestras un gran dominio en el manejo de las situaciones difíciles, con una gran asertividad.

-Si tu puntuación está entre 45 y 60, tienes una perspectiva razonablemente asertiva, lo que indica que tu naturaleza tiende a la asertividad.

-Si tu puntuación es de 35-45, en algunas ocasiones puedes ser asertivo, aunque tu naturaleza se acerca más a los patrones agresivos o no asertivos.

-Si tu puntuación total es menor de 35, tienes muchos problemas para ser asertivo.



### Anexo 3: Cuestionario para padres y madres



**FCPYS**  
FACULTAD DE CIENCIAS  
POLÍTICAS Y SOCIALES

Universidad Autónoma de Querétaro

Especialidad en Familias y Prevención de la Violencia

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

#### CUESTIONARIO PARA PADRES, MADRES O TUTORES

El objetivo del presente cuestionario es explorar algunas temáticas familiares para el proyecto: “Estrategias para mejorar la comunicación familiar con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar”, favor de responder a cada pregunta con honestidad.

- 1) **Sexo:** Masculino Femenino
- 2) **Estado civil:** Casado Soltero Divorciado Unión libre Viudo
- 3) **¿Cuántos hijos tiene?** \_\_\_\_\_
- 4) **¿Qué edades tienen sus hijos?**  
1er hijo \_\_\_\_\_  
2do hijo \_\_\_\_\_  
3er hijo \_\_\_\_\_  
Otros \_\_\_\_\_
- 5) **¿Alguien de su familia consume alcohol?** Si No
- 6) **Si su respuesta fue sí, ¿Quién (es) de su familia consumen alcohol? (puede haber más de una respuesta)**  
a) Padre b) Madre c) Ambos padres d) Tíos e) Hermanos (as)  
f) Hijos (as) g) Otros
- 7) **¿De las personas a las que hace referencia en la pregunta anterior, en qué lugar consumen alcohol frecuentemente?**  
a) Fiestas b) Casa c) Casa de amigos d) Bares e) Otros
- 8) **¿Alguno de sus hijos (as) consume alcohol?**  
a) Sí b) No c) No sé
- 9) **¿Usted permite el consumo de bebidas alcohólicas a sus hijos?**  
a) Sí b) No
- 10) **¿En su familia quién otorga los permisos para que sus hijos asistan a una fiesta o salgan?**  
a) Madre b) Padre c) Ambos
- 11) **¿Quién toma las decisiones en el hogar respecto a?**  
a) Económico: \_\_\_\_\_  
b) Labores del hogar: \_\_\_\_\_

c) Disciplina con los hijos (as): \_\_\_\_\_

12. **¿Quién determina las actividades que involucran a todos los miembros de su familia?**

\_\_\_\_\_

13. **¿Existe una división del trabajo en el hogar?**

a) Sí

b) No

14. **¿Quién realiza las siguientes actividades en el hogar? (Puede haber más de una respuesta)**

Actividad	¿Quién la realiza?					
	Madre	Padre	Hijo (s)	Hija (s)	Todos	Otros *Indique quién
Lavar la ropa						
Lavar los trastes						
Limpiar la casa						
Hacer el súper						
Hacerse cargo de los hijos (as)						

15. **¿Quién determina las reglas en su familia?**

a) Padre

b) Madre

c) Hijos (as)

16. **¿Quién llama la atención a los adolescentes cuando rompen las reglas de la casa?**

a) Padre

b) Madre

c) Hermanos

d) Otros

17. **¿Ha tenido algún conflicto con sus hijos?**

a) Nunca

b) Pocas veces

c) Frecuentemente

18. **¿Ha tenido algún conflicto en su familia? Sí\_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_**

19. **¿Podría explicarnos de qué tipo y cómo intentó solucionarlo?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

20. **¿Cómo es la comunicación con su hijo/a?**

a) Abierta

b) Clara

c) Expresa su punto de vista como padre/madre

d) Afirma su autoridad como padre/madre

e) Escucha lo que su hijo(a) tiene para decir

21. **¿Quién debe ser responsable de criar a los hijos(as)?**

a) Padre

b) Madre

c) Ambos

d) Otros

22. **¿Cómo padre/madre qué valores considera que le inculcó a su hijo(a)?**

\_\_\_\_\_

23. **¿Su hijo(a) le tiene confianza para hablarle de las de cosas que le pasan cotidianamente?**

a) Sí

b) No

24. **¿Cómo reacciona usted cuando su hijo(a) le cuenta algo y usted considera que está mal?**

a) Me enojo

b) Le grito

c) Le castigo

d) Lo escucho

e) Le doy mi opinión

f) Lo regaño

g) Otro. Describir: \_\_\_\_\_

25. **¿Qué hace cuando su hijo(a) rompe las reglas de forma cotidiana?**

a) Nada

b) Hablo de nuevo con él/ella

c) Le grito por qué no quiere obedecer

d) Lo castigo (más fuerte)

e) No le hablo

f) Otras.

Describalo.

26. **Cuándo usted considera que su hijo(a) ha roto una regla o sus acciones pueden ser dañinas para él/ella o su familia ¿qué hace? Describa su respuesta.**

\_\_\_\_\_

27. **¿En los últimos 6 meses ha realizado alguna actividad programada de convivencia con toda su familia? Descríbala**

\_\_\_\_\_

28. **¿Cuánto tiempo le dedica en promedio a la semana a hablar con su hijo(a) sobre problemáticas de la familia o de su hijo (a) que se encuentra cursando la preparatoria?**

\_\_\_\_\_

¡Gracias por su colaboración!

#### Anexo 4: Grupo focal

GRUPOS FOCALES (2, Un grupo de 10 hombres y un grupo de 10 mujeres).

##### Cédula de identificación

Seudónimo: \_\_\_\_\_

Sexo: Femenino  Masculino

Edad: \_\_\_\_\_ años

Estado civil: \_\_\_\_\_

¿Trabajas? Sí  No

Miembros de tu familia: \_\_\_\_\_

¿Con quién vives? \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_ Turno: \_\_\_\_\_

##### Guía de entrevista

- 1) Cuándo hay que tomar una decisión importante que afecta a la familia, ¿quién toma la decisión? ¿Podrían explicarnos cómo se llega a esa toma de decisiones?
- 2) ¿Realizan alguna actividad programada en familia? ¿Cuál (es)?
- 3) ¿A quién le tienes más confianza para hablar de tus diferentes intereses?
- 4) ¿Cuándo tienes un problema a quién acudes?
- 5) ¿Para ustedes qué significa la violencia?
- 6) ¿Cómo la han visto en su comunidad/escuela?
- 7) ¿En tu familia ha habido algún antecedente de violencia? (¿Pueden explicarnos un poco más de ello?)
- 8) ¿Quién decide qué hacer en tu casa ante una situación de violencia?
- 9) ¿Han consumido alcohol alguna vez en la vida? ¿Cuál ha sido su experiencia con ello?
- 10) ¿Alguno de esos problemas se relaciona con el consumo de alcohol en alguno de sus miembros? (en tus padres, hermanos (as), en ti).
- 11) ¿Qué valores consideras que tus padres te han inculcado y cómo los aplicas en situaciones de consumo de alcohol?
- 12) ¿Conocen a algún compañero (a) que haya consumido alcohol dentro de la escuela?
- 13) ¿Tienen algo más que agregar sobre el tema?



Universidad Autónoma de Querétaro

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Especialidad en familias y prevención de la violencia

### CONSENTIMIENTO

Título del proyecto: Estrategias para mejorar la comunicación familiar con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar.

Nombre de la asesora: Dra. Ma. Alejandra Hernández Castañón

Nombre de la alumna: Lic. Tawny Raquel Gallegos Alor

Fecha: Octubre de 2018

Estimado (a) padre de familia: El objetivo de esta investigación es explorar el consumo de alcohol en adolescentes, así como el impacto que tiene la familia en dicho consumo o abstinencia, para diseñar una propuesta de intervención que fomente la comunicación en las familias, con el propósito de disminuir el consumo de alcohol en adolescentes.

Antes de decidir si desea que su hijo (a):  
\_\_\_\_\_ participe le informamos que no existen riesgos asociados a su participación en el estudio, además la participación de su hijo (a) es voluntaria, por lo tanto, aunque acepte que participe, si su hijo (a) no está de acuerdo, no se le obligará a incluirse en el estudio. Su hijo (a) tiene derecho a retirarse si en algún momento no se siente cómodo (a).

Si su hijo desea participar en el estudio, este se realizará en dos momentos, durante su horario escolar. En el primer momento deberá responder algunas encuestas, mientras que en el segundo momento se realizará una selección de 20 alumnos para conformar dos grupos focales (uno de mujeres y uno de hombres), los cuales tendrán una duración aproximada de 1 a 1 1/2 horas.

Finalmente le informamos que las únicas personas que conocerán de la participación de su hijo (a) en el estudio serán los investigadores, quienes utilizarán sólo con fines académicos y de investigación los resultados de este estudio, garantizando la confidencialidad de los resultados.

Si tiene dudas o preguntas puede expresarlas para que se aclaren al teléfono: (442) 192-12-00, Extensión 5409, o al correo electrónico: especialidadenfamilias@gmail.com

Yo voluntariamente acepto que mi hijo (a) participe en la investigación, aunque estoy aceptando participar en esta investigación, no renuncio a ningún derecho.

Nombre y firma del padre/madre o tutor

Nombre y firma del investigador

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Testigo

\_\_\_\_\_



Universidad Autónoma de Querétaro

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Especialidad en familias y prevención de la violencia

### ASENTIMIENTO INFORMADO

Título del proyecto: Estrategias para mejorar la comunicación familiar con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar.

Nombre de la asesora: Dra. Ma. Alejandra Hernández Castañón

Nombre de la alumna: Lic. Tawny Raquel Gallegos Alor

Fecha: Octubre de 2018

Estimado (a) alumno (a): El objetivo de esta investigación es explorar el consumo de alcohol en adolescentes, así como el impacto que tiene la familia en dicho consumo o abstinencia, para diseñar una propuesta de intervención que fomente la comunicación en las familias, con el propósito de disminuir el consumo de alcohol en adolescentes.

Antes de decidir si deseas participar, te informamos que no existen riesgos asociados a tu participación en el estudio, además tu participación es voluntaria, por lo tanto, aunque tus padres o tutores acepten que participes, si no estás de acuerdo, no se te obligará a incluirte en el estudio. Tienes derecho a retirarte si en algún momento no te sientes cómodo (a).

Si deseas participar en el estudio, este se realizará en dos momentos, durante tu horario escolar. En el primer momento deberás responder algunas encuestas, mientras que en el segundo momento se realizará una selección de 20 alumnos para conformar dos grupos focales (uno de mujeres y uno de hombres), los cuales tendrán una duración aproximada de 1 a 1 1/2 horas.

Finalmente te informamos que las únicas personas que conocerán tu participación en el estudio serán los investigadores, quienes utilizarán sólo con fines académicos y de investigación los resultados de este estudio, garantizando la confidencialidad de tus resultados.

Si tienes dudas o preguntas puede expresarlas para que se aclaren al teléfono: (442) 192-12-00, Extensión 5409, o al correo electrónico: especialidadenfamilias@gmail.com

Yo voluntariamente acepto participar en la investigación, aunque estoy aceptando participar en esta investigación, no renuncio a ningún derecho.

Nombre y firma del alumno (a)

Nombre y firma del investigador

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Testigo

\_\_\_\_\_

## Anexo 7

### CARTAS DESCRIPTIVAS PARA EL TRABAJO CON ALUMNOS

#### Estrategias para mejorar la comunicación con adolescentes en riesgo de consumo de alcohol desde el enfoque de la democratización familiar

**Objetivo general:** Mejorar las relaciones familiares en alumnos (as) de una preparatoria en Querétaro a través de la democratización familiar.

Objetivo específico: <b>Generar recursos personales en la población estudiantil, para lograr una comunicación asertiva.</b>			
Actividad	Ensayar pláticas cotidianas Ravazzola (2010).	Tipos de comunicación De Keijzer y Ayala (2010).	Las cuatro frases De Keijzer (2010).
Objetivo	Examinar y ensayar pláticas cotidianas planteando posibilidades de flexibilizarlas y negociarlas: sensibilizarnos para poner en evidencia los obstáculos al fluir de la comunicación, así como también formas de resolverlos.	Reflexionar sobre las diferentes maneras de comunicarnos y desarrollar mecanismos para una comunicación asertiva; así como aprender a comunicarnos en forma efectiva y clara.	Proponer un modelo para la solución creativa de conflictos.
Desarrollo	1. Quien coordina propone a dos personas para que representen la escena siguiente: “Pedro tiene una entrevista de trabajo y quiere que Irma (su esposa) elija para él una vestimenta adecuada”. El resto del grupo observará. La idea acerca de los personajes es libre porque recorre diversas situaciones. Se puede sugerir que Irma está, a su vez, queriendo salir temprano para su propio trabajo o	1. En plenaria, mediante una lluvia de ideas, la persona que facilita le pregunta a los participantes con qué ideas asociamos la palabra comunicación y se van anotando. 2. Posteriormente se les pide que digan qué tipos de comunicación conocen y se analizan los elementos que favorecen la comunicación. 3. La persona que facilita proporciona una explicación de los	1. La persona que facilita pide al grupo que mediante lluvia de ideas exprese: “¿Qué es un conflicto?” Se anotan las ideas en un papelógrafo que se deja a la vista, pues se retomará en la reunión plenaria. 2. Luego les solicita que formen parejas y que piensen en una situación de conflicto –que puedan comentar– y que la comenten con su compañero. 3. Una vez

<p>preparando el desayuno para la hija que tiene que ir a la escuela.</p> <p>2. Durante la representación, la coordinadora (or) interrumpe la acción cuantas veces sea necesario y pide a cada uno de los participantes que exprese en voz alta lo que siente y piensa.</p> <p>3. Se pide a los observadores que reflexionen sobre lo sucedido, para lo cual pueden contar con tarjetas en las que estén escritas las preguntas siguientes:</p> <p>¿Cómo hace saber Pedro a Irma lo que necesita?</p> <p>¿Le pide, le da una orden, utiliza otras formas?</p> <p>¿Qué lugar ocupa el poder en su conducta?</p> <p>¿Cuál es la imagen que él tiene de la función de ella en la familia? ¿Porqué?</p> <p>¿Qué piensa de la función de él mismo y sus responsabilidades?</p> <p>¿Qué cambiaría la situación?</p> <p>¿Qué se necesitaría para eso?</p> <p>¿Qué tendría que pensar y hacer Pedro para plantear fluidamente sus necesidades?</p> <p>¿Qué experimenta Irma?</p> <p>¿Cómo manifiesta lo que siente?</p> <p>¿Qué necesitaría cambiar de su actitud durante la escena?</p>	<p>distintos tipos de comunicación:</p> <p>Agresiva: Es aquella que es violenta y puede agredir a los demás.</p> <p>Pasiva: Se refiere a la comunicación que no nos responsabiliza, evita la verdad y deja que los demás decidan sobre nosotros.</p> <p>Asertiva: Cuando tomamos en cuenta nuestras necesidades y respondemos claramente y con respeto a los demás.</p> <p>4. Se forman 3 equipos y se les presentan 3 situaciones ficticias a las que deben responder de manera agresiva, pasiva y asertiva. Estas situaciones pueden ser las siguientes:</p> <p>-Te invitan a una fiesta esta noche y tú no quieres asistir.</p> <p>-Alguien te pide tener relaciones sexuales sin protección.</p> <p>-Quieren presionarte para que tomes alcohol.</p> <p>5. Cada grupo trabaja alguna de las situaciones o inventa otra más adecuada a sus circunstancias.</p> <p>6. Desarrollan por escrito ejemplos de los 3 tipos de comunicación. Se comparte en plenaria lo trabajado por el grupo.</p> <p>*Reforzar con ideas clave: La comunicación es el puente mediante el cual establecemos relaciones con otras personas; la manera en</p>	<p>que ambos comentaron el conflicto se les dice: “Tu compañero tomará el papel de esa persona con la que tienes el conflicto, ¿cómo lo enfrentarías?” Se da un tiempo para que cada cual represente su conflicto.</p> <p>4. Posteriormente se explica el modelo para la solución de conflictos, basado en cuatro frases:</p> <p>YO VEO: Se trata de expresar aquella conducta que vemos en la otra persona. Por ejemplo, yo veo que no me saludas cuando llegas.</p> <p>YO IMAGINO: Mediante esta frase se dice aquello que nos imaginamos al observar su conducta. Por ejemplo, yo imagino que estás enojado. Es importante hacer notar que existe la posibilidad de estar equivocados en aquello que imaginamos, y si lo expresamos damos la oportunidad de aclararlo.</p> <p>YO SIENTO: Aquí decimos lo que sentimos por aquello que vemos e imaginamos. Por ejemplo, yo siento tristeza y enojo porque para mí es importante tu amistad.</p>
--	--	---

<p>¿Qué pensamientos ayudarían a Irma a actuar de otra manera?</p> <p>¿Qué imágenes tiene ella de la familia, de la pareja, de su función maternal, de su papel de esposa?</p> <p>En caso de estar presente la hija: ¿Qué piensa la hija?</p> <p>¿Qué podría hacer en esta escena?</p> <p>¿Qué sería bueno para ella?</p> <p>4. Según las actitudes y las formas en que continúe la conversación, con los mismos u otros participantes que quieran ensayar la dramatización, puede también ayudar preguntarse:</p> <p>¿Qué pensamientos tiene Pedro para actuar como lo hace?</p> <p>¿Qué otras actitudes puede asumir y cuáles serían las consecuencias de cada actitud diferente?</p> <p>¿Qué siente Irma frente a las actitudes de Pedro?</p> <p>¿Qué hace Irma frente a ellas?</p> <p>¿Qué podría hacer de diferente?</p> <p>¿Qué necesita pensar ella acerca de su función y de la de Pedro para actuar de manera distinta?</p> <p>5. Los observadores pueden enumerar y anotar, los elementos presentes en la comunicación que van generando efectos de malestar y aquellos que originarían otros posibles desenlaces.</p>	<p>que nos comunicamos se asocia con el tipo de relación que construimos. En una relación con equidad, la comunicación es clara y efectiva, lo cual esto nos da la posibilidad de expresar de manera directa nuestros sentimientos y pensamientos. La comunicación puede ser verbal y no verbal; nuestros gestos, nuestra voz y nuestra postura corporal también expresan.</p>	<p>YO QUIERO: Damos una propuesta para mejorar las cosas. Por ejemplo, yo quiero que me digas si hay algo que te molestó.</p> <p>5. Siguen trabajando por parejas y vuelven a tratar el conflicto, ahora utilizando este modelo. Se retroalimentan en parejas: ¿Cómo se sintieron?</p> <p>6. En plenaria se reflexiona: ¿Cómo se sintieron en la actividad? ¿Notaron alguna diferencia siguiendo el modelo? ¿Qué descubrieron de sí mismos?</p> <p>7. Se regresa al primer papelógrafo y se analiza si se dieron valoraciones negativas al conflicto. Se reflexiona sobre lo siguiente: ¿El significado que le damos al conflicto tendrá que ver con la manera como lo enfrentamos en pareja y en la familia?</p>
--	--	---

Cierre	Se leen posteriormente las anotaciones en plenaria y se guardan los materiales producidos como material grupal.	Se reflexiona sobre cómo se sintieron y la importancia de establecer relaciones con comunicación asertiva.	Conclusión: el conflicto siempre existe y puede ser una oportunidad de crecimiento y desarrollo personal.
Materiales	-Hojas blancas -Lapiceros -Tarjetas con preguntas	Hojas, lápices, plumones, pliegos de papel.	Papelógrafo.
Tiempo	1 hora	1 hora y media	1 hora y media
NOTA	<b>*Todas las actividades correspondientes a los 3 módulos se realizarán exclusivamente con alumnas y alumnos, sin embargo se solicitará que practiquen en sus casas lo aprendido o las mismas actividades para observar los resultados que se obtengan</b>		

## Anexo 8

Objetivo específico: <b>Propiciar relaciones democráticas en la familia.</b>			
Actividad	Llegar a acuerdos De Keijzer (2010).	Camino de ciegos De Keijzer (2010).	Los refranes
Objetivo	Explorar formas de comunicación en las que se privilegien acuerdos que respeten las diferencias.	Reflexionar sobre cómo se da la construcción de relaciones de poder en la familia, la comunidad y la sociedad.	Reflexionar sobre las formas en que se dan la toma de decisiones y la negociación de las diferencias entre las personas.
Desarrollo	<p>1. Quien coordina propone a dos personas para que representen la escena siguiente: Un hombre y una mujer tienen un bebé de pocos meses que se despierta durante la noche. Ella está muy cansada y quiere plantear un cambio en la situación que vive todas las noches. Volvemos a pedir al grupo que ensayen en pareja distintas maneras de producir esta plática, hasta encontrar formas que permitan soluciones democráticas.</p> <p>Preguntemos por las posiciones desde las cuales las personas hablan (jerárquica o no, paritaria o no, desde lugares de subordinación, etc.), quiénes a quiénes lo hacen o no lo hacen, las formas en que lo hacen, y que</p>	<p>1. Se forma un grupo de cinco personas que integrará una “familia”: padre, madre e hijos, y al inicio se vendan los ojos de todos.</p> <p>2. Se les dice que tienen que escuchar muy bien las indicaciones de la persona que lleva la coordinación y que amarrados entre sí del brazo y sin hablar entre ellos van a efectuar un recorrido con tres obstáculos.</p> <p>3. El resto del grupo tendrá el papel de observador.</p> <p>4. Se colocan tres obstáculos, en forma silenciosa para que los “ciegos” creen que el camino está parejo; no conocen los obstáculos que van a tener que pasar como “familia”.</p> <p>5. Los obstáculos pueden ser: pasar entre dos sillas, un mecate a metro y medio de altura, un banco largo y bajo o entre dos mecates como si fuera una cerca.</p> <p>6. Una vez colocados los obstáculos, se le quita la venda al padre y sólo él puede verlos, aunque no se los puede comunicar a la</p>	<p>1. La persona que facilita indica al grupo que formen parejas. Si el grupo es mixto, serán parejas mixtas. También podemos combinar personas adultas y jóvenes.</p> <p>2. Pide a cada pareja que invente uno o dos refranes relacionados con el tema del taller, que lo platiquen entre ellos y elijan cuál es el mejor.</p> <p>3. Luego de que hayan escogido, se invita a las personas a comunicarse qué sucedió mientras tomaron la decisión. Para tales efectos se propone la siguiente guía de preguntas: ¿De quién es el refrán que quedó? (en un grupo mixto es interesante observar qué tanto quedan los de los hombres o de las personas con mayor edad o jerarquía).</p>

	<p>prestemos atención a los efectos que se generan repetidamente y dan lugar a interacciones también repetidas e infructuosas.</p>	<p>familia. El padre no puede comunicar nada.  7. La familia hace tres recorridos:  Primer obstáculo: deben pasarlo sin comunicarse verbalmente (sin poder hablar).  Segundo obstáculo: el padre ya se puede comunicar verbalmente para ayudar a su familia a pasarlo.  Tercer obstáculo: todos pueden quitarse las vendas, pero no los amarres.  8. Por último, se inicia un espacio de reflexión con la siguiente guía de preguntas:  ¿Qué observaron/sintieron, primero quienes observaron y luego los miembros de la familia? ¿Qué diferencias hay al estar vendados sin hablar? ¿Al poder comunicarse? ¿Al poder mirar todos? ¿Qué ventajas y desventajas tienen las distintas situaciones? ¿En qué se parece a la vida? ¿De qué manera se asigna el poder y/o poderes a las familias en nuestra sociedad? ¿Qué tienen que ver estas situaciones, (de manera positiva o negativa) con las relaciones de género? ¿Cómo podemos apoyarnos dentro de la familia y/o los grupos para fortalecer nuestras relaciones de una manera equitativa y generar familias democráticas?</p>	<p>¿Cómo lo decidieron, quién llevó la parte más activa al tomar la decisión, y cómo se sienten al respecto?  ¿Cuál fue la secuencia exacta de acciones y eventos en el proceso para determinar la decisión?  ¿Hasta qué punto esa decisión es un ejemplo de cómo ustedes dos toman decisiones generalmente?  ¿Refleja esto una pauta común de la interacción en sus relaciones?  ¿En qué formas se parece lo que sucedió con las formas en que interactuamos en la vida cotidiana?  4. En plenaria se comenta lo aprendido.</p>
<p>Cierre</p>	<p>*Se pide que practiquen lo aprendido con la actividad, en sus casas</p>	<p>-Una comunicación efectiva es un recurso personal y colectivo para afrontar de la mejor manera las relaciones personales. Comunicarse</p>	<p>A través de la siguiente actividad se puede ensayar un modelo alternativo (desde la asertividad) para</p>

	y escriban lo más relevante.	asertivamente implica: Expresar con firmeza y claridad nuestros valores; Expresar con claridad los sentimientos. *Solicitar que en sus casas piensen en formas de fortalecer las relaciones equitativas, que apliquen alguna estrategia en ese sentido y que realicen una lluvia de ideas en una hoja sobre distintas propuestas para lograr la democratización en las familias.	enfrentar los conflictos. Este modelo permite ver no sólo los aspectos negativos del conflicto, sino la posibilidad de crecimiento si utilizamos nuestros recursos para enfrentarlo. Se pedirá que realicen algunas acciones de asertividad con sus familias y realicen una bitácora con esa información.
Materiales	-Lista con otros ejemplos	Mecate, pañoletas y/o mascadas, objetos para los obstáculos. La actividad requiere un dibujo de apoyo que muestre a la “familia” acercándose a alguno de los obstáculos.	-Hojas de papel -Lapiceros
Tiempo	1 hora	1 hora y media	1 hora

## Anexo 9

Objetivo específico: <b>Concientizar a las familias y adolescentes sobre las consecuencias del consumo de alcohol.</b>			
Actividad	Hablando sobre alcohol y alcoholismo (Parte 1) De Keijzer (2010).	Hablando sobre alcohol y alcoholismo (Parte 2)	Alternativas de convivencia
Objetivo	Reflexionar sobre la elección de beber o no beber como un derecho individual respetable.	Reconocer las razones para iniciar a beber y las consecuencias de ello.	Generar estrategias para tener un consumo responsable de alcohol.
Desarrollo	<p>Es fundamental confrontar ideas que en algún momento de la vida hicimos nuestras y que, sin cuestionarlas ni revisarlas, las vamos integrando automáticamente como forma de ver y de vivir la vida. Algunas de estas ideas fomentan como prestigioso el abuso de alcohol entre los hombres. Si no examinamos estas ideas y las vivimos como verdades absolutas, pueden entonces orientar nuestros comportamientos, lo que acarreará costos irreversibles para nosotros mismos y para la familia.</p> <p>1. Las frases para hacer las tarjetas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El alcohol no es una droga.</li> <li>-La tolerancia (aguante) significa que la persona no se hará alcohólica.</li> <li>-Mezclar bebidas o salir al aire emborracha.</li> <li>-Beber cerveza no emborracha.</li> <li>-El alcohol estimula sexualmente.</li> </ul>	<p>Señalar que beber o no beber es una decisión que se asume por razones personales, religiosas, de salud, por respeto a ciertas normas familiares o sociales. Reconocer que atrás del consumo excesivo de alcohol se esconden necesidades afectivas, de socialización y convivencia, y que es posible hacerlo sin excederse o incluso sin la presencia de alcohol.</p> <p>En plenaria se debatirán las razones por las cuales se consume alcohol y se hablará de las consecuencias del consumo.</p> <p>Se fomentará la reflexión sobre el punto anterior.</p>	<p>Se realizará una lluvia de ideas sobre “el consumo responsable de alcohol”. Posteriormente se analizarán dichas alternativas y además, se buscarán formas alternativas diferentes de convivencia que fomenten la amistad, la solidaridad y el cuidado entre las amigas y los amigos, para establecer redes de apoyo.</p> <p>Se reflexionará sobre ¿Cómo ayudar a una persona que consume alcohol? Y Roles o posturas de la familia en cuanto al consumo de alcohol. ¿Cómo</p>

	<p>-El alcoholismo es una enfermedad de viejos.  - Los alcohólicos son los que beben diariamente.  - Tomar café o mojarse la cabeza baja la borrachera.  - El alcohol sirve para hacer amistades.  - Sin alcohol no hay fiesta ni festejo.</p> <p>2. Sentados en círculo, se coloca la serie de tarjetas al centro e iniciamos lanzando la pelota a cualquier persona del grupo solicitándole que tome una de las tarjetas, la lea en voz alta y comente la frase leída. Se van anotando los comentarios más importantes y en cada caso se pregunta al grupo: ¿ustedes qué piensan?</p> <p>3. Después de la reflexión, quien leyó la frase lanza la pelota a otra persona del grupo y se sigue de la misma manera la reflexión grupal.</p> <p>*Fomentar el cuestionamiento de una serie de ideas y creencias en torno al consumo de alcohol, aprender a hablar de ello, sin temor a ser juzgado o criticado. Reconocer que son los mismos compañeros los que se convierten en un factor de presión para el consumo de cualquier bebida y que es central cuestionar esa tendencia.</p>		<p>solucionan los conflictos?</p>
Cierre	<p>Se preguntará ¿Qué aprendieron? Y ¿Qué pueden cambiar en sus</p>		

	vidas respecto al consumo de alcohol?		
Materiales	Pelota blanda, plumones, papel para papelógrafo, tarjetas grandes con frases-afirmaciones, cinta de enmascarar.		Papel bond, plumones, cinta adhesiva.
Tiempo	1 hora	1 hora	1 hora