

## **“La Educación física como instrumento terapéutico-educativo en la rehabilitación de toxicómanos/as, asumida por un equipo terapéutico multidisciplinar, a través de tareas simples significativas en los centros de acogida de Proxecto Home Galicia”.**

*Iván Martínez Lemos*

Lic. en Educación Física (Rama de Didácticas Especiales)

“Adición y Dependencia son términos concurrentes que expresan la pérdida de libertad interior ante un deseo, reflejada, como decía Kant, no en la incapacidad de eliminar el deseo sino en la de resistirse a él y controlarlo. A partir de este momento, la dinámica de libre elección del sujeto experimenta una quiebra importante” (Frco. Alonso-Fdez., 1996). Así empieza uno de los últimos y más interesantes libros publicados en España sobre el fenómeno de las toxicomanías; *“Las otras drogas; alimento, sexo, televisión, compras, juego y trabajo”* e identifica perfectamente el perfil de la personas con la que nosotros trabajamos.

La drogodependencia es una realidad compleja y difícil, para la que no existe una solución simple y mágica. Se impone una reflexión que ofrezca una visión global, profunda y crítica, de su significado y la actitud social ante la misma.

Afortunadamente en la actualidad existe consenso sobre la evidencia de que la drogodependencia no es una responsabilidad del toxicodependiente, sino que es alimentada por las actitudes y el actual estilo de vida de la sociedad. El sistema socio-estructural y cultural, ideológico y de valores adolece de graves carencias y contradicciones, que repercuten negativamente en la actitud existencial de las personas. La drogodependencia hoy hunde sus raíces de modo interrelacionado, en la realidad individual, familiar y socio-cultural (Isaac Nuñez, 1994).

La drogodependencia en la actualidad presenta aspectos y preguntas inquietantes. Siempre han existido drogas y consumidores. Eran drogas propias de las distintas culturas, cuyo uso era una costumbre social e, incluso, un medio más de convivencia e integración comunitaria; aunque dicho uso nunca estuvo exento de graves abusos, con repercusiones nocivas para el individuo y para la sociedad. ¿Por qué el consumo de drogas legales e ilegales? ¿Por qué dicho

consumo se da hoy preferentemente entre adolescentes y jóvenes? Anteriormente, el consumo habitual y, sobre todo, la adición a ciertas drogas era un atributo preferentemente propio de adultos. Asistimos, pues, a un fenómeno inédito y cualitativamente distinto en lo referente a la drogodependencia, que es necesario analizar profundamente.

Algún autor como Gonzalo Rdguez. Cabrero (1988), subraya que la drogodependencia actual es un coste a asumir por el proceso de modernización en curso. La transformación económico-tecnológico-consumista, de esta era post-industrial, unida al marco de actitudes y valores existenciales subyacentes a la misma, estaría en el origen del problema actual del consumo de drogas.

No obstante siguen existiendo opiniones de autoridad que insisten en el discurso de que las drogas le han servido para enfocar de una manera distinta sus relaciones con el miedo, para tratar su interioridad y su exterioridad mediadamente, en vez de inmediatamente, o que afirman que el consumidor actual de drogas ilícitas es una persona contestataria, que no se quiere crear el menú reglado que le dan los gobiernos, pero está haciendo de cobaya de una revolución en la psicofarmacología, tal y como opina Antonio Escohotado, (1995).

En el año 1979 el Centro Italiano de Solidaridad (CeIS) tras encontrarse con el fenómeno de la drogadicción decide implantar en Roma un Programa de Rehabilitación y Reinserción denominado "PROGETTO UOMO", inspirado en los principios de la Comunidad Terapéutica de Daytop Village fundada el año 1964 en la isla de Richmond, al sur de Manhattan, uno de los arrabales de New York. El 20 de agosto de 1984, PROYECTO HOMBRE abre sus puertas en Madrid y el 30 de mayo de 1986 se constituye la Confederación de Programas de España.

En 1989 son aprobados los estatutos por el Ministerio del Interior y se cambia la denominación de "Confederación" por la de "Asociación Proyecto Hombre", siendo cada programa autónomo en su funcionamiento económico, organizativo y jurídico. En 1993 fue declarada de Utilidad Pública por el Consejo de Ministros. Su carta fundacional establece claramente que se trata de un Programa sin fines lucrativos de carácter aconfesional, que no se coloca en el área de los partidos políticos, que está abierto a todos los jóvenes y adultos, que no es un programa de índole sanitario, que sí es un Programa Terapéutico-Educativo Libre de Drogas, que al grupo de Educadores del Programa se les pide disponibilidad en el servicio y profesionalidad en la intervención y no se discriminará a ninguno/a por sus ideas políticas o religiosas, que dichos educadores/as reciben una formación según las indicaciones del Comité Técnico de la Escuela de Formación de Aravaca, (Madrid), que el Programa rechaza

cualquier tipo de violencia, que el proceso Terapéutico es voluntario y que el programa también se dirige en su atención a las familias y establece una terapia familiar paralela.

Proxecto Home Galicia abrió sus puertas en Santiago el 23 de enero de 1990 y en Vigo el 11 de mayo de 1993. Actualmente atiende a unos 500 residentes, dispone de 50 terapeutas y más de 120 voluntarios. Hasta el momento han finalizado satisfactoriamente su proceso 74 ex-toxicómanos que hoy son altas terapéuticas. El Programa dispone de un Sector Médico y Jurídico propios, así como un Centro de Estudios y varios pisos de acogida.

De forma experimental desde hace un año, Proxecto Home Galicia puso en marcha un proyecto consistente en incluir a un Lic. en Educación Física en su Equipo Terapéutico como encargado de programar, llevar a cabo y evaluar la actividad físico-deportiva que se le ofrece al residente, desde la intención de ser un instrumento terapéutico más. La experiencia resultó y está resultando apasionante, desde la oportunidad de un trabajo interdisciplinar dentro de una dinámica horizontal de colaboración rica en aportaciones y compañerismo, es decir; “formando equipo”, en el sentido más deportivo y positivo de la palabra.

El reto personal y profesional era grande, y nuestro primer paso era diseñar una Programación para la primera fase del programa; “Acogida”, que supone un mínimo de 6 meses en régimen no residencial y de acompañamiento. No nos preocupó tanto el contenido como el método, pues se trataba de un grupo con necesidades educativas muy especiales, en un marco Terapéutico, del que había muy poca, casi ninguna, experiencia previa publicada.

Anterior a cualquier elección de metodología alguna, por lúcida y completa que sea la inquietud profesional, y certera y apropiada la elección, hay que pararse ante un interrogante necesario que Jacques Florence propone en forma de triple pregunta:

*¿somos conscientes, en las sesiones que habitualmente animamos, de utilizar una determinada metodología?, esta metodología utilizada, en el mejor de los casos, ¿podríamos definirla, describirla someramente?, y finalmente, ¿están los destinatarios de nuestra intervención educativa informados de este proceso, o pueden discernirlo al menos a través de nuestros modos de trabajar o por medio de las consignas repetidas numerosas veces? Este es el punto de partida de cualquier reflexión previa a la organización de nuestra labor educativa.*

Centrados en la población que nos ocupa, el de las toxicomanías, y en el ámbito terapéutico dentro de un Programa Libre de Drogas, no podemos olvidar que seguimos condicionados por la “*Eficacia Escolar*”, en este caso terapéutico-educativa cuyos *ingredientes* son *el tiempo dedicado a la materia*, en este caso

de una hora escasa a la semana, *el interés hacia las tareas*, muy alto por el nivel de motivación de los residentes, *la adaptación del contenido a la edad*, especialmente cuidado para no provocar ningún tipo de rechazo o discriminación, y el *clima afectivo*, de gran calidad por la dinámica de convivencia que se vive en el Centro. Igualmente importantes son las *variables de contexto y de programa*, es decir, el nivel de escolaridad, (no olvidemos que el 54% posee un nivel de graduado escolar o inferior) y los objetivos, materia y metodología del Centro. Todo esto acompañado de un constructo fundamental como es *la motivación*, centrado en la presentación de la tarea, momento clave para el éxito de sesión y programación. Para ello el grupo clase deberá de ser un lugar de obligaciones asumidas, un foro de confrontación en aras de conseguir respeto, honestidad, etc. y un área de diferencias toleradas. En este sentido, la figura del profesor/a debe ser la de alguien disponible, o dicho de otra forma, alguien que pase de la obligación a la motivación, de la confrontación a la relación y de la movilización a la autoestimulación desde la heterogeneidad.

La motivación, entendida como persistencia de una conducta para la educación física y el deporte, y como medio inestimable e insustituible para el principio de un cambio en las conductas consideradas negativas que han conducido a una vida de consumo y dependencia, persigue unos fines y se articula a través de unos medios. Los primeros debieran coincidir con las *necesidades de los sujetos a los que dirigimos nuestra intervención*, que en esencia vienen determinadas por la propia condición biológica, tales como la necesidad de movimiento, de diversión, de imitación, de identificación, de conocimiento, de participación, de superación, de ponerse a prueba, de vencer obstáculos, de acertar, de producir algo personal, de cooperar, de seguridad, de jugar, de descubrir, de ensayar, de conocerse, de vencer su miedo, de comunicar soluciones, de equilibrio, de calma, de ser percibido, de sentirse valorado, de progresar, etc. Los segundos, los objetivos, son decisión del profesor, persiguen la ya citada eficacia de la enseñanza y se resumen en la relación dentro del grupo-clase en una E.F. para todos y todas, en dónde la motivación a la acción sea el permanente motor de la reflexión. Elemento decisivo para personas que están asumiendo en esta primera fase de su proceso, que su problema no es la droga sino ellos y ellas mismos/as y que la motivación para el cambio han de buscarla en el grupo y en la expectativa de una vida nueva y auténtica.

La *Estimulación* se llevará a cabo a través de una *intervención no verbal*, definida por el emplazamiento y desplazamiento del docente, la mímica, la mirada y la implicación motriz, y *la verbal*, a través de refuerzos positivos, en consonancia con el mensaje gestalt de fondo que impregna el programa y se resume en la frase: ¡Tu puedes! Por consiguiente y de acuerdo a dicha filosofía, las interjecciones tónicas o los estímulos represivos que transmiten temor, con

estas personas, acostumbradas al vocabulario, ambiente y jerga callejera no son nada apropiados y transmiten mucha violencia y negatividad, es por todo esto que los desestimamos, convencidos como estamos de que motiva más reforzar lo acertado que reprender lo mal hecho. Dichos *estímulos positivos*, en los que se centra nuestra intervención, requieren de una implicación afectiva del docente, a través de consignas del tipo: “vamos a ser capaces de... podemos conseguir... intentemos a ver qué pasa con...”.

Inmersos como estamos en una acción pedagógica es deseable una adquisición de motivaciones, suscitando actitudes positivas, siendo ante todo Terapeuta-animador pero sobre todo teniendo en cuenta e interiorizando que tan importante como métodos, progresiones y correcciones, que evidentemente lo son, es la actitud de transmitir, es decir, el deseo de superarse y la confianza que pueda irradiar nuestra presencia. La población toxicómana a la que atendemos, debido a su grado de desestructura personal y social navega en busca de modelos de referencia y siendo educadores en un programa de rehabilitación, el aprendizaje observacional y el mimetismo son armas de doble filo que hay que saber utilizar. Igualmente importante es la diversificación de estímulos, ya que de ningún modo podemos olvidar la diversidad de necesidades y es que nos enmarcamos en el seno de una *pedagogía diferenciada* que rechaza toda generalización.

Evidentemente lo que une a los residentes es su intención de rehabilitación, pero esto no significa que el problema o causa desencadenante de esa conducta adictiva sea el mismo, de hecho, cada persona tiene una problemática particular y compleja que puede tener puntos en común con otras pero que, de cualquier manera, es absolutamente original y única. Es un grave error cosificar de manera simplista a un colectivo como el de los ex-toxicodependientes que realizan un programa de rehabilitación, y que están luchando por cambiar sus vidas. Por último y todavía dentro del marco de la acción pedagógica en la que nos situamos, deberemos respetar escrupulosamente una detallada jerarquía de necesidades del residente, tales como la *necesidad de movimiento* y en este sentido tendremos que asegurarnos de que toda persona reciba, (en terminología de Jacques Florence, 1991), su “ración” de movimiento. La *necesidad de seguridad* se traducirá en la oferta de un ambiente positivo y cálido que genere cercanía, la *necesidad de descubrimiento* la colmaremos con la posibilidad de enfrentarse a algo nuevo... y así con otras necesidades que todo ser humano, por naturaleza, tiene.

Es comúnmente aceptado que el problema impuesto por la tarea, mucho más que el discurso del profesor/a, es el que hará que la actividad sea o no motivante. Y es precisamente por esto que el docente tendrá que cumplir una triple función

a la hora de *valorar la tarea, mostrar aprecio por ella y transmitir esperanza en el éxito de su ejecución*. Con personas acostumbradas a cosechar fracasos, o mejor dicho, a vivir todo tipo de experiencias como fracasos absolutos, lo cual indica hasta qué punto tienen distorsionada su capacidad de autovaloración y análisis, el hecho de impulsar, dar ánimo, preocuparse e incluso confiar de principio en la buena realización, comunica una expectativa de eficacia que actúa como trampolín hacia un nivel de autoestima superior.

Es importante advertir, cuando se habla de tareas simples, y éste es el caso, que simplicidad no significa facilidad. *Tarea simple* es aquella que conteniendo sólo un nuevo elemento de dificultad, representa para el alumno/a una sola cosa que realizar, y le *permite centrarse en un fin único y claro*. Las ventajas a priori de las tareas simples, son evidentes; se comunican rápidamente, permiten entrar a todos/as en acción satisfactoriamente, aspecto a tener muy en cuenta por nosotros en la intervención terapéutica, que deberá partir siempre de la integración que genere confianza, nunca de la segregación por motivos de sexo, nivel de eficacia, patología, años de consumo, deterioro físico, edad o similar. El objetivo maestro y director de toda nuestra Educación Física es que ésta sea asequible a todos/as los residentes. De no ser así la desestimaríamos por no considerarla ni terapéutica ni educativa.

Para que una tarea simple sea significativa ha de ser recibida positivamente por los alumnos/as. Volvemos a la motivación, pero en una vertiente poco conocida y mucho menos practicada, cual es la de *“estar motivado/a para motivar”*, requisito previo para animar al grupo al que nos dirigimos.

Al enfrentarnos una tarde de sol a un grupo de 50 ex-toxicómanos con la sana intención de proponerles el juego del escondite porque creemos que puede ser significativo para la interiorización de un valor fundamental en el programa como es el de la honestidad, si no estamos super convencidos y motivados para transmitirle las excelencias del juego, pueden llegar a desconectar por completo de la actividad, pero si conseguimos contagiarles el entusiasmo que a nosotros nos produce imaginarlos jugando al escondite y mostrándose, muchos/as, por primera vez en su vida honestos jugando y respetando las reglas, entonces la tarea será un éxito, pero no porque se diviertan, que se divertirán, sino sobre todo porque será significativo y asociarán una experiencia de cumplimiento de normas, para ellos negativo y represor, con una vivencia lúdica de sentirse honrados, permitiendo que del cumplimiento de una serie de reglas se pueda llegar a conseguir un producto que beneficie al grupo. Y *estamos convencidos de que existe una transferencia positiva entre la aceptación de dichas normas y el cumplimiento de otros códigos que se encontrarán estas personas cuando vuelvan a la calle* y que a lo largo de su vida nunca han respetado, lo que ha

llevado a un alto porcentaje de ellos a tener graves problemas con la justicia. Existe, de hecho, una relación positiva entre los “antecedentes penales” de los residentes y sus “años de dependencia de la heroína”. Esto quiere decir que el aumento de los años de dependencia a esta sustancia va unido también a un incremento de situaciones de ilegalidad, (personas con más antecedentes y juicios pendientes). No obstante se es consciente de que la realidad toxicológica está cambiando. La persona que llega al Programa ya no es heroinómano sólo, toma otras drogas como cocaína y éxtasis. Es más joven, entre 18 y 20 años, y su situación social no es tan desestructurada (J. Villareal Rdguez. y F. Juaristi Larrinaga, 1994).

Es de vital importancia a la hora de elegir la tarea simple y que ésta llegue a resultar significativa, que el docente haga un esfuerzo por imaginar la sesión, vivirla anticipadamente e intuir las dificultades. Nosotros disponemos de un campo al aire libre que colinda con otras fincas. Ateniéndonos a la población que nos ocupa, es de vital importancia que rastreemos el campo de juego con antelación al inicio de la sesión. De hecho nos hemos encontrado con algún animal muerto, del que los residentes sacarían morbo o incluso podría provocar situaciones desagradables para otras personas. Igualmente hemos detectado agujeros producidos por las lluvias, que de un día para otro aparecen, en fin, cualquier contratiempo puede ser contrarrestado si es localizado a tiempo. De lo contrario, lo que siendo responsables no pasa de anécdota, puede llegar a comprometer la seguridad de los practicantes y, por supuesto, el éxito de la sesión.

A la hora de apuntar los criterios para la elección de las tareas simples significativas, es ineludible hacer mención de, al menos seis; primero, *el dinamismo de la tarea*, es decir, la capacidad de la misma para implicar amplitud y movimiento de los principales grupos musculares, satisfaciendo la anteriormente aludida necesidad de movimiento y de “quemar energía”, que en estas personas es especialmente importante por cuanto lleva asociado de descarga y catarsis. Segundo, *la originalidad*, y es que hemos comprobado que no hay mayor elemento de motivación que la expectativa de crear, de producir algo nuevo a partir de lo ya conocido. Si la propuesta es repartir unos botes de suavizante abiertos por la parte inferior junto a pelotas de tenis, todo esto en grupos de 5 a 7 personas, y la consigna es sencilla y clara: “inventad un juego con sus propias reglas y bautizadlo con el nombre que queráis...”, pues, sencillamente, la diversión está asegurada, (y me permito recordar que la tal diversión es una necesidad tremendamente humana), pero no sólo eso; la satisfacción de la necesidad de participar, de producir algo personal, de cooperar, de comunicar soluciones, de sentirse valorado, de ser percibido... y todo ellos es tremendamente terapéutico. Tercero, *la carga de la tarea*; el grado

de incertidumbre, ir más allá de uno mismo..., en definitiva, es la dificultad regulada lo que motiva por ello tenemos que ser capaces de proponer algo que crean inaccesible... y que puedan hacer... eso les dará confianza y seguridad. Cuarto, la *apertura de la tarea*, en el sentido de que entendemos por tarea abierta aquella que es asequible a todos, que satisface la necesidad de sentirse bien, seguro, aceptado, de que cada uno puede progresar a su ritmo y hacer adquisiciones. Sexto, *el sentido de la tarea*. Existe y es real, la necesidad del alumno/a de conocer el objetivo de la sesión, necesidad que normalmente se verbaliza en forma de pregunta: ¿y esto por qué o para qué? y de valorar la congruencia de las tareas con los objetivos. Pues bien, si esta información no se da habitualmente es por miedo, con mayúsculas, temor a que los discentes puedan hacernos una crítica más o menos positiva, pánico a que descubran nuestras pequeñas, o no tan pequeñas, incongruencias, en algunos casos, y sin juzgar nunca intenciones, elevadas a la categoría de verdadero terrorismo pedagógico. Pues bien no podemos separar nuestra cercanía y respeto por los alumnos/as de nuestra claridad a la hora de informarles sobre los objetivos de lo que vamos a acometer, entre otras muchas cosas, porque la acción educativa está dirigida a ellos/as, es para ellos/as y tienen todo el derecho del mundo a reclamar dicha información, y nosotros todo el deber de dársela y de asumir que nuestra labor pueda ser juzgada. Si somos capaces de reconducir y canalizar nuestros sentimientos de miedo e inseguridad, haremos de este proceso una doble fuente de motivación y estímulo hacia la mejora y un puente de cercanía hacia nuestros alumnos/as. Sentirán que no se les oculta nada y que son partícipes activos del proceso educativo. Pero no sólo eso, sino que de nuevo estaremos consiguiendo que el proceso educativo sea mucho más significativo.

Si analizamos sucintamente los principales modelos de aprendizaje concluiremos con que existen al menos *seis operaciones de aprendizaje vitales para la adquisición de una conducta*. Son: *explorar*, es decir, intentar descubrir la dificultad, y es importante no prescindir de esta etapa porque es vital para el futuro, *solicitar información*, acabamos de disertar sobre ella, *comunicar las soluciones*, *imaginar nuevas respuestas* y *producir algo personal*.

Si cotejamos el modelo del profesor novel, que suele ser descriptivo-correctivo, es decir, se describe la tarea, se realiza, se corrige y se pasa a la tarea siguiente, pues de forma sencilla podemos llegar a la conclusión de que con este concepto ortodoxo de la docencia, nos estamos cargando los más elementales mecanismos de aprendizaje. No hace mucho he leído que “la ortodoxia es la tumba de la inteligencia, sea cual sea su signo...” (Bertrand Russell). En otras palabras, el profesor debe estar abierto a que se supere el modelo existente... a buscar la ampliación de su propio modelo, vamos, que debe ser de mentalidad divergente.

A la hora de seleccionar un *contexto que favorezca el aprendizaje* hemos de tener en cuenta; *que anime a permanecer activo*, o sea, *que dé posibilidades de movimiento, que respete la individualidad*; en nuestras sesiones se mezclan edades, de los 20 a los 40, sexos con un 86% de hombres, patologías, VIH, hepatitis B y C a tratamiento con interferón, diabetes, principios de anorexias, claustrofobias más o menos benignas, etc. y por supuesto un alto porcentaje de personas sin más patología que su conducta adictiva, pero jamás hemos hecho ningún tipo de distinción, de hecho no hay prácticamente exentos/as de la práctica de Educación Física. Dicho contexto deberá reconocer el derecho a cometer errores, ¡qué hubiera sido de nosotros de no haberlos cometido!, tolerar la incertidumbre, animar a la comunicación y a confiar en uno mismo/a y en los demás y que permita *la confrontación*. Esto último es fundamental en nuestro programa puesto que permite hacer de espejo al otro/a y genera un proceso de autoayuda en el que cada residente pone al compañero/a en situación de ayudarse a sí mismo, en oposición al consejo paternal, la mano por encima del hombro o la reprimenda infantil, es decir, se trata de cuestionar a la otra persona por su comportamiento, que es lo único objetivo, libre de juicios, que podemos valorar en ella, y hacerle caer en la cuenta de que esta conducta lo está alejando de los demás y es parte de su problemática de relación. Como es fácil imaginar, en una sesión de Educación Física se dan oportunidades para que afloren estos comportamientos.

Nos hemos postulado como necesario, por parte del docente, un menor tiempo de comunicados, un menor tiempo de espera de los discentes, una mayor tasa global de experimentación o compromiso motor, una comunicación clara, precisa y estimulante, y ser capaz de diversificar estímulos de enseñanza, adaptándolos a las circunstancias. Por consiguiente no es gratuito que apenas nos dirijamos al grupo grande sino que organicemos *pequeños grupos* por los que vamos pasando e informando, que hayamos eliminado casi totalmente los grupos de espera, o por lo menos nos hayamos propuesto minimizarlos, pues estamos convencidos de que son el mejor elemento desmotivador de cuantos podamos manejar, que no dudemos en eliminar una tarea o añadir otra nueva si las circunstancias así lo requieran y sobre todo que tengamos muy claro que siempre hemos de programar una alternativa de sesión, pues en nuestro caso puede hacer mal tiempo, criterio suficiente para optar por lugar cubierto, aunque no llueva, pues las condiciones de salud de la mayoría de los residentes son precarias y la Educación Física que proponemos sólo tiene sentido desde el respeto por la salud. Para nosotros no vale eso de “no importa que te mojes si luego te secas cuando llegues a casa”.

*A la hora de presentar la tarea* consideramos importante diferenciar fines de medios, en concreto los fines es lo que se comunica a los alumnos, pero los

medio los reservamos como elemento de incertidumbre, sorpresa y motivación. Podemos anunciarles que la sesión tiene como objetivos el descubrimiento de que cooperar es posible y deseable en grupo y que de esa participación conjunta y organizada nos beneficiaremos todos/as, pero lo que no les anunciamos es que lo haremos a través de carreras de relevo llevando pelotas de pin-pong en cucuruchos elaborados con papel de periódicos, por ejemplo.

Sensibilizarse hacia la tarea, es decir, creérsela, es igualmente facilitador, si yo no me creo que por el hecho de que la persona a mantener en el grupo sea yo, la motivación ya subirá un 100%, pues el manteo será un fracaso, y puede que hasta me tiren. Es muy útil, y sobre todo descansado, pues sólo tenemos una garganta, no multiplicar la información, sino que más bien se trataría de crear una motivación que genere la necesidad de más información. Y por supuesto dar la sensación de que los alumnos/as hacen algo importante. En esta línea la administración de un buen feedback aprobativo es esencial. Para ponernos en situación no hay más que pensar en nosotros mismos y en cómo nos sentimos cuando alguien cercano nos dice seriamente; “oye, eso está muy bien, ¿eh?” y por suerte, muchos, por no decir todos, los profesionales que nos dedicamos a la Educación Física hemos tenido esa experiencia. Por contra, nosotros nos encontramos con personas que raramente han escuchado una aprobación semejante, sino todo lo contrario, y muchas veces acompañadas de violencia verbal y física.

Está demostrado que la *participación del profesor/a en la tarea* junto a los alumnos/as será más estimulante en cuanto más ocasional, en nuestro caso el requerimiento de observación es tan grande, por cuestiones de seguridad e intervención ante conductas inadecuadas, que podemos disfrutar muy poco de ese placer, pero no les niego nunca la posibilidad de verme fallar saltando la cuerda, golpeando una indiana, perdiendo el paso en un baile o malrecordando un nombre en un juego de reconocimiento. Y esto es importante para ellos porque al ver el error ajeno asumen mejor la necesidad que tienen a tolerar sus propios errores, que en el futuro dejarán de ser vividos como fracasos, puesto que esta diferenciación a muchos de ellos/as les resulta muy complicada. Toda su vida han experimentado un fortísimo sentimiento de estima asociado única y exclusivamente al logro; y esto junto al abismo entre sus aspiraciones y capacidades, junto a muchas otras problemáticas han desembocado en un mecanismo de automachacarse.

En lo que concierne a *saber organizar, reunir y suscitar una escucha rápida* e incluso observar, cada “maestrillo tiene su librito”, el nuestro es muy simple; buscamos elementos de referencia para convocarlos; en un pabellón puede ser el círculo central y la consigna “todos al centro”, esta dinámica se utiliza mucho en

las Guarderías para educar la atención y en un campo abierto puede ser un elemento del paisaje; árbol, matorral... pero siempre acompañado de una interjección tónica que anime a abandonar lo que se está haciendo y movilizarse, de manera que eliminemos en la medida de lo posible el tan molesto “efecto remolón”, de los últimos que siguen con lo que estaban haciendo cuando ya estamos a mitad de la explicación siguiente.

Por respeto, nunca comienzo a explicar algo hasta que no están todos convocados y antes que enfadarme con el grupo de los que no acuden, descargo tal responsabilidad en el grupo que si se ha movilizadado y son ellos los que increpan a los tardones.

En nuestro caso concreto saber observar es fundamental; para detectar conductas de falta de respeto, que pueden ser muy sutiles, sobre todo de chicos con chicas, o hacia mí. De mi poca experiencia puedo aclarar que ha aprendido mucho más, de lo que habría podido imaginar, de observarlos, simplemente. La mitad de las progresiones hacia figuras más complejas y variantes de juegos me las han dado ellos/as y la observación.

Todo profesional que se precie deberá asumir un entrenamiento continuo para conseguir *dinamismo, capacidad expresiva, talante lúdico, competencia, no competitividad, decisión y control de situación y grupos*. Y digo entrenamiento porque considero que nadie reúne esas condiciones, pero sí estoy convencido de que se pueden aprender. Yo pregunto, ¿lo hacemos? ¿somos conscientes de nuestras limitaciones, etc.? Y todo esto deberemos adaptarlos a la realidad a la que nos enfrentamos. En nuestro caso dicha realidad es compleja y todas y cada una de estas capacidades son esenciales, no creo que sin alguna se pueda llevar a buen término una intervención profesional y con rigor, es decir, significativa.

En definitiva, lo que pretendemos con la actividad físico-deportiva en el Programa es influir en las personas a través del movimiento significativo. Es cierto que el desarrollo de valores no es exclusivo, ni mucho menos, de la actividad físico-deportiva, pero no por ello deja de ser verdad que aporta ingredientes inmejorables para el desarrollo integral de las personas.

Educar es formar el carácter, en el sentido más extenso del término, formar el carácter para que cumpla un proceso de socialización, imprescindible en nuestro caso por la problemática concreta de nuestros residentes, y formarlo para promover un mundo más civilizado, crítico con los defectos del presente y comprometido con el proceso moral de las estructuras y actitudes sociales. A eso, a la formación del carácter, es a lo que los griegos llamaban ética, y para formar el carácter no hay más remedio que inculcar unos valores.

Pero hay que aclarar que existen importantes discrepancias entre quienes piensan que el deporte forja el carácter y quienes están más a favor de creer que lo único que hace el deporte es manifestar el sistema de valores que cada individuo o grupo tiene ya adquirido, poniendo en tela de juicio el valor del deporte como terreno propicio para el desarrollo y transmisión de valores sociales y personales.

Añade M. Sanmartín (1996) una diferenciación perfecta que encaja de manera perfecta con el criterio de educación en valores que supone el Programa como proceso de rehabilitación que supone mucho más que la mera desintoxicación del individuo. He escuchado a los educadores más experimentados que “para sacar a una persona de la droga hay que meterle dentro muchas cosas”, esas cosas son valores, normas, código de conducta, etc.

Lo preferible o deseable por el hombre, el valor, puede estar referido a un modo de conducta, (valor instrumental) o a un estado final de existencia, (valor terminal), ya sea del propio sujeto o de la sociedad. Se denominan valores instrumentales a los que están en función de otros. Por ejemplo, una persona puede considerar preferible la conducta de respetar las reglas del juego en un partido, porque tal respeto puede garantizar la continuidad de la esencia del juego en sí mismo, frente a ganar el partido, que sería el deseable como valor final.

Nosotros nos apoyamos en el convencimiento de que sólo es posible un cambio si existe motivación, y que una vez que la persona está motivada para el cambio, dicho proceso hay que dotarlo de peso, argumentos y coherencia, es aquí donde la transmisión de valores cumple el papel de dinamizador de una completa reeducación. La Educación Física será instrumento terapéutico en la medida en que colabore a esa transmisión de valores, por consiguiente, la condición física, la destreza, la competencia motriz, etc., quedan obligatoriamente relegados a un segundo plano, que no olvidados.

## Bibliografía

- ALONSO-FDEZ, Fco. (1996): *Las otras Drogas: Alimento, sexo, televisión, compras, juego y trabajo*. Colec. Fin de Siglo. Biblioteca de salud y psicología. Edit. Temas de Hoy. Madrid.
- DELGADO, F. y DEL CAMPO, P. (1993): *Sacando jugo al juego. Guía para vivir jugando*. Monográfico Revista Integral. Edita Oasis S.L. Barcelona.
- DURAND-DASSIER, J. (1994): *Psicoterapia sin psicoterapeuta*. (Psychotherapie sans Psychotheerapeute, Editions de l'Epi). Ediciones Marova. Madrid.
- ESCOHOTADO, A. (1995): "A por el buen uso de drogas y democracia". Revista Ajoblanco, nº 75. Ediciones Culturales Odeon. Barcelona
- GUTIERREZ SANMARTIN, M. (1995): *Valores Sociales y Deporte. La Actividad Física y el Deporte como transmisores de valores sociales y personales*. Colec. Monografías sobre CC. de la Activ. Física y Deporte. Edit. Gymnos. Madrid.
- MARTINEZ LEMOS, I. (1995): *Curso de Entrenamiento en Habilidades para la Prevención*. Apuntes no publicados. Organiza Asociación Deporte y Vida. Madrid.
- NUÑEZ, I. (1994): *Ante el debate actual sobre la drogodependencia*. Colec. Estudios Proyecto Hombre, Edita Revista Proyecto Hombre. Madrid
- VARIOS (1990): *Guía para una Educación Física no sexista*. Plan para la Igualdad de Oportunidades para las Mujeres. Edita Secretaria de Estado del MEC. Madrid.
- VARIOS (1994): *Asociación Proyecto Hombre*. (Boletín Informativo de la Asociación). Edita la Comisión del Centro de Estudios de P.H. Madrid.
- VARIOS (1995): *Plan Nacional sobre Drogas. Memoria 1994*. Edita Ministerio de Justicia e Interior. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Madrid.
- VARIOS (1995): *Proyecto Home Galicia. Memoria 1994*. Edita Centro de Estudios de P.H. Galicia. Santiago de Compostela.
- VILLAREAL RGUEZ, y JUARISTI LARRINAGA, F. (1994): "Análisis Sociológico de los Residentes de la Asociac. Proyecto Hombre". 1º Congreso Nacional de la Asociac. P.H. Vitoria-Gasteiz.