



Secretaría General para el Deporte
Instituto Andaluz del Deporte

DOCUMENTACIÓN

200713001

EL DEPORTE COMO MEDIO DE PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

**Novedades en la reinserción de jóvenes delincuentes:
el deporte como instrumento educativo**

JOAQUINA CASTILLO ALGARRA
Facultad de Ciencias de la Educación
Universidad de Huelva

Algeciras (Cádiz)
14 y 15 de junio de 2007

El deporte como medio de prevención de las adicciones

Uno de los problemas más importantes y terribles entre los jóvenes socialmente desfavorecidos, por el drama humano que conlleva, es el de la drogadicción. Aunque desde luego no sólo está presente la drogadicción entre estos jóvenes -la droga es un problema que podemos encontrar en cualquier estrato social- sí es cierto que marginalidad y drogadicción van de la mano, constituyendo una de las principales causas que conducen a estos muchachos a la delincuencia. La mayoría de estas pandillas de delinquentes juveniles se localizan en los arrabales urbanos y, a veces, se atribuye su existencia a los rigores de la pobreza, hogares rotos, familias desvertebradas, y a otras difíciles circunstancias que allí se encuentran. Aunque esas condiciones son parte de la constelación de factores que generan la delincuencia, ni la pobreza ni otras situaciones de ruptura pueden explicar por sí solas la frecuencia de las actividades delictivas o las formas que asumen.

En definitiva, los jóvenes en situación marginal presentan un complejo de problemas que requiere soluciones que provengan de investigaciones adaptadas a las diferentes circunstancias que, como apuntamos, pueden darse en este colectivo. De ahí señalar desde estas líneas la *necesidad* de estudiar la utilidad del deporte como terapia, y esto, en tres frentes distintos, pero relacionados entre sí:

- Primero, como *prevención*, para ayudar a los jóvenes en situación *de riesgo* o socialmente marginados (de estratos sociales muy bajos) a no ser víctimas de drogas ni de delincuencia. Esta prevención pasa por su inserción social, proporcionándoles hábitos de vida saludables, adquisición de reglas y normas, ocupación del tiempo libre e, incluso, salidas profesionales que permitan su satisfactoria integración en la sociedad.
- En segundo lugar, como parte del tratamiento para abandonar la drogadicción, una vez que el joven ya se ha convertido en un toxicómano.
- Y, en último lugar, como tratamiento del joven que ya se ha convertido en delincuente y ha pasado a formar parte de la población penitenciaria española. Agrava su situación el hecho de que aproximadamente un 50% de ellos sean drogodependientes, como se verá aquí, lo que complica aún más su proceso de reinserción social; que habrá de ser al mismo tiempo, en este caso, de rehabilitación de su adicción a las drogas.

En definitiva, el objetivo de esta comunicación es presentar las principales investigaciones y experiencias acerca de la utilidad del deporte como terapia en estos grupos; ayudándoles en su proceso de reeducación y de reinserción social, proceso que implica, en muchos casos, la rehabilitación de su drogadicción.

Palabras clave: jóvenes, delincuencia, deporte, actividad física, educación.

El deporte como medio de prevención de las adicciones

1. INVESTIGACIONES SOBRE EL PAPEL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA PREVENCIÓN DE CONDUCTAS DELICTIVAS EN JÓVENES EN SITUACIÓN SOCIAL DE RIESGO

Son ya numerosas las investigaciones en este campo, llegando a tímidas pero esperanzadoras conclusiones sobre el papel beneficioso del deporte y de la actividad física en la situación integral de estos jóvenes¹. Los principales autores que han investigado el papel del deporte en las acciones de inserción de jóvenes en situación marginal de riesgo son:

A nivel europeo²

1. Documento “Evolución y perspectivas de la acción comunitaria en el deporte” elaborado en 1998, en el que se distinguían cinco funciones específicas que las políticas europeas debían potenciar: una función educativa, una función de salud pública, una función cultural, una función lúdica y una función social.³
2. IX Foro Europeo del Deporte celebrado en Lille en Octubre de 2000; se ratificaron estas funciones y se recomendaron programas específicos, concretamente los dirigidos a luchar contra la exclusión, las desigualdades, el racismo y al xenofobia⁴.
3. Desde la Unión Europea⁵ se han redactado informes, especialmente en Francia, donde, desde la década de los ochenta se ha acumulado un valioso aprendizaje en torno a los vínculos entre la actividad física y las políticas de inserción dirigidas a colectivos de jóvenes desfavorecidos. A partir de esa década, los problemas de integración social afectan a importantes colectivos de la juventud francesa. Las zonas urbanas más
4. Algunas iniciativas llevadas a cabo en Francia, cuyas políticas sociales son conocidas por su carácter innovador y original, también van en esta línea y

¹ Este resumen es fruto de la investigación “*Actividad Física, Deporte y necesidades especiales: mejorar la cohesión social en poblaciones desfavorecidas*”, subvencionada por el Consejo Superior de Deportes en la convocatoria de concesión de ayudas a entidades y universidades públicas para proyectos de investigación y otras acciones en el ámbito de las Ciencias del Deporte (B.O.E nº de 24 de Junio de 1999). Esta investigación fue realizada por Joaquina Castillo Algarra (Universidad de Huelva), Antonio Santos Ortega, y Enriqueta Balibrea Melero (Universidad de Valencia).

² Las políticas de inserción social francesas aportan algunos instrumentos originales que sitúan al deporte en primer plano, las semejanzas entre las estructuras de estas políticas con las españolas hacen que esta rica experiencia pueda servir de ejemplo en un futuro para abordar los mismos problemas en nuestro país. Importantes programas públicos -como la “OPE” (operación prevención verano), los J-Sports, los Tickets-Sport o la operación 20000 proyectos J- han acogido a miles de jóvenes en los barrios y ratifican la entidad cobrada por el deporte como dispositivo de inserción. La evaluación positiva de la mayoría de estas intervenciones y los medios invertidos abren un panorama prometedor en este campo.

³ Comisión Europea. Evolución y perspectivas de la acción comunitaria en el deporte. Bruselas, 1998

⁴ Comisión Europea *Informe de Helsinki sobre el deporte*, COM (1999) 644 final, Bruselas, 1999.

⁵ Dos fuentes imprescindibles para encontrar repertorios de buenas prácticas en los países europeos son el informe del Consejo de Europa (1999) *Cohesión social et sport*, D/1999/5060/2. o el más reciente informe final de la Unión Europea realizado por Becker, P., Brandes, H. (2000) *Study on Sport as a Tool for the Social Integration of Young People*, Nº. 1999-0458/001-001 SVE – SVE4ET. El primero recoge, básicamente, fichas de experiencias llevadas a cabo en países en una gran variedad de terrenos asociados a la integración y a la cohesión social: experiencias en el terreno de las prisiones, de las drogodependencias, de la inmigración, de los menores delincuentes, etc. El segundo informe utiliza una metodología comparativa y analiza, a través de los estudios de casos de Alemania, Dinamarca, España, Francia y Gran Bretaña, las potencialidades del deporte en las políticas de inserción juvenil.

El deporte como medio de prevención de las adicciones

aprovechan el potencial del fenómeno deportivo para captar la atención de los jóvenes. Subrayamos la experiencia de la ciudad de Binche (Francia) *Streetball a Binche: un deporte de calle, un deporte para todos* en la cual se dota a los barrios *sensibles* de equipamientos básicos para la práctica del baloncesto y fútbol sala a cambio de su mantenimiento. También, la fundación belga de fútbol coordina un proyecto llamado *Foot de quartier* en el que se intenta entrar en contacto con los jóvenes a través del fútbol con el objetivo de atenuar el efecto gueto que se da en los barrios. El interés por el deporte facilita un contacto inicial para luego pasar a actividades o proyectos más elaborados, que convierten a éste en una herramienta eficaz en las políticas de inserción.

5. El investigador Charrier⁶ subraya la importancia de *la duración* como factor clave para la inserción. La brevedad de las experiencias reduce la intervención a acciones puntuales cuyos objetivos se pueden quedar en una acción *de parche*, paliativa, en el mejor de los casos en una acción cuyo mero objetivo es acercarse a los jóvenes. Este autor también recoge una experiencia de formación-empleo desarrollada por instituciones locales y autonómicas en colaboración con empresas en Bruay-sis (Francia). En una primera fase de esta experiencia, un equipo de técnicos y animadores deportivos trabaja con jóvenes entre 16 y 25 años en entrenamientos semanales que engloban gran variedad de deportes y otras actividades como conciertos, cine o artes plásticas. Después, en una segunda fase, los técnicos, junto con algunos de los jóvenes más participativos, imparten las actividades deportivas para los trabajadores de las empresas colaboradoras. En muchas ocasiones, éstas valoran positivamente la oportunidad de contar con esas actividades físicas para sus empleados, y proceden a darles continuidad a través de formas contractuales de fomento del empleo, como los denominados *contrato-empleo-solidaridad*. Veintidós empresas han firmado convenios con las instituciones impulsoras de esta iniciativa, desde 1994 a 1996.
6. En Francia, la frecuencia con que se han producido las conexiones entre la participación de los jóvenes en las iniciativas y su posterior implicación en posibles salidas profesionales u otros tipos de colaboración ha inspirado la reciente creación de programas de inserción profesional para la juventud *-emplois-jeunes-*, en los cuales ocupan un lugar central las actividades de animación sociocultural y sociodeportiva con la consolidación en el empleo de un buen número de jóvenes que se profesionalizan en estas áreas. Todas estas experiencias de formación, empleo y colaboración social han ido acompañadas del surgimiento de diversos títulos y cursos de especialización para estos campos profesionales, junto con experiencias y trabajos que intentan evaluar su eficacia real. Estas nuevas dinámicas profesionales, que ofrecen a los jóvenes resultados concretos para la mejora de su inserción, ofrecen muy buenas expectativas, pero hay que señalar que comienzan a producirse problemas ligados a la perpetuación de estos empleos y a la consiguiente necesidad de acrecentar el apoyo público si se quiere dar continuidad a estas intervenciones de alta rentabilidad social.
7. Otro caso que cabría destacar es la experiencia francesa de Lessines llamada *Un proyecto de lucha para la integración social y la seguridad: Team Lessines-Las 12 h. de la Chinelle*. Basada en la programación de pruebas de motociclismo

⁶CHARRIER, D.: *Activités physiques et sportives et insertion des jeunes: enjeux éducatifs et pratiques institutionnelles*. Ministère de la Jeunesse et des Sports, 1998.

El deporte como medio de prevención de las adicciones

- orientadas a jóvenes *enganchados* a prácticas ilícitas o peligrosas en la conducción, persigue moderar esta propensión a conducir sin normas a través de una carrera regulada. Complementariamente, la motivación de los jóvenes se aviva proporcionando conocimientos de mecánica que, junto con las relaciones positivas que se crean con las entidades participantes, facilitan la integración laboral de los jóvenes. Esta iniciativa resulta de gran interés, pues las motos ocupan un lugar central en su vida. Así pues, estas iniciativas persiguen enseñar otro rostro de los jóvenes y demostrar su capacidad para integrarse en la vida laboral.
8. Otros estudios franceses aportan matices de mucho interés y de optimismo respecto al papel del deporte en determinadas condiciones: las intervenciones deben inscribirse en proyectos globales y abrir sus puertas al exterior para provocar mejoras reales en las relaciones sociales. Algunos ejemplos sirven de orientación. Las denominadas *Olimpiadas Locales* son una muestra clara de potenciación de las relaciones entre los barrios. El éxito de esta iniciativa ha propiciado su difusión y entre las más innovadoras destaca la de Boulogne-sur-Mer, donde se vienen haciendo desde 1993. Son organizadas por los Ayuntamientos en colaboración con entes deportivos, sindicatos, medios de comunicación, organismos de formación y empresas. Grupos de jóvenes divididos por zonas eligen un deporte y preparan una prueba que a lo largo de todo un día tendrán que realizar junto a los equipos de los otros barrios. Además, la organización invita a deportistas famosos como padrinos de los encuentros deportivos. Estas iniciativas aprovechan intensamente la capacidad de convocatoria y movilización que se produce alrededor de un evento deportivo y que atrae a muchos jóvenes de zonas difíciles.
 9. Centrado en las relaciones étnicas, Rasse⁷ expone el caso basado en la creación de un club de fútbol para los jóvenes en el seno de un barrio en Saint-Priest. La experiencia involucra a padres, hijos y a otros miembros de la comunidad que colaboran para lograr una mejora común. A pesar de los conflictos étnicos que pueda concitar, el fútbol se trata aquí como un terreno socialmente neutral y capaz de reagrupar a sujetos de diferentes etnias alrededor de un proyecto de integración y de progreso social de los jóvenes. Asimismo, Thomas⁸ ha estudiado la influencia de la práctica deportiva sobre las relaciones interétnicas a través de un trabajo realizado en la periferia parisina, con un equipo de fútbol compuesto por jugadores de tres etnias: el grupo A, franceses de origen; el B, de argelinos; y un tercero, de sujetos con la doble nacionalidad francesa y argelina. En dos momentos diferentes - antes y después de un periodo de entrenamiento- se les ha pasado a cada uno de los jugadores un cuestionario sociométrico, donde se les pedía que valoraran del 0 al 20 a los demás según la afinidad que sentían. La comparación de los resultados entre los dos momentos muestra una mejora general de las notas y, consiguientemente, una evolución favorable de las actitudes de cada grupo frente a los otros.
 10. La escuela, y más en concreto la práctica deportiva allí desarrollada, es también un territorio que puede instrumentalizarse para favorecer la cohesión entre grupos. En una reciente iniciativa, emprendida en 1998 por el Servicio de Promoción Educativa del Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid y financiada por el Consejo

⁷RASSE, P.: *Espace urbain et intégration culturelle*. Actes du colloque: Sport and insertion sociale, Villerbaune, 6 et 7 dec, pp.83-89, 1991.

⁸THOMAS, R.. "Utilisation du sport en vue de l'atténuation des conflits interethniques". *Du stade au quartier*, París: Syros, 1993

El deporte como medio de prevención de las adicciones

Superior de Deportes, se ha seleccionado un método de trabajo que ponía el acento en la dimensión intersexual, intergeneracional e intercultural, aprovechando el potencial de fusión que la actividad física puede despertar entre grupos de sexo, etnia, o edades diferentes. Las actividades lúdicas y los juegos de cooperación, así como los deportes al aire libre, han sido los procedimientos utilizados para intentar no reproducir un modelo de estructura competitiva y conseguir crear espíritu de grupo.

11. Otro caso en el que se logra el aumento de la integración social, por la colaboración interinstitucional y la participación de múltiples promotores: la región de Nordrhein-Westfalen, una zona de Alemania sumida en un proceso de desindustrialización y crisis social, ha promovido para el trienio 1997-2000 una iniciativa de envergadura denominada *Los jóvenes en marcha hacia el próximo milenio: actividad física, juego y deporte con los jóvenes de zonas urbanas desfavorecidas*. En diferentes barrios dentro del territorio se han creado estructuras de cooperación entre las asociaciones deportivas y la Administración, y acuerdos de colaboración con las escuelas. Igualmente, se ha potenciado la participación organizando sesiones de discusión con los jóvenes para identificar los lugares de implantación y el diseño de los equipamientos. La evaluación indica que las prácticas más exitosas han sido el *basket* y el fútbol de calle; el *skate*; los servicios de juegos móviles; los espectáculos nocturnos (*basket* de medianoche) y la organización de cursillos regulares y talleres de deportes *divertidos* y de aventura *indoor*. En este caso, la magnitud de la organización permite ofrecer numerosos deportes y reduce los problemas de selección del tipo de práctica.
12. Otro autor francés, llamado Irlinger⁹, confirma los problemas existentes en una fase denominada *la etapa hacia la práctica de club*. En su análisis, señala tres complicaciones existentes en el flujo de la práctica de barrio a la práctica federada. La primera hace referencia a las diferentes finalidades perseguidas: *Para las intervenciones sociales, el deporte es un medio; para los clubes, los resultados son un fin*. La segunda está relacionada con los costes económicos, y la tercera atañe a los problemas de adaptación de los jóvenes a las normas de las federaciones y a los reglamentos deportivos: la anomia de los jóvenes choca a menudo con la disciplina del club.

Los principales investigadores que han estudiado la utilidad del deporte como parte de la terapia en grupos de jóvenes en situación social de riesgo en España son:

- Por un lado, los trabajos de González, Rebollo y González¹⁰, García y Carvajal¹¹ y de Durán, Gómez, Rodríguez y Jiménez¹², todos ellos centrados en problemas de

⁹IRLINGER, P. “*Sens de la regle dans les clubs sportifs et dans la cite*”. Du stade au quartier; le role du sport dans l'integration sociale des jeunes; actes du colloque organise par l'IDEF, 28-29 janvier 1992. París: Syros, pp.133-140 (collection IDEF). Refs: 8, 1993.

¹⁰ GONZÁLEZ, M.; REBOLLO, P.; GONZÁLEZ, E.: “Escuela Abierta: Una experiencia de intervención con menores en riesgo social”. *Trabajo social hoy*, nº 19, 1998, págs. 101-109.

¹¹ GARCÍA, A.I.; CARVAJAL, C.: “Escalada deportiva: instrumento educacional en jóvenes con problemas conductuales”. En *Motricidad y Necesidades especiales* Asociación Española de Motricidad y Necesidades especiales, 1999, págs. 296-301.

¹² DURÁN, J.; GÓMEZ, V.; RODRÍGUEZ, J.L.; JIMÉNEZ, P.J.: *La Actividad Física y el Deporte como medio de integración social y de prevención de violencia: programa educativo con jóvenes socialmente desfavorecidos*. I Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura: Facultad de CC. Del Deporte, 2000. Págs. 405-414.

El deporte como medio de prevención de las adicciones

violencia y delincuencia en el ámbito educativo o en los centros de atención especial. También debemos destacar, como una de las investigaciones más interesantes que se han realizado hasta ahora en nuestro país por su aplicación práctica, el trabajo doctoral de Jiménez Martín¹³, que estudia cómo educar a jóvenes de riesgo a través de la actividad física y el deporte en la comunidad de Madrid.

- Por otro, la investigación llevada a cabo por los profesores de la Universidad de Valencia, Santos y Balibrea. Estos autores se ocupan de un estudio de caso, concretamente el de los jóvenes residentes en los barrios de acción preferente de la Comunidad Valenciana¹⁴. En el caso de los barrios, la investigación se centró en los adolescentes con problemas relativos al fracaso escolar, la desatención corporal o el callejeo, y en el segundo caso se estudiaron otras dimensiones, como la autoestima, la organización del tiempo o las expectativas de reinserción. La metodología empleada consistió en un enfoque cualitativo basado en entrevistas en profundidad.

A continuación resumimos las conclusiones más importantes de este estudio, que deberían ser tenidas en cuenta por cualquier programa que pretenda potenciar la inserción social a través de la actividad física.

- Las acciones de deporte-inserción no son un remedio milagroso para luchar contra la exclusión de los jóvenes, frenar la delincuencia o el uso de drogas. Sólo conseguirán resultados exitosos si se impulsan mediante una consistente voluntad política, que promueva iniciativas a medio y largo plazo sobre las zonas urbanas desfavorecidas.
- Las acciones implican un alto nivel de preparación técnica por parte de los responsables, de manera que queden cubiertos tanto los aspectos técnico-deportivos como el acompañamiento socioeducativo por parte de los profesionales de la acción social en los barrios.
- El desenlace positivo de las acciones está condicionado por la inscripción de éstas en estructuras deportivas de clubes y federaciones, de modo que a través de éstas se consiga la integración de los jóvenes beneficiarios en marcos deportivos con normas, reglamentos, organización y obligaciones, y a su vez se amplíen los contactos de los jóvenes de los barrios con otros estratos juveniles de la ciudad.
- Es esencial que las experiencias fomenten y cuenten con la participación de los propios jóvenes; de esta manera, se podrán conocer sus demandas y sus gustos deportivos. La selección de deportes alejados de su cultura deportiva (golf, equitación, por poner casos extremos) requeriría un extenuante trabajo de sensibilización, que hace recomendable abordar prácticas deportivas cercanas a la composición de clase de estos jóvenes.

Todas estas conclusiones alientan la utilización de la actividad física y el deporte, no sólo en los barrios desfavorecidos y en las zonas de exclusión.

¹³ JIMÉNEZ MARTÍN, P.J.: *Modelo para educar en valores a jóvenes en riesgo a través de la Actividad Física y el Deporte: una experiencia en la comunidad de Madrid*. Congreso Internacional de Educación Física, Universidad de Cádiz, 1999, págs. 761-768.

¹⁴ Este caso forma parte del dossier “*Actividad Física, Deporte y necesidades especiales: mejorar la cohesión social en poblaciones desfavorecidas*”, ya mencionada con anterioridad.

El deporte como medio de prevención de las adicciones

2. PROGRAMA PARA FAVORECER LA INTEGRACIÓN SOCIAL Y LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN JÓVENES SOCIALMENTE DESFAVORECIDOS

La actividad física y el deporte como tales no tienen por qué educar en valores positivos, sino que depende de la utilización que se haga de los mismos por la persona que los utiliza. (Gutiérrez, 1995, 1997; Trepát, 1995). Para que verdaderamente se dé una educación en valores es necesario establecer una metodología precisa con unos objetivos concretos, unas actividades y estrategias prácticas que los hagan operativos y unas técnicas de evaluación adecuadas que nos permitan confirmar si se ha producido una mejora en los valores y actitudes de los alumnos tras nuestra intervención. (Figley, 1984; Wandzilak, 1985; Miller y Jarman, 1988; Gutiérrez, 1995, 1997; Hellison, 1991, 1995). Un programa donde los valores se convierten en el fin, y donde la actividad física y el deporte se utilizan como medio para conseguir dicho objetivo

Errores más comunes en la aplicación de programas de intervención

Un aspecto fundamental que debemos conocer a la hora de trabajar con estas poblaciones son los principales errores que se han producido en la aplicación de los programas de intervención, y que deberíamos evitar. Siguiendo los trabajos de Goleman (1997), Martinek y Hellison (1997); Lawson (1997), Martinek, McLaughlin y Schilling (1999), podemos decir que desde un punto de vista general no funcionaron aquellos programas que:

1. *Culpaban a la víctima*, es decir que indirectamente veían a estos jóvenes como los responsables de todos los problemas sociales que se dan en la ciudad en vez de culpar a las deficiencias del sistema: escuelas y servicios sociales ineficaces, mínimas oportunidades económicas, falta de implicación política... Es más conveniente que en vez de ver a estos jóvenes como problemas a tratar se les identifique como recursos a desarrollar.
2. Han fallado aquellos que se centraban más en las deficiencias y debilidades que padecen estos jóvenes que en tratar de potenciar la construcción de sus puntos fuertes y sus posibilidades.
3. Han fallado aquellos programas que buscaban eliminar sus conductas desviadas pero sin tener en cuenta la realidad y la cultura donde se desenvuelven estos jóvenes.
4. Los programas que se planteaban simplemente como actividades recreacionales y de ocio sin ningún trabajo de reflexión por detrás.
5. Los que no han tenido en cuenta que la simple información no es suficiente. Por ejemplo, no basta con saber qué es la violencia y cuáles son sus efectos. Debemos enseñar alternativas y emplear estrategias prácticas que obliguen a la participación activa de los sujetos y refuercen diariamente los aspectos teóricos que queremos transmitir.
6. Otro gran problema es que muchas campañas de prevención llegan demasiado tarde, cuando la situación ya es bastante problemática y ha arraigado en la vida de los jóvenes.

A todos estos errores debemos añadir además una serie de factores que dificultan el desarrollo de los programas, como es que el trabajo que realizan los educadores con este tipo de poblaciones, además de que suele hacerse normalmente desde el anonimato

El deporte como medio de prevención de las adicciones

y el aislamiento, sin obtener la mayoría de las veces el reconocimiento público que se merece, es un trabajo que no está bien remunerado y carece de apoyo institucional, donde los incentivos y los premios son insuficientes y muchas veces falta preparación e información específica para intervenir.

Importancia del perfil del educador

Una de las conclusiones más relevantes que obtuvimos en la tesis doctoral *Modelo de intervención para educar en valores a jóvenes en riesgo a través de la actividad física y el deporte*, y que hemos confirmado posteriormente a lo largo de nuestras investigaciones, es la enorme importancia que posee el perfil del educador que vaya a intervenir con estos jóvenes a la hora de conseguir mayor o menor éxito en la puesta en práctica de sus programas. En lo que respecta al perfil nos estamos refiriendo principalmente a las estrategias que adopta esta persona para establecer el contacto con estos jóvenes y desarrollar su trato personal. En este aspecto vamos a exponer algunos recursos útiles a la hora de establecer una conexión positiva con los alumnos.

- *Conoce a tus alumnos*

Todo lo que enseñamos en nuestras clases carece de sentido si no somos capaces de conectar con los alumnos, y la mejor forma de hacerlo es conociéndoles. Conocer a tus alumnos supone un trabajo diario en que les preguntes, incluso fuera de clase, por su vida, gustos, aficiones, miedos, problemas, preocupaciones, necesidades, si todo les va bien...; debes llegar a conocer individualmente a cada alumno.

- *Ten claro hasta dónde te puedes implicar emocionalmente*

Conforme vas adquiriendo confianza con estos chavales, ellos se empiezan a abrir contándote sus problemas personales, algunos de los cuales te pueden impactar mucho personalmente.

Es muy importante que les escuches porque necesitan contárselo a alguien, pero también es esencial aprender a establecer una distancia tanto emocional como profesional para no dejarse arrastrar ante muchas situaciones de verdadera injusticia, siendo consciente de que tú no puedes resolverles su vida. Podrás actuar en algunas situaciones ayudándoles, pero en otras debes contar siempre con la colaboración del tutor o incluso de personal especializado.

Quizás sea de ayuda tener claro que tu aportación consiste en que les estás dando la oportunidad de practicar unas actividades que a lo mejor no hubiesen podido hacer nunca en su vida, unos valores alternativos que pueden favorecerles en sus relaciones y su trabajo, y sobre todo, una perspectiva de futuro para sus vidas.

- *Establece reflexiones personales y debates en grupo*

La única forma de cambiar los valores o actitudes de una persona es hablando con ella y ofreciéndola experiencias que le obliguen a desarrollar un razonamiento moral. Cuando establezcas debates con los alumnos, haz incidencia sobre los conflictos diarios de cada sesión, teniendo en cuenta que lo importante es que sean ellos los que más hablen.

Dentro de esta reflexión es importante enseñarles que, más importante que lo que les pasa, es cómo responden a ello. Muchos alumnos ante un suceso de frustración hacen cosas que no tienen sentido, como golpear una pared, romper algo, pelearse...; tienes que ayudarles a darse cuenta de que tales acciones no van a conseguir resolver el problema y de que tienen que buscar otros recursos basados principalmente en el

El deporte como medio de prevención de las adicciones

diálogo. También deben aprender a relacionar esfuerzo y éxito, de modo que si no sale algo es porque no se ha trabajado lo suficiente y no porque no sirvan para nada.

- *Suaviza la figura de autoridad*

Debemos adaptarnos a cómo son y a cómo tratan a la gente. Desde el primer día te van a poner a prueba y querrán conocer tus puntos débiles, es decir, qué grado de descontrol, falta de educación y respeto estás dispuesto a aguantar, insultándote, pasando de las actividades que les propongas, sentándose a fumar si no les gusta lo que planteas e intentando que sólo se juegue al fútbol...

No caigas en el error de adoptar una figura de autoridad gritándoles, castigándoles o criticándoles porque no te van a hacer ni caso y vas a perder el tiempo, frustrándote todavía más. Tu papel debe estar más cercano al de *amigo* que al del profesor como autoridad, que sepan que pueden contar contigo para lo que sea pero manteniendo siempre un escalón de respeto al que no podrán acceder.

Un buen recurso que puedes utilizar para marcar ese límite es ponerte serio y mostrarles con una mirada que han pasado una frontera prohibida, aunque en algunas ocasiones tendrás que recurrir a una pequeña bronca basada en la reflexión de lo que está ocurriendo en clase para conseguir que transformen su actitud.

- *Ponte en su lugar*

El trabajo de la empatía debe comenzar por ti. Ponte en el lugar de tus alumnos para entender el por qué de sus conductas y actitudes. *Ese alumno ¿por qué hace eso? Yo en esas mismas circunstancias personales, ¿haría lo mismo?*

Estos jóvenes cuando vienen a clase arrastran toda una compleja vida personal que no podemos olvidar. Conocer la vida de tus alumnos por lo que te cuentan o lo que te pueden informar los tutores te ahorrará la frustración de no entender muchas conductas y cambios de comportamientos en tus alumnos y te ayudará a ser más tolerante ante situaciones de estrés.

Si descubres que a ese alumno el otro día le ha apagado su padre un cigarrillo en el brazo y le ha dado una paliza, que se turna con su hermano para que su padre le dé una paliza todos los días... podrás entender por qué un alumno en clase le pega una patada la balón con toda su mala leche, por qué muchos se sientan y no hacen nada, por qué ha venido bebido o por qué hay alguno que parece que *no tiene solución...* Pero también te ayudará a valorar mucho más a ese que teniendo otro tipo de situación parecida va a tus clases, te ayuda a motivar a los demás, se implica en llevar voluntariamente un calentamiento..., o que está simplemente sonriendo o participando feliz..

- *Establece contacto físico con tus alumnos*

Está claro que al principio lo mejor no es tocarles porque lo pueden considerar una ofensa al no conocerte, pero con el tiempo verás que serán ellos los que te empezarán a abrazar o buscarán un contacto físico. No te escabullas y hazlo tú también. En los estudios se ha demostrado que con esta simple acción se gana una mayor confianza con el alumno.

- *Potencia siempre su autoestima*

Resaltando lo que hacen bien, valorando sus esfuerzos, animándoles y reconociendo lo que hacen constantemente, incluso diciéndoles las cosas que hacen que te alegres. Puedes conseguir mucho con algunos detalles, como darles una foto a cada uno realizando su actividad favorita, hacer un vídeo de clase donde sean los protagonistas...

El deporte como medio de prevención de las adicciones

Cuando enfatices un resultado o una mejora, hazlo siempre centrando la atención en la superación personal o en el trabajo de grupo, más que en la comparación individual o el reto contra otras personas.

- *Toma conciencia de que eres un modelo para tus alumnos*

Tienes que tener siempre presente que todo lo que dices en tus clases afecta a los alumnos y que siempre están pendientes de tu comportamiento. Este apartado hace referencia a la importancia del principio de coherencia personal, desde el punto de vista de reducción de la diferencia entre lo que se dice y lo que se hace.

Si quieres establecer unas reglas tienes que ser el primero en cumplirlas; es decir, si quieres que se duchen tendrás que ducharte con ellos, si no quieres que fumen tú tampoco lo harás...

- *Reflexiona personalmente sobre cuál es el nivel de tolerancia que estás dispuesto a aguantar*

Puede ser todo un éxito que de 15 alumnos sólo 10 estén trabajando al máximo, que de una hora realicen durante 20 minutos la actividad que les habías propuesto..., pero no dudes en mostrarles cuáles son tus sentimientos hacia sus actuaciones en clase, avisándoles de los abusos que cometen, su falta de esfuerzo o implicación, la debilidad de sus argumentos...

Finalmente, es necesario saber también que muchas veces vas a encontrar que algunos alumnos que parecía que estaban asimilando muy bien los valores que se les intenta transmitir, de repente cambian sus conductas y dejan de escucharte, no participan más, te insultan, se pelean o no vuelven más por clase..., e incluso que aquellos a los que dabas por imposible cambien de repente y se conviertan en modelos positivos...

Esto es debido a que un año de intervención es insuficiente para conseguir cambios significativos en estos jóvenes. Estos alumnos arrastran una experiencia negativa de 14 o de 21 años que les ha enseñado a actuar de una determinada manera y a ser como son, y un simple año de intervención con una o dos sesiones semanales son insuficientes para cambiar unas estructuras que ya están muy fijadas en su persona.

Para conseguir cambios significativos en las conductas y actitudes de estos chavales, que además puedan transferir a su vida cotidiana, es imprescindible realizar intervenciones de tres o cuatro años como mínimo con el mismo grupo de alumnos, y a ser posible, jóvenes en una edad (8-10 años) en la que estarían menos estructurados estos comportamientos y tendrían una mayor capacidad de asimilación.

3. CONCLUSIONES

Entender hoy día el término *jóvenes en riesgo* como una realidad especial y específica nos podría confundir en algunos aspectos. Si analizamos los problemas que afectan a la juventud actual en general, esta definición abarcaría a un importante segmento de la población adolescente y no sólo a una minoría de jóvenes de los barrios marginales y deprimidos de la ciudad. *Las conductas de riesgo pueden generalizarse a toda la población.*

Una realidad y uno de los futuros retos a los que debemos hacer frente en nuestra sociedad es el aumento del fenómeno de la violencia y la conflictividad en los centros educativos normalizados, así como del número de población inmigrante que accede a los mismos y que es necesario integrar.

El deporte como medio de prevención de las adicciones

El aumento de la presencia policial en los centros escolares, el aumento de la violencia hacia los profesores... nos muestran que cada vez más la violencia está adquiriendo un gran protagonismo y que empezar a poner en marcha el trabajo de prevención sería un aspecto esencial para evitar este mal.

Europa ya está desarrollando numerosos programas para la prevención de la violencia donde se destaca una mayor concienciación hacia la necesidad de una educación orientada en la promoción de valores y el desarrollo de las habilidades sociales de relación a través de cursos de formación para los profesores, programas de formación para la interpretación de los medios de comunicación, el intercambio con jóvenes de otros países, el fomento del trabajo social juvenil desarrollando visitas a centros de refugiados y la colaboración con inmigrantes, la mayor implicación de los padres en los programas de intervención, la utilización del deporte extraescolar para favorecer la ocupación positiva del tiempo libre, la búsqueda del aumento en los puestos de trabajo...

La extensión de los programas de intervención específicos con jóvenes en riesgo hacia la educación normalizada empieza a ser así una realidad plenamente plausible y mucho más cercana de lo que podemos imaginar.

Por otro lado, y cambiando hacia una perspectiva más política, muchas veces la sensación que nos queda tras los programas de intervención es de enorme frustración, ya que a pesar de conseguir en muchos aspectos resultados enormemente positivos para los alumnos, no dejan de ser pequeñísimos remiendos ante una situación que requiere una toma de conciencia política y educativa que sin duda nos desborda.

Nuestra experiencia nos dice que aunque la actividad física y el deporte tienen mucho que aportar a estas poblaciones siempre que se elaboren programas de intervención con una metodología precisa, estrategias y recursos adaptados, así como unas buenas técnicas de investigación que permitan comprobar los resultados de nuestro trabajo, también es fundamental la necesidad de una intervención global desde todos los sectores que afectan a la realidad de estos jóvenes para que verdaderamente se produzcan cambios significativos en sus vidas.

La actividad física y el deporte utilizados de forma exclusiva se convierten en un simple *parche* para una situación que demanda prioritariamente y de forma directa una implicación política, económica y social por parte de nuestra sociedad. Los actuales programas de intervención encuentran una gran limitación ante los procesos de socialización que han experimentado estos jóvenes y los factores de riesgo a los que están sometidos diariamente en sus vidas debido a la pobreza, la falta de oportunidades de trabajo, la desestructuración familiar, etc. que se dan en los barrios marginales donde viven.

Por mucho que realicemos una labor educativa especializada con estos jóvenes, si no erradicamos estos entornos sociales y económicamente desfavorecidos, es muy fácil que muchos de ellos vuelvan a caer en conductas de riesgo como la delincuencia, las drogas, la violencia, los embarazos de adolescentes, etc., ante la presión a la que se ven sometidos cotidianamente.

Uno de los futuros retos a los que deberán hacer frente los políticos y la sociedad, igual que se ha conseguido una buena calidad de vida para los discapacitados, será la búsqueda de soluciones y la puesta en práctica de las mismas para erradicar esas escandalosas deficiencias que sufre esta población en nuestras ciudades.

Vivimos en un sistema democrático que afirma la igualdad de derechos de todos los ciudadanos, pero parece que nos contentamos con la simple igualdad de

El deporte como medio de prevención de las adicciones

oportunidades y ante la ley. Parece que no nos preocupan tanto las desigualdades económicas mientras los pobres tengan cubiertas sus necesidades básicas y no se mueran de hambre, pero es evidente que esto no es suficiente.

Quede este trabajo como ejemplo de lo mucho que queda por profundizar en nuestros actuales sistemas democráticos para que todas las personas puedan realmente llegar a adquirir su plena humanidad y libertad algún día, camino que sólo es posible a través de unos mínimos educativos que aún hoy, a principios del siglo XXI en España, muchos jóvenes están muy lejos de alcanzar.