

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE AGUASCALIENTES**

**Centro de Ciencias Sociales y Humanidades  
Doctorado en Ciencias Sociales y Humanidades**

**TESIS**

**LA ANTICIPACIÓN, EXPECTATIVAS Y AUTOEFICACIA EN EL PROCESO  
DE ELECCIÓN DE LA RESPUESTA AUTOCONTROLADA EN  
ADOLESCENTES CONSUMIDORES**

**Que presenta**

**Felipe Saucedo Ibarra**

**PARA OBTENER EL GRADO DE DOCTOR EN CIENCIAS SOCIALES Y  
HUMANIDADES**

**TUTOR**

**Dra. Kalina Isela Martínez Martínez**

**COMITÉ TUTORIAL**

**Dr. Francisco Javier Pedroza Cabrera**

**Dr. Gerardo Ortiz Rueda**

**Dra. Martha Leticia Salazar Garza**

**Dr. Jacobo Herrera Rodríguez**

**Aguascalientes, Ags, Diciembre del 2016**

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS



Asunto: Voto Aprobatorio.

**DR. DANIEL EUDAVE MUÑOZ**  
**DECANO DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES**  
**P R E S E N T E**

Estimado Señor Decano:

Hacemos de su conocimiento que el estudiante **FELIPE SAUCEDO IBARRA** con ID **18999** del Doctorado en Ciencias Sociales y Humanidades, modalidad directa, realizó la tesis titulada: "**La anticipación, expectativas y autoeficacia en el proceso de elección de la respuesta autocontrolada en adolescentes consumidores**", y con fundamento en el Artículo 175. Apartado II del Reglamento General de Docencia, nos permitimos emitir el **VOTO APROBATORIO**. La tesis incorpora los elementos teóricos y metodológicos que le permiten ser defendida en el examen de grado reglamentario, por ello se solicita que se proceda a los trámites correspondientes para la presentación de dicho examen.

Ponemos lo anterior a su digna consideración y sin otro particular por el momento, nos permitimos enviarle un cordial saludo.

**ATENTAMENTE**

**"SE LUMEN PROFERRE"**

**Aguascalientes, Ags., 28 de Octubre de 2016.**

Por el Comité Tutorial



Dra. Kalina Iseña Martínez Martínez



Dr. Francisco Pedroza Cabrera



Dr. Gerardo Ortiz Rueda



ASUNTO: CONCLUSIÓN DE TESIS  
DEC. CCS y H. OF. N° 2882/2016

**DRA. GUADALUPE RUIZ CUELLAR,  
DIRECTOR GENERAL DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADOS,  
P R E S E N T E**

Por medio del presente me permito comunicarle a usted que el documento final de la tesis titulado: **"LA ANTICIPACIÓN, EXPECTATIVAS Y AUTOEFICACIA EN EL PROCESO DE ELECCIÓN DE LA RESPUESTA AUTOCONTROLADA EN ADOLESCENTES CONSUMIDORES"** del **C. LIC. FELIPE SAUCEDO IBARRA** egresado del **DOCTORADO EN CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES**, respeta las normas y lineamientos establecidos institucionalmente para su elaboración y su autor cuenta con el voto aprobatorio de su tutor y comité tutorial.

Sin más por el momento aprovecho la ocasión para enviarle un cordial saludo..

**ATENTAMENTE**  
Aguascalientes, Ags., 23 de Noviembre de 2016  
**"SE LUMEN PROFERRE"**

**DR. DANIEL EUDAVE MUÑOZ**  
DECANO DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

c.c.p. DR. LUCIANO RAMÍREZ HURTADO - Secretario de Investigación y Posgrado del CCSyH - Atte.  
c.c.p. DR. GENARO ZALPA RAMÍREZ - Secretario Técnico del Doctorado en Ciencias Sociales y Humanidades - Atte.  
c.c.p. LIC. FELIPE SAUCEDO IBARRA - Egresado del Doctorado en Ciencias Sociales y Humanidades - Atte.  
c.c.p. Archivo Decanato

ggj



ASUNTO: AUTORIZACIÓN DE TESIS  
DEC. CCS y H./Posgrados OF. N° 2881

**LIC. FELIPE SAUCEDO IBARRA,**  
**ALUMNO DEL DOCTORADO EN CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES,**  
**PRESENTE.**

Con base en lo que establece el Reglamento de Docencia en el artículo 173, le informo que se autoriza el Tema de Tesis: **"LA ANTICIPACIÓN, EXPECTATIVAS Y AUTOEFICACIA EN EL PROCESO DE ELECCIÓN DE LA RESPUESTA AUTOCONTROLADA EN ADOLESCENTES CONSUMIDORES"**. Así mismo se le designa como asesor a la doctora **KALINA MARTÍNEZ MARTÍNEZ**. A fin de asignarle fecha para la verificación del Examen de Grado para la obtención del título de Doctora en Ciencias Sociales y Humanidades, deberá cumplir con lo establecido en los artículos 161, 162, 174 y 175.

Con el objeto de dar cumplimiento a este reglamento el paso siguiente será autorizar la impresión de su tesis, toda vez que presente la carta de liberación y/o acuerdo señalado en la Fracc. II del artículo 175.

Sin más por el momento, aprovecho la oportunidad para enviarle un cordial saludo.

ATENTAMENTE  
Aguascalientes, Ags., 23 de Noviembre de 2016  
"SE LUMEN PROFERRE"

**DR. DANIEL EUDAVE MUÑOZ**  
DECANO

c.c.p.- DR. GENARO ZALPA RAMÍREZ - Secretario Técnico del Doctorado en Ciencias Sociales y Humanidades - Presente  
c.c.p.- DR. LUCIANO RAMÍREZ HURTADO - Secretario de Investigación y Posgrado del CCSyH - Presente  
c.c.p.- Archivo.

ggf

## AGRADECIMIENTOS

Agradezco primera y profundamente a mi tutora la Dra. Kalina Martínez, por su apoyo incondicional, orientación y paciencia en todo el transcurso de mis estudios doctorales y en mis momentos de enfermedad. A mi comité tutorial, el Dr. Francisco Pedroza y el Dr. Gerardo Ortiz por su apoyo, comentarios y correcciones y a mis lectores la Dra. Leticia Salazar y el Dr. Jacobo Herrera por sus aportaciones y comentarios.

Agradezco la Universidad Autónoma de Aguascalientes por la identidad profesional y laboral que me ha dado.

Agradezco también el apoyo de mis compañeros y amigos, que dedicaron su tiempo y su ayuda a la lectura, comentarios, aportaciones y correcciones de mi tesis: Miguel Ángel Soto, José Manuel De Loera, Narciso Cortés, Ángel Cerda, Guillermo Díaz, Carlos Palacios, Ricardo De León, María De los Ángeles Vacio y Félix Valdéz.

También les doy las gracias a las estudiantes y egresados que participaron como lectores y correctores: Itzel, Jessica, Raúl, Cinthia, Judith y Ana.

Por último y con mucho respeto, amor y admiración, agradezco a Dios; a mis padres Laura Ibarra y Felipe Saucedo por haberme dado la vida y el eterno gusto por el conocimiento; a mi hermano Daniel Saucedo por su compañía y gran apoyo; y a mi esposa Paty González por su paciencia e incommensurable amor; quienes en todo momento estuvieron a mi lado y me dieron su amor incondicional.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

**DEDICATORIA**



**A mi familia: Dios, mis padres, mi hermano y mi esposa.**

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

**ÍNDICE**

Índice general.....	1
Índice de tablas.....	3
Índice de figuras.....	4
Resumen.....	5
Abstract.....	6
Introducción.....	7
1. Marco teórico.....	9
1.1. Autocontrol.....	9
1.2. Procesos cognitivos.....	22
1.3. Anticipación.....	27
1.4. Expectativas.....	28
1.5. Autoeficacia.....	29
1.6. Adolescencia.....	31
1.7. Adolescencia y consumo de sustancias.....	35
1.8. La anticipación expectativas y autoeficacia en la elección para consumir alcohol o no hacerlo .....	39
1.9. Conclusión.....	46
2. Objetivos.....	48
3. Método.....	49
3.1. Tipo de estudio.....	49
3.2. Participantes.....	49
3.3. Variables.....	49
3.4. Escenario.....	50
3.5. Instrumentos.....	50
3.6. Procedimiento.....	51
4. Resultados.....	55
4.1. Resultados de la entrevista semi-estructurada.....	55
4.2. Resultados de la primera aplicación de la guía de preguntas.....	55
4.3. Resultados de la segunda aplicación de la guía de preguntas.....	58
4.4. Resultados de la tercera aplicación de la guía de preguntas.....	61
4.5. Resultados de la Torre de Hanói.....	65
5. Discusión.....	68
6. Referencias.....	86
7. Anexos	

- 7.1. Anexo A: Carta de aceptación para artículo de publicación
- 7.2. Anexo B: Guía de preguntas de la entrevista semi-estructurada



**ÍNDICE DE TABLAS**

Tabla 1: Algoritmo de la Torre de con 5 discos.....54  
Tabla 2: Consumo de alcohol en la actualidad.....69  
Tabla 3: Inicio de consumo.....70  
Tabla 4: Aplicación de la torre de Hanói con adolescentes de  
secundaria.....71



**ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1: Esquema del autocontrol.....88  
Figura 2: Grafo de la torre de Hanói con 5 discos.....92



## RESUMEN

El objetivo de esta tesis fue abordar la relación de los procesos cognitivos y el autocontrol en el consumo de alcohol en adolescentes. El autocontrol es el tema que guía la investigación con la intención de demostrar que la elección que se autocontrola, es mediada por procesos cognitivos. Se seleccionaron los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia por ser los procesos relevantes en la toma de decisiones en la teoría del aprendizaje social y en las investigaciones sobre adicciones y adolescencia basadas en esta teoría. El diseño metodológico se propuso a través de una entrevista semiestructurada con la intención de elaborar preguntas que dieran cuenta de la participación de los procesos mencionados en el consumo de alcohol; como resultado se identificó que el proceso de anticipación es el que parecía más relacionado para evitar el consumo excesivo. Posteriormente se seleccionó el juego de la torre de Hanói como experimento; esto se debe a que es una tarea que implica la toma de decisiones. Como resultado se encontró que la vía para mantener el autocontrol radica en la capacidad de anticipar y autocorregir y son elementos que los programas de intervención y tratamiento en el consumo de alcohol en adolescentes deben tomar en cuenta. Sin embargo, no se encontró la manera de representar las vías de elección en el grafo de Hanói en su forma óptima, peor y pésima, además de que haría falta aumentar la muestra para generalizar los resultados.

Palabras clave: procesos cognitivos, autocontrol, adolescencia, consumo de alcohol, anticipación, expectativas, autoeficacia, autocorrección.

## ABSTRACT

The aim of this dissertation address the relationships between cognitive processes and self-control in adolescent alcohol use. Self-control is the core concept in this study which propose that cognitive processes mediate self-controlled choice. Anticipation, expectative and self-efficacy were selected as relevant cognitive process in decision making as social learning theory and research in adolescent substance use suggests. The research design proposed a semi structured interview for identify the cognitive process mentioned which mediate alcohol use. The results showed that anticipation is the cognitive process which better correlates with less excessive alcohol use. Likewise, the Tower of Hanoi was used as an experiment because is a game which implicate decision making. The results showed that self-control arises from the ability to anticipate and adjust behavior, this two are core elements that adolescent alcohol use treatments must take account. Nevertheless, it wasn't found a way to represents selection choices in Hanoi's' graphic for optimal, worse and worst form, plus a greater sample is needed to generalize the results.

Key words: cognitive, processes, self-control, adolescence, substance use, anticipation, expectative, self efficacy, adjust behavior.

## INTRODUCCIÓN

Los programas psicológicos que pretenden el abordaje de problemáticas sociales están en constante investigación y revisión de sus planteamientos, ya sean referidos al problema que abordan, a las características de la población a la que se enfocan o a las condiciones ambientales del presente; pues la actualización de estos elementos permite la justificación y validez necesaria para saber que hay una comprensión de su objeto de estudio. Si esa problemática social se refiere al consumo de alcohol, implica que también se sigan investigando los elementos y relaciones que favorecen el consumo problemático del alcohol.

La presente tesis del Doctorado Directo en Ciencias Sociales de la Universidad Autónoma de Aguascalientes (U.AA.) tiene como objetivo abordar la relación de los procesos cognitivos y el autocontrol dentro de la problemática del consumo excesivo en adolescentes que apenas estén experimentando con el alcohol. Para esta investigación, se seleccionaron los procesos cognitivos de anticipación, expectativas y autoeficacia, que son los que más se reportan en la decisión de consumir alcohol o no hacerlo además de en qué medida, por lo que también se ha planteado su relación con el autocontrol.

El presente documento incluye la revisión teórica con el fin de conocer y analizar los antecedentes básicos respecto a lo que es el autocontrol, el modelo del aprendizaje social, los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia y sus posibles relaciones en la elección del consumo de alcohol con la población de adolescentes que inician el consumo. Posteriormente se plantean los objetivos de la investigación y el método para abordarlo, en el cual se realizó una entrevista semiestructurada con la intención de elaborar preguntas que dieran cuenta de la participación de los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en el consumo de alcohol; se mostrarán los resultados de la entrevista y sus modificaciones desde el pilotaje hasta su versión final. Además se presentarán los resultados y discusiones del juego de la torre de Hanói, como el experimento seleccionado. Esto

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

último se debe a que es una tarea que implica la toma de decisiones y da cuenta de la participación de la anticipación, expectativas y autoeficacia.

El autocontrol es el tema que guía la investigación, con la intención de demostrar que la elección que se autocontrola, es mediada por procesos cognitivos (anticipación, expectativas y autoeficacia) y se partirá de la teoría realizada por Albert Bandura que tiene por nombre Teoría del Aprendizaje Social (TAS), siendo retomada en investigaciones relacionadas con las adicciones, para dar explicación a conductas relacionadas al consumo de alcohol en adolescentes y ha derivado en estudios teóricos y aplicados relativos al consumo de alcohol y su relación con el autocontrol.

En los siguientes apartados se abordan los principios básicos postulados por varios autores acerca de lo que se entiende por autocontrol, la relación con el consumo de alcohol en la adolescencia y cómo participan los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la decisión de consumir alcohol o no hacerlo y cómo se explica su participación partiendo de la TAS, sus aportaciones sobre la adolescencia y el consumo de sustancias. Posteriormente se revisarán a mayor profundidad los tres procesos cognitivos que participan en la elección del consumo de alcohol, presentado los objetivos de la investigación y el diseño metodológico, el cual, primero se compone de la entrevista sobre la experiencia con el consumo de alcohol en adolescentes y posteriormente de los resultados de la aplicación de la torre de Hanói.

## 1. MARCO TEÓRICO

### 1.1. Autocontrol

A manera de introducción se exponen de algunos antecedentes sobre lo que se refiere a la elección de una conducta. Desde la teoría conductual se pueden plantear dos vías de la elección de una conducta: La primera es la que se refiere al instinto; se dice que un comportamiento es instintivo cuando no se puede demostrar que ha sido aprendido (Ardila, 2005). Darwin afirmó que el instinto podía ser definido como un comportamiento que se transmite entre generaciones de una misma especie y no es aprendido. En los seres humanos puede ser modificado por el juicio y la razón, esto se puede observar en etapas tempranas de la vida en el aprendizaje del control. La modificación de un instinto puede ocurrir por un aprendizaje. Los instintos tienen bases biológicas, son reflejos.

Para que se dé un instinto debe haber una variación en el estado natural y estas variaciones podrán ser heredadas. El instinto que se hereda, tiene un beneficio para la especie; algunas de sus manifestaciones son la búsqueda o el escape. Difiere de la emoción en que esta es resultado de un cambio fortuito (cambia pero regresa a su estado), es momentánea. Un instinto puede cambiar siempre y cuando se repita el hábito. Tinbergen (1989) estudió el procedimiento del instinto y comentó que un instinto se daba por ciertas fases, cada fase consistía en cadenas de segmentos de conductas simples. El comportamiento instintivo ocurre en secuencias inalterables y definitivas, siendo preciso completar una fase para pasar a la siguiente. A través del instinto, hay una elección natural de conductas para garantizar la supervivencia (como la huida); aquí la "elección" tiene influencia totalmente biológica, pues son reacciones básicas.

La segunda vía de elección es la referida al condicionamiento operante, este tipo de aprendizaje explica cómo cambia la probabilidad de que una respuesta sea emitida dependiendo de sus consecuencias puesto que se dice que una conducta está mediada por sus consecuencias. Como antecedente de este tipo de aprendizaje,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Thorndike (1966) habla de la ley del efecto: si la resultante de un ensayo particular tiene el efecto de aumentar la probabilidad de la respuesta A1, entonces esa resultante se considera como E1, así se toman en cuenta los efectos cuantitativos del refuerzo como la magnitud, calidad y retardo. Thorndike explica esta ley por la conexión, que es la tendencia a causa de una situación de la persona para evocar ciertas respuestas y no otras; a mayor asociación hay mayor posibilidad de conexión estímulo-respuesta. El aprendizaje es el incremento en la fuerza de la conexión y para poder desaparecer, ha de eliminarse la conexión. La repetición no es lo que da el aprendizaje, pues no tiene un poder selectivo, la repetición no lleva a un cambio si no tiene sentido. El aprendizaje se facilita por la identificación de la situación (entre más historia, más fácil es el aprendizaje) y la disposición de la persona.

Si hablamos de procesos internos, tenemos que la ocurrencia de ciertas respuestas están señaladas por molestias, anhelos y similares; hay procesos presentes, pero el investigador no tiene que estudiarlos. Thorndike no habla de reforzadores sino de satisfactores; si hay satisfactores, el estudio del comportamiento debe de empezar por estos y no por las conexiones (como hace Pavlov), el satisfactor es lo que incrementa la conexión (Ribes & Burgos, 2006).

En el condicionamiento operante, se trabaja con dos tipos de determinantes del comportamiento: ambientales (en las cuales se mueve el organismo) e históricas (experiencias del pasado que conforman la historia previa del refuerzo). También se toman en cuenta los estímulos discriminativos y los reforzadores, los primeros preceden o acompañan la respuesta pero no la evocan, los segundos incrementan la probabilidad de que ocurra una respuesta (Bandura, 1982). También dentro de la postura operante otra propuesta como parte de una teoría de la elección es la ley del efecto relativo de Herrnstein (1997), que postula que la tasa de una conducta será directamente proporcional con el valor que se da al reforzador, el comportamiento está bajo el control del estímulo, y por consecuencia también la elección (Arreola, 2007).

Otro tipo de variables que tienen que ver con la elección fueron las propuestas por la Teoría del Aprendizaje Social (TAS). En la teoría del aprendizaje social se plantea que el sujeto tiene un papel activo en el control de su conducta; tiene la capacidad de autodirigirse. A este proceso se le denomina generalmente como autocontrol (Bandura, 1982). A lo largo de la historia, los autores han usado varios términos para referirse al autocontrol como son la autorregulación, automanejo, autodirección, entre otros. En este escrito se tomarán todos como sinónimos de

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

autocontrol, puesto que es el término más utilizado desde las teorías conductuales y porque todas las definiciones comparten características similares.

En 1953 Skinner habla de la posibilidad de que un sujeto pueda controlar su propia conducta. Comenta que al ubicar el poder del control en variables externas, se ha dejado al organismo en una situación en donde la conducta se convierte en un repertorio de acciones que se hace más o menos probable según cambie el ambiente; el énfasis permanece en la conducta y no en el sujeto que actúa. El individuo, hasta cierto punto, puede hacer algo respecto a las variables que le afectan y se reconoce cierto grado de autodeterminación, en donde la persona puede “elegir” entre varias acciones alternativas, “reflexionar” sobre un problema mientras está aislado del ambiente donde ocurre y mantiene su salud o posición social ejerciendo “autocontrol”.

Cuando una persona se autocontrola, decide realizar una acción, piensa en la solución al problema o trata de aumentar el conocimiento de sí mismo, esta persona emite una conducta. El propósito de Skinner respecto al autocontrol, era analizar cómo actúa el sujeto para alterar las variables que están en función de su conducta.

En el autocontrol la persona puede identificar la conducta que ha de ser controlada, y las variables que usa el individuo para controlarla no siempre son accesibles a los demás, siendo fuente de confusión. El análisis puede simplificarse con algunos ejemplos de autocontrol en donde el sujeto maneja algunas variables externas.

El individuo controla parte de su conducta cuando esta tiene consecuencias conflictivas, es decir, que conduce al mismo tiempo a un reforzador positivo y otro negativo. El autor pone como ejemplo el consumo de alcohol, en el que la persona experimenta en una situación, seguridad excepcional y éxito social, pero también otras consecuencias como una resaca. Ante esta situación, la persona puede hacer menos probable la ocurrencia de una respuesta de castigo, alterando las variables de la que dicha respuesta es función, cualquier conducta que consiga esto queda automáticamente reforzada; a esta conducta se le llama autocontrol (Skinner, 1953). Las consecuencias positivas y negativas generan dos tipos de respuesta relacionadas entre sí: una es la respuesta que controla y afecta las variables de tal modo que cambia la probabilidad de la otra, que es la respuesta controlada.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Skinner (1953) plantea que existen varias formas distintas de autocontrol eficaz, como una limitación física (taparse la boca para no hablar), alejarse de la situación, dejar parte del dinero en casa para no gastarlo todo, administrar una ayuda física para facilitar la conducta con diversos instrumentos o material apropiado, suprimir estímulos discriminativos al apartarnos de un estímulo que induce una acción aversiva (cerrar la puerta o una cortina si hay un estímulo que nos distraiga; a este tipo de autocontrol le llamó “evitar la tentación”), presentar estímulos a causa de las respuestas que hacen más probable nuestra propia conducta (si se ingiere algo venenoso lo expulsamos ingiriendo una sustancia que provoca el vómito), recurrir a la privación (no comer al medio día para poder comer más en una fiesta cuando se tiene hambre), saciedad (beber gran cantidad de agua para no consumir mucho en un evento), manipular estados emocionales (intentar ponerse de buen humor ante una cita molesta), utilizar estímulos aversivos (usar un despertador), uso de drogas (uso de analgésicos para reducir el dolor), o “hacer otra cosa” (evitar una conducta que conducirá al castigo dedicándose a hacer otra cosa).

El autor concluye diciendo que las técnicas de autocontrol no explican por qué el individuo las pone en práctica, esto lo considera importante si se intenta conseguir que alguien se autocontrole y parece que la sociedad debe ser la responsable de educar la conducta de autocontrol (Skinner, 1977).

Por su parte, Kazdin (1994) sugiere la importancia de las técnicas de autocontrol en la terapia para que el cliente pueda modificar su propia conducta. Dice que estas son útiles cuando se trabaja con eventos privados que no son accesibles al terapeuta, por lo que es importante que el cliente ayude en el registro de su conducta y aplique técnicas para controlarla. También comenta que las técnicas de autocontrol ayudan a superar algunas limitaciones de las contingencias aplicadas de modo externo y por último, que la meta de la modificación conductual es entrenar al individuo para controlar su conducta y así poder lograr las metas que elige. Kazdin define al autocontrol como las conductas que se emprenden de manera deliberada para lograr resultados seleccionados, de este modo, la persona elige sus metas y pone en práctica procedimientos para lograrlas.

Cuando se habla de autocontrol, también hace referencia a la regulación de conductas que poseen consecuencias conflictivas. Las consecuencias reforzantes pueden ser inmediatas y los castigos demorados. Los actos de autocontrol suelen privar las recompensas inmediatas para poder obtener recompensas futuras. Para el

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

desarrollo del autocontrol el autor menciona que es necesario establecer estándares desde la niñez, aplicar reforzamientos consistentes y utilizar el modelaje para transmitir patrones de autocontrol.

Las técnicas sugeridas por Kazdin para lograr el autocontrol son: el control de estímulos (ayudar a desempeñar la conducta bajo un conjunto de estímulos nuevo o reducido para desarrollar el control), el automonitoreo (consiste en observar la propia conducta de modo sistemático, siendo que se puede adquirir propiedades punitivas o reforzantes), autorreforzamiento o castigo (entrenamiento para aplicarse consecuencias de forma contingente a la conducta , en vez de que sea aplicado por un agente externo) y entrenamiento de respuestas alternativas usando respuestas que remplacen la no deseada (Kazdin, 1994).

Para Cooper, Heron y Heward (1987), el autocontrol se entiende como automanejo, que es la aplicación personal y sistemática de estrategias de cambio conductual que modifican de forma deseada la propia conducta; prefieren este término porque el de autocontrol implica que el último control funcional de la conducta recaerá sobre el individuo. La definición de automanejo es funcional, es decir, si no ocurre el cambio deseado en la conducta blanco entonces no se demuestra el automanejo. Mencionan que culturalmente hay tendencia a señalar causas internas de la conducta cuando estas no son aparentes, entonces se hace referencia al deseo a la fuerza de voluntad. Afirman, como Skinner (1977), que la persona simplemente se está comportando y la persona se controla manipulando variables de las que su conducta es función.

Los autores retoman los dos tipos de respuesta propuestos por Skinner: la respuesta que controla y la respuesta controlada. Por lo que el automanejo o autocontrol involucra la respuesta que se controlará (fumar o comer) y las respuestas emitidas para controlar la tasa de conducta meta (registrar cuánto se come, tirar los cigarrillos). Hay automanejo cuando se emite una respuesta ante la ausencia de controles externos inmediatos en la conducta de interés, por lo que al autocontrol no es evidente cuando contingencias externas obvias refuerzan la respuesta que controla. Cuando el cambio de la conducta permanece a través del tiempo, hay generalidad, implica que el cambio se presente en otros escenarios además de aquel en donde se aprendió originalmente, y el automanejo puede ser un método efectivo para extender la generalidad de un cambio con la implementación de programas que permitan

identificar estímulos discriminativos de la presencia o ausencia de contingencias en escenarios.

Concuerdan con Kazdin (1994), en que el automanejo es una estrategia para trabajar conductas inaccesibles a la observación de otros como pensamientos o sentimientos de depresión (Cooper, Heron & Heward, 1987). En la teoría del aprendizaje social, el autocontrol se entiende como autodirección. Se considera que las personas pueden ejercer autodirección ante las distintas influencias a las que están expuestas. Contar con capacidades de autodirección permite que las personas tengan cierto control sobre sus pensamientos, sentimientos y acciones por las consecuencias que producen para sí mismos. La mayoría de las influencias externas afectan la conducta a través de procesos cognitivos intermediarios, esto es gracias a la manipulación simbólica de la información que se obtiene por la experiencia, es decir, hay una representación de la experiencia en forma simbólica (Bandura, 1982).

El modelo adictivo de Rachlin (2000) perteneciente al conductismo teleológico, aborda el auto control desde la perspectiva del autocontrol, entendido como el control conductual de recompensas distantes en el tiempo en lugar de lograrlo por recompensas pequeñas. Para animales y niños, el valor de la recompensa crece más rápido a medida que está más cercana en el tiempo. Cuando una recompensa es distante en el tiempo, su valor es menor. Una persona que ha consumido alcohol dentro de una semana estaría más dispuesto ahora a no hacerlo, que en ese momento posterior cuando esté frente a la botella y más si ese consumo está asociado a una necesidad inmediata. Esto se vincula con lo que se llama sucumbir a la tentación o ser impulsivo.

Según Rachlin si se pudieran mantener todas las alternativas a distancia, la valoración que se haría de ella sería más objetiva. Por ejemplo Cuando se está frente a la botella pero no se consume se interactúa con ella en términos de un evento que ya pasó o que podría pasar, distante en el tiempo y o en el espacio. Es más probable que un adulto o un niño mayor con indicadores de mayor progreso intelectual, lo que sugiere que la posibilidad de “resistir la tentación” o de actuar impulsivamente está vinculada a la capacidad de actuar en el aquí y el ahora en términos de propiedades no presentes que le den un valor diferente al presente.

El autor considera que esta “resistencia a la tentación” o autocontrol se establece por medio de un compromiso que es elegir en el presente algo que restrinja

lo que puede elegirse posteriormente. Establecer el compromiso no es tan fácil cuando hay una ambivalencia compleja, es decir, cuando hay una alta valoración simultánea de dos opciones: una caracterizada. Esta ambivalencia para el autor es el modelo del comportamiento adictivo, por lo que es más difícil establecer el compromiso de resistirse ahora para disfrutar de la sobriedad. A largo plazo se prefiere estar sobrio, pero en el presente inmediato se prefiere estar ebrio. Ambas alternativas se prefieren una discreta tomar ahora y una extendida en el tiempo (estar ebrio la mayor parte del tiempo). En la adicción al alcohol es más probable que se escoja la opción discreta tomar ahora. Como alternativa el autor sugiere reestructurar las alternativas en periodos mayores de tiempo. Para esto se requiere que la persona tenga la capacidad de anticipar su actividad en ese tiempo, la situación en la que estará y tener presente el compromiso hecho, así el n de la persona se organiza en lo que dice anticipadamente de lo que se va a hacer y no sólo en circunstancias actuales.

El autor dice que el incremento en la adicción se acompaña de un decremento en la actividad social, implicando que las habilidades sociales dejen de ejercitarse (Rachlin, 2000).

Bandura (1986) afirma que el comportamiento se realiza la mayoría de las veces en ausencia de recompensas externas, más aún, muchas actividades están dirigidas a la obtención de metas a futuro. Al poder anticipar metas a largo plazo, el sujeto cuenta con una dirección general que le permite seleccionar actividades y el nivel de involucramiento que tendrá con estas. Al ejercitar autodirección la persona establece patrones de comportamiento y autoevalúa sus acciones, entre más exactos sean los estándares personales, se realizarán mayores mejoras con la finalidad de corregir.

La autorregulación implica varias subfunciones: por principio de cuentas la persona debe saber qué es lo que está haciendo, de esto dependerán las evaluaciones sobre sus actividades, esta tarea corresponde a la auto observación; la autorregulación exitosa dependerá de la consistencia y proximidad del automonitoreo, este último es parte del proceso de auto observación y requiere de esfuerzo continuo. Hay auto concepciones que marcarán a qué aspectos se les debe dedicar mayor atención, cómo serán percibidos y cómo se organizarán en la memoria tales representaciones. El factor temporal y el estado de ánimo también tienen influencia en el auto monitoreo. Una persona que desea cambiar su comportamiento, tiene mayor capacidad de automonitoreo y mayor capacidad para establecer metas, así como mayor capacidad para reaccionar de manera auto evaluativa a sus progresos. De este

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

modo, el auto monitoreo mejora el comportamiento en individuos motivados más que en los no motivados (Bandura, 1986).

El objetivo de la auto-observación es proveer información de un estándar realista así como evaluar cambios en el comportamiento; las personas comienzan a notar patrones recurrentes y las reflexiones sobre estos patrones serán el motor para futuros cambios para obtener un mejor sentido de las condiciones que hacen que la persona se comporte de ciertas maneras.

Al observarse también se cuenta con un dispositivo de auto motivación, es decir, las personas cambian al observar su comportamiento; el conocimiento acerca de cómo uno hace las cosas altera el comportamiento posterior (Bandura 1986). Anticipar aspectos satisfactorios de metas cumplidas o una baja percepción en la autoeficacia, constituye un incentivo para la acción. La especificidad de la meta determina en qué grado los objetivos crearán incentivos para la acción, las generalidades no favorecen la regulación de los esfuerzos; cuando las metas son altas y poco realistas los rendimientos tienden a ser insatisfactorios y debilitan las expectativas de eficacia reduciendo la motivación, por lo que las metas de dificultad moderada son más motivantes y satisfactorias. Las metas inmediatas dirigen los esfuerzos presentes, las metas lejanas no siempre son incentivos, la motivación en estos casos se mantiene estableciendo submetas que contribuyan a lograr la meta final (Bandura, 1982). Cuando la atención se centra en los efectos a corto o largo plazo que van a tener nuestras acciones, la gente se puede sentir contenta o insatisfecha con sus esfuerzos (Bandura, 1986).

Otro factor que influye en la motivación es la retroalimentación, evaluar una influencia auto reactiva puede no ser muy excitante si no se tiene una idea clara de cómo se está haciendo algo (Bandura, 1986). Por último, el comportamiento y la autoeficacia percibida se modifican con mayor efectividad cuando se implementan recompensas en lugar de castigos. Otra subfunción es la de establecer juicios. Como se mencionó anteriormente, la auto observación sirve para proveer las bases informativas necesarias para la auto dirección. Las acciones son expuestas a distintos juicios que incluyen varios procesos.

El primero de estos procesos se refiere a que en la autodirección es necesario establecer estándares para juicio y guía de nuestras acciones. Dichos estándares se desarrollan a partir de información que proviene de modos diferentes de influencia

social (evaluaciones de influencia social ante el propio comportamiento, o exponerse a estándares de auto evaluación modelados por otros).

Bandura (1982) afirma que cuando se dice que una conducta está gobernada por sus consecuencias, es que se refiere más a las consecuencias anticipadas que a las reales. Creencias y realidad no siempre coinciden, porque algunas consecuencias son inferidas de resultados observados en otros y producen falsas expectativas respecto a resultados favorables. La guía de acción que se obtiene de la representación es mayor en fases tempranas o intermedias del aprendizaje. Con la intervención de capacidades cognitivas superiores las personas tienen la capacidad de solucionar problemas en el pensamiento en vez de la acción, se plantean soluciones simbólicas y las más favorables son las que se llevarán a la acción. Pero, para que el funcionamiento cognitivo sea efectivo se necesita de un medio que permita distinguir entre el pensamiento veraz del que no lo es. Los juicios del valor y validez de las cogniciones se forman de la comparación con la evidencia que se obtiene de la experiencia; al ser positiva se confirman los pensamientos, de ser negativa se refutan.

El conocimiento se produce por los efectos de las acciones, es decir, de la conducta sobre la realidad, pero otra fuente de verificación se da a través de la comparación con los juicios de los demás (Bandura, 1982). Las personas toman evaluaciones de otros cuyas visiones evalúan como estándares de información para juzgar los propios comportamientos, los estándares pueden adquirirse a través de la enseñanza directa o a través de reacciones evaluadoras de otros hacia las propias acciones. Una instrucción efectiva requiere de la validación social por medio de las consecuencias del comportamiento (Bandura, 1986). A lo largo del desarrollo de la persona, se adquieren reglas para detectar errores del pensamiento por verificación lógica y estas formas de verificación se producen por varios procesos como son la actuación real, la vicaria, la social y la lógica entre otros.

Las acciones serán controladas por dos o más fuentes de influencia, la regulación que organiza y controla la conducta no operan de forma independiente. Los sistemas de regulación dependen unos de otros en el momento de adquirir y mantener el poder de influencia sobre la conducta (Bandura, 1982).

En investigaciones basadas en los principios del autocontrol propuestos por la teoría del aprendizaje social, Goldstein, Sprafkin, Gershaw & Klein (1979), sugieren la

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

técnica denominada autorrefuerzo, en situaciones donde se presentan problemáticas sociales como indisciplina académica o relaciones sexuales de alto riesgo.

El autorrefuerzo es la habilidad del sujeto para evaluar su rendimiento y otorgarse autorrecompensas si se cumple la meta deseada. Esta alternativa es importante porque otro tipo de refuerzos sociales y materiales no siempre son los esperados por el sujeto, y enseñan al alumno a que gradualmente controlen su conducta y se administren recompensas. Cuando el adolescente aprende los principios y procedimientos de la autorrecompensa, disminuye el valor personal hacia las recompensas sociales y materiales que otorgan los demás (Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein, 1979). Los autores han realizado varios manuales para ejercitar habilidades sociales y de autocontrol, para distintas situaciones en las que participan adolescentes.

Dewitte y De Cremer (2001) enfocan su estudio en el autocontrol y la cooperación, sugiriendo que una decisión acerca de una acción, se basa en el conflicto entre dos intereses: el propio y el interés colectivo. Definieron el autocontrol como la elección de una opción no muy atractiva para el individuo al momento de elegir. Su hipótesis es que en una decisión se puede optar por aquellas que impliquen metas a largo plazo (intereses colectivos), o a corto plazo (intereses del individuo). La hipótesis implica que al conocer factores que aumentarían las decisiones cooperativas en situaciones de motivos mixtos (intereses individuales y colectivos), se podría facilitar el autocontrol.

El autocontrol se ejerce ante una situación sobre todo por quien ya lo ha experimentado, y el autocontrol como acto de cooperación tiene que ver con características pasadas y futuras de uno mismo: en el pasado refieren conocimiento de la propia identidad, en el futuro refiere las expectativas (planes).

Desde un punto de vista económico, escoger la opción más atractiva es la elección más racional, a esta visión se le llama perspectiva directa y depende de resultados inmediatos; cuando la decisión se centra en las consecuencias de la elección (como por ejemplo consumir algo o no hacerlo) se le llama perspectiva indirecta porque no está relacionada con la situación inmediata, se necesita un conocimiento adicional del contexto de la situación.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Hay entonces dos posibilidades: cuando la persona adopta una perspectiva directa y escoge la recompensa inmediata ignorando las consecuencias potenciales que no ejercen autocontrol y cooperación; y la perspectiva indirecta donde la persona se centra en las consecuencias a largo plazo que tenga su elección. Para predecir qué escogerá una persona, se debe tener información acerca de las consecuencias que el sujeto está considerando y de las valoraciones que tiene sobre ellas (Dewitte & De Cremer, 2001).

Los autores concluyen diciendo que desde una perspectiva directa no cooperar es una elección racional; desde una indirecta, la cooperación y el autocontrol son elecciones racionales (Dewitte & De Cremer, 2001).

Se han realizado estudios del autocontrol en el campo de la salud, como el de Scott (1988) en el cual se trabajó con pacientes bulímicas y se encontró que entre otras dificultades, las pacientes presentaban problemas en el control de la ingesta de alimentos y evitar el vómito. Las personas que padecen bulimia tienen necesidades de aprobación y altas expectativas y se tienen déficits en el autocontrol. El estudio muestra clara evidencia de estos déficits así como de la presencia de expectativas elevadas relacionadas con la bulimia. Los bulímicos muestran ideas constantes del peso relacionado con la valoración de sí mismo, esto se relaciona con un autocontrol rígido y también lo son los esfuerzos de autorregulación.

En estudios relacionados con el consumo de sustancias, Skog (1999), menciona que para tener un mejor conocimiento de la adicción se requiere de conocer cómo las personas entienden el mundo, cómo evalúan las diferentes opciones y cómo realizan sus elecciones. Plantea que los problemas con el autocontrol tiene un papel importante en el consumo de sustancias adictivas y llevan a las personas a desarrollar y mantener la adicción a pesar de los intereses a largo plazo. En los problemas con el autocontrol, Skog asume que hay inconsistencias temporales en las preferencias; la persona tiende a dar mayor peso a un bienestar presente, que a un bienestar futuro.

El autor plantea dos supuestos: uno donde la persona conoce sus problemas de autocontrol y sabe cómo se comportará en el futuro; y el otro donde la persona permanece ingenua ante sus problemas de autocontrol. Hablando de adicciones, si una persona no identifica sus problemas de autocontrol, puede estar en mayor riesgo de presentar consumo a largo plazo. Concluye que la importancia de estudiar esta

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

forma de autocontrol es que si la persona tiene autocontrol, sólo se volverá adicta a una sustancia si lo vislumbra como un camino óptimo para vivir (Skog, 1999).

Wills y Dishion (2004) plantean en un estudio, que el temperamento, las características familiares en la infancia y el contexto de los pares, tiene influencia en el desarrollo de habilidades de autocontrol, y que es un factor para el establecimiento y posible transición al abuso de sustancias en la adolescencia tardía.

El autocontrol implica la autorregulación de cogniciones, emociones y conductas; un buen autocontrol requiere del automonitoreo, planificación, demora de la gratificación y regulación emocional. Por el contrario un pobre autocontrol involucra aspectos de impaciencia, impulsividad, orientación a metas presentes y gratificaciones inmediatas. Wills & Dishion (2004) plantean que el autocontrol está relacionado con características del temperamento desarrolladas en la infancia, pero se manifiestan en situaciones más complejas durante la adolescencia.

Mencionan que los déficits en habilidades de autocontrol influyen en la vulnerabilidad para el uso de sustancias en la adultez. El aspecto crucial está en que las características del temperamento, proveen bases para el desarrollo de habilidades complejas de autocontrol y un pobre autocontrol lleva a experimentar experiencias negativas relacionadas con pares desviados y factores de riesgo para el consumo. Un adecuado autocontrol se relaciona con alta competencia académica, factores protectores y sistemas cognitivos acerca del consumo de sustancias. Esta investigación presenta al autocontrol como un intermediario entre características tempranas del temperamento y las consecuencias a largo plazo y mencionan que puede ser modificado, siendo importante en la intervención clínica para identificar momentos donde el autocontrol es particularmente relevante para lograr objetivos deseados (Wills & Dishion, 2004).

En un estudio reciente realizado por Allahverdipour, Shafii, Fallah, y Emami (2006) con estudiantes de preparatoria, partieron del supuesto de que el autocontrol es un conflicto entre una cognición y una motivación; también encontraron que hay una relación significativa entre un pobre autocontrol y el abuso de sustancias. En sujetos de sexo masculino había características que podían predisponer el abuso de sustancias, una de estas es tener un pobre autocontrol ante situaciones sociales. También encontraron que un pobre autocontrol no permite escoger las mejores

amistades, por el contrario, se escogen amigos y ambientes en donde haya un mayor riesgo de ser expuesto a sustancias ilícitas.

La característica más evidente en adolescentes con pobre autocontrol, es la tendencia a responder a los estímulos inmediatos del ambiente; un pobre autocontrol lleva a una baja autoeficacia en la planeación del comportamiento y a una pobre actitud frente al uso y abuso de sustancias (Allahverdipour, Shafii, Fallah, & Emami, 2006).

Hay otro tipo de estudios relacionados con el autocontrol y personas adictas, como el realizado por Arreola (2007) donde se entrenaba a sujetos en la elección de alternativas de autocontrol. El estudio se realizó con consumidores de diversas sustancias exponiéndolos a una situación donde se manipuló la demora de entrega y la magnitud del reforzador.

Si los sujetos optaban por decisiones a corto plazo, se suponía una deficiencia en la estimación de consecuencias al momento de la elección, que podía resultar en una baja de reforzamiento global. El valor que se otorgaba a las alternativas podía estar determinado por la disponibilidad inmediata o demora del reforzador, magnitud del reforzador o el contexto de la elección. Al tener la capacidad de evaluar resultados globales de una opción, se puede diferenciar el valor de cada alternativa. La estrategia puede requerir que se renuncie a un reforzador presente por uno demorado, que es el caso del autocontrol. Para esto es necesario ser sensible a las consecuencias de una elección a nivel global.

El alcohólico puede tener una recompensa menor consumiendo alcohol o puede elegir no hacerlo, y así incrementar la probabilidad de obtener una recompensa mayor. Elegir lo primero es menos complicado, pues requiere estimar sólo el valor inmediato de las consecuencias de cada alternativa.

En la adicción al consumo de sustancias, hay componentes ligados a la necesidad de recibir una recompensa inmediata, y este experimento permite una mayor comprensión de cómo los sujetos interrumpen una elección de un reforzador inmediato y aprenden el autocontrol. Se plantea como conclusión, la hipótesis de que los sujetos eligen un reforzador inmediato, sólo en situaciones donde no se tiene mucha información acerca de las consecuencias futuras. Al introducir señales acerca de las posibles consecuencias, se puede ejercer un autocontrol más consistente, por

lo que el proceso adictivo, puede ser interrumpido mejorando la evaluación de elecciones disponibles en un tiempo y situación determinada (Arreola, 2007).

Sin embargo, al hablar de consumidores de alcohol se debe tomar en cuenta que no todos son adictos sino que hay ni veles de consumo que se refieren en la mayoría de los documento a tres formas de consumo. El primero es el uso experimental, en este nivel se incluye a las personas que beben por curiosidad, por moda, de manera ocasional o que no han experimentado aún consecuencias negativas debidas a un consumo excesivo, e incluso interrumpen el consumo, en este nivel es donde se encuentran la mayoría de los adolescentes pues son características de personas que inician el consumo o que no llevan más de dos o tres años de consumo; el segundo nivel es el de abuso donde los sujetos tienen un consumo regular y ya experimentan consecuencias negativas como pueden ser problemas físicos, afectivos o sociales; por último esta la dependencia que es cuando el sujeto es incapaz de dejar de consumir alcohol a pesar de que experimenta consecuencias negativas, además presenta el síndrome de tolerancia el cuál se caracteriza por el aumento en la cantidad de consumo por parte del sujeto para obtener el efecto deseado (Martínez, 2007).

Aunque el estudio de Martínez (2007) no se basa en los principios del aprendizaje social, sí hace referencia a la elección del consumo y a variables que influyen en una elección que conduce al autocontrol; estas variables están presentes desde la perspectiva del aprendizaje social, pero mediadas por procesos cognitivos.

Entre los procesos cognitivos que más se refieren (algunos con varios nombres), están la anticipación, las expectativas, la autoeficacia. Estos procesos intervienen en el autocontrol al momento de plantear la opción de elegir una meta a largo plazo, como puede ser tener mejor salud, en lugar de un reforzador inmediato. Por lo anterior se analizarán y definirán estos procesos cognitivos y su aplicación en estudios relacionados con sujetos consumidores de sustancias en la adolescencia.

## **1.2. Procesos cognitivos**

En las teorías psicológicas el concepto y abordaje de los procesos cognitivos es diverso según se parta de los supuestos epistemológicos que las sustentan; la teoría de la que parte esta investigación está basada en la Teoría del Aprendizaje Social desarrollada por el psicólogo canadiense Albert Bandura, pues sus postulados

han sido retomados en investigaciones relacionadas con la explicación y tratamientos de la conducta adictiva, involucrando la necesidad de estudiar los aspectos cognitivos para una mayor comprensión de los mecanismos de razonamiento y motivación del consumidor de alcohol y otras drogas.

Desde una perspectiva conductual, el aprendizaje es el resultado del condicionamiento clásico u operante; Bandura (1986) añadiría a este proceso un tercer tipo: el aprendizaje por modelado (o vicario). En el modelado la principal fuente de aprendizaje proviene de la observación de las conductas de los demás, así se obtiene información que es codificada por procesos a nivel cognitivo y después, la información que ha sido codificada actuará como guía de acción en situaciones similares. Bandura propone cuatro procesos de codificación de la información:

1. Atención: donde se focalizan los rasgos conductuales más significativos de la conducta de los otros.
2. Retención de información: donde se recuerdan las conductas o sus aspectos relevantes y se almacenan en la memoria en forma de símbolos (que pueden ser imágenes o contenidos verbales).
3. Representación a la acción: donde se da la conversión de las formas cognitivas y se utilizan como respuestas motoras, y se someten a un proceso constante de comprobación y perfeccionamiento por medio de la retroalimentación propia y de otros.
4. Proceso motivacional, en el que las futuras acciones dependerán de las consecuencias que se tengan y la valoración que el sujeto otorgue a sus acciones, ya sea como efectos poco gratificantes o como consecuencias desagradables (Bandura, 1982).

En el aprendizaje no sólo existe la regulación de la conducta a través de retroalimentación externa, también es posible desarrollar la capacidad de auto dirección, permitiendo que las personas afecten sus acciones y la propia motivación.

Un nuevo comportamiento sólo puede ser aprendido si se observa, es decir, si es modelado por alguien; se aprende antes de que el sujeto responda. Hay patrones adquiridos por observación y muchos comportamientos dependerán del modelo observado e imitado. Bandura incorpora el concepto de reforzamiento vicario y autorrefuerzo que dependen de las consecuencias positivas o negativas observadas en

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

otros, esto explica los comportamientos que se presentan en ausencia del refuerzo (Muuss, 1976).

El conductismo radical afirma que el control en el comportamiento se debe a estímulos externos, Bandura considera que las influencias externas operan mediante procesos cognitivos. Las personas no sólo emiten respuestas y experimentan sus consecuencias, ellas forman creencias acerca de esas consecuencias y regulan su comportamiento de acuerdo a estas. Contrario a la idea de que el comportamiento se regula por sus efectos inmediatos, las consecuencias proveen información que forma expectativas acerca de las consecuencias que se pueden tener relacionadas con las acciones.

Las consecuencias influyen en el comportamiento como anticipación. Las mismas consecuencias en un ambiente tienen efectos diferentes en el comportamiento dependiendo de las creencias de cómo las propias acciones están relacionadas con las consecuencias y los significados que tienen para las personas, de tal manera que es posible actuar bajo creencias incorrectas. Al experimentar elementos reforzadores el sujeto hace algo más que sólo aprender la posible relación entre sus acciones y las consecuencias de ellas, observan también el progreso que realizan para lograr sus metas. La autopercepción de su eficacia influye en sus patrones de pensamiento, comportamiento y su excitación emocional.

Para entender los mecanismos a través de los cuales las consecuencias modifican el comportamiento, se requiere analizar la influencia de los factores cognitivos, pues estos son patrones internos que funcionan como guías de acción y evaluación. Los procesos cognitivos no son observables, pero hay indicadores indirectos por los que pueden ser conocidos. Estos indicadores pueden ser verbales que muestran los significados que la persona da a los eventos, o leyes que gobiernan el comportamiento a nivel interno. Las conductas no verbales proveen medidas indirectas de los símbolos usados para entender la estructura y significado de los eventos. Bandura (1986) propone que estas medidas indirectas refieren procesos cognitivos; al hacer una revisión sistemática del comportamiento del sujeto trata de identificar posibles relaciones funcionales. El hecho es que el conocimiento de la gente acerca de su entorno y no del estímulo es lo que cambia por la experiencia.

Eventualmente los investigadores han tenido que observar el comportamiento regulado por una retroalimentación integral y no por sus efectos inmediatos. El

organismo integra la información de con qué frecuencia y cuándo sus respuestas son reforzadas en un periodo prolongado, y ajustan sus acciones en conjunto con las consecuencias. Teóricamente plantea que la gente debe recordar cuándo, dónde y cómo su comportamiento es reforzado y extrae reglas de las secuencias a través del tiempo (Bandura, 1982).

Otra elemento explicativo es lo que Bandura llama “historia de reforzamiento”, en el que las experiencias pasadas contribuyen al desarrollo de conocimiento, percepciones, pensamientos y acciones. Pero los eventos pasados no provienen de una fuerza unidireccional del ambiente, las personas son creadores parciales de su historia, porque los factores personales y del medio se afectan mutuamente; la representación del pasado involucra procesos de construcción (Bandura, 1982).

El aprendizaje se va complejizando con la experiencia, la adquisición de capacidades de observación, selección, codificación, coordinación sensorio motora y la capacidad de anticipar las posibles consecuencias. La anticipación acerca de las consecuencias de las conductas es especialmente significativa al hablar de la regulación de la conducta humana, permite a las personas obtener información acerca de su comportamiento en toda circunstancia y descubrir sus consecuencias (Bandura, 1986).

Para funcionar de forma eficaz las personas deben prevenir las posibles consecuencias de sus cursos de acción. Esta actitud previsora es posible gracias al proceso de anticipación, que es la percepción de estímulos predictivos, y una vez identificados, permiten suscitar reacciones anticipatorias adecuadas ante las situaciones. Bandura (1986) plantea que al anticipar las consecuencias de la conducta esta se modifica. La conducta entonces es modificada por la experiencia, esta participa en la formación de expectativas ante las situaciones nuevas de la realidad. En este proceso de construir expectativas de la representación de las propiedades de una situación, derivan en un mejor entendimiento en la guía, juicios de las acciones, de manera interpersonal, la información adquirida en la experiencia del sujeto podrá ser útil en situaciones nuevas.

Los procesos cognitivos intervienen en el control de la propia conducta y permiten hacer realidad los futuros deseables y evitar los no deseados. Para explicar los procesos que intervienen en el control personal, Bandura recurre al concepto de autoeficacia que trata de explicar el conjunto de procesos que intervienen en los juicios

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

de las propias habilidades que afectan la motivación y conducta del individuo (Bandura, 1986). Para ser autoeficaz hay que tomar en cuenta las consecuencias que afectan la elección de actividades, el esfuerzo necesario para dichas actividades y cuánto se ha de persistir ante las adversidades.

Bandura (1982) menciona que se han descuidado los determinantes de la conducta que se deben al funcionamiento cognitivo, al estudiar estos factores se ha revelado que cuando las personas se ayudan de estos procesos pueden conducirse mejor y retienen más lo que se ha aprendido, que cuando se refuerza por una acción repetida. Las teorías que niegan que los procesos cognitivos regulen las acciones, no acceden fácilmente a la explicación de la conducta humana compleja como lo es la que incluye pensamientos y sentimientos; consideran que el estímulo incide directamente en la conducta, sin hacer referencia al juicio del sujeto. La teoría operante afirma que la conducta siempre es controlada por sus consecuencias inmediatas, desde la TAS, la conducta se regula a través de la retroalimentación integrada de procesos internos y consecuencias, más que por sus efectos inmediatos.

En conclusión, los factores personales y los ambientales no funcionan con independencia, sino que se determinan entre sí. En ocasiones los factores ambientales presionan poderosamente sobre el comportamiento, en otras, los factores personales regulan los fenómenos ambientales y predominan sobre ellos (Bandura, 1982). Por los procesos de anticipación, las expectativas y la autoeficacia se pueden aportar elementos para explicar el desarrollo y mantenimiento de las conductas adaptativas y también de las desadaptadas.

A continuación se explicarán con mayor detalle los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia, como procesos en los que supongo una relación más directa con la conducta de la elección autorregulada y no tanto los de atención, retención, representación y motivación que estarían más enfocados a la codificación de la información: aunque se entendería la participación de estos en los tres primeros. Para explicar los procesos que intervienen en el control personal, Bandura (1986) explica la influencia que tiene los procesos de anticipación, expectativas y la autoeficacia.

### 1.3. Anticipación

Bandura afirma que para funcionar de forma eficaz las personas deben prevenir las posibles consecuencias de sus cursos de acción, esta actitud previsor es posible gracias al proceso de anticipación. Este proceso se presenta a partir de la percepción de estímulos predictivos, y una vez identificados, permiten suscitar reacciones anticipatorias ante las distintas situaciones en el entorno del sujeto. Bandura plantea que al anticipar las consecuencias positivas o negativas de la conducta, esta se modifica en su curso de acción (Bandura, 1986).

La anticipación tiene como función básica proporcionar protección contra peligros potenciales o para prevenir acontecimientos que se han vuelto amenazantes al asociarse con experiencias dolorosas. Un ejemplo es la conducta defensiva: las amenazas que se han experimentado hacen que los sentidos activen las conductas defensivas ante la predicción de una cualidad aversiva, estas son señales de posibles consecuencias dolorosas que ocurrirán a menos que se tomen medidas de protección (Bandura, 1982). En organismos inferiores hay anticipación ante los posibles peligros que se pueden presentar en su ambiente, pero tienen una capacidad limitada para simbolizar consecuencias futuras, por lo que estos organismos requieren de mayor cantidad de señales externas que les recuerden las posibles consecuencias a futuro que no son capaces de memorizar. Cuanto menor sea la capacidad de simbolizar, mayores señales externas sustituyen el pensamiento anticipatorio (Bandura, 1986).

Pero la protección de posibles consecuencias aversivas no es la única función que puede tener el proceso de anticipación, pues no solamente se asocia con las reacciones defensivas o protectoras, también puede afectar la motivación para la realización de cierta actividad. Los pensamientos anticipatorios influyen en la construcción de creencias sobre los posibles efectos que pueden tener nuestras acciones; a la anticipación de posibles resultados de diferentes cursos de acción comúnmente se les conceptualiza como expectativas de resultado (Bandura, 1986). La experiencia participa en la formación de expectativas ante ciertas situaciones de la realidad. En este proceso la representación de las propiedades de una situación derivan en un mejor entendimiento en la guía y juicios de las acciones y de manera interpersonal, la información adquirida en la experiencia del sujeto podrá ser útil en situaciones nuevas. (Bandura, 1986).

#### 1.4. Expectativas

Las expectativas han sido estudiadas usualmente como estimaciones subjetivas de la probabilidad de que ciertos eventos puedan ocurrir. Las personas creen que ciertas acciones pueden provocar ciertas consecuencias, entre mayores sean las la percepción de las expectativas de resultado y las valoraciones sobre estos, mayor será la motivación para realizar la actividad que se contempla. La gente busca varias vías para optimizar sus resultados, y Bandura (1986) se cuestiona acerca de las decisiones que se hacen en relación a la optimización, pues la gente normalmente no es sistemática al considerar alternativas en los cursos de acción.

Un aspecto a tomar en cuenta para comprender cómo funciona las expectativas es que las personas pocas veces examinan todas las alternativas viables; rara vez examinan de forma minuciosa todas las posibles consecuencias de cada opción que consideran. Comúnmente se elige de un conjunto limitado de posibilidades, se escoge el curso de acción que parece llevar a consecuencias más satisfactorias en vez de revisar cuidadosamente cuál de las alternativas puede ser la mejor. La mayoría de las personas son inconsistentes al ordenar sus alternativas y tienen dificultad para asignar valores distintos a diferentes tipos de consecuencias aunque son consistentes en su actuar y dejan que lo atractivo de un resultado matice su juicio sobre la dificultad que implica obtenerlo y optan por consecuencias de fácil obtención porque toman menos tiempo. Bandura se pregunta si esta elección se trata de un proceso irracional, pero comenta que la gente tiene información incompleta acerca de las alternativas y sobre sus probables consecuencias, entonces la información subjetiva favorece elecciones erróneas.

Otro aspecto que influye sobre las expectativas son los incentivos; las recompensas más valoradas como resultado de nuestras actividades son aquellas que derivan de la satisfacción de estándares personales más que en aspectos tangibles, pues rara vez se le dedica tiempo al cálculo que tiene que ver con el costo-beneficio de nuestras acciones. Para dar un ejemplo de lo anterior Bandura refiere a las personas que cometen actos criminales y a la vez están intoxicadas, no se puede decir que estas acciones estén influenciadas por pensamientos que tengan que ver con el costo-beneficio, pues no se consideran las consecuencias de sus acciones.

Como ejemplo Bandura estudio acerca de las expectativas en el consumo de alcohol, comenta que sobre todo los hombres tienden a pensar que la bebida

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

incrementa la agresividad o la excitación sexual, cuando se ha descubierto que el alcohol simplemente provoca un decremento en los procesos de inhibición. También menciona que si bien no toda persona intoxicada comete actos criminales, el considerar las expectativas ayuda a predecir qué tipo de actos se pueden cometer al estar bajo los efectos del consumo. Por último menciona que no por tener expectativas acerca de posibles consecuencias, necesariamente llevarán a hacer cálculos de costo-beneficio de las acciones. El aprendizaje implica la adquisición de expectativas acerca de ciertas pistas o respuestas que pueden llevar a ciertas consecuencias.

En la expectativa la persona apenas está considerando posibilidades de acción ante una situación dada y pueden resultar certeras o no, puesto que pesa más la creencia que el reconocimiento de un estímulo positivo o negativo que motive o no a la acción; en la anticipación, el sujeto ya identifica un elemento del entorno que lo hace tomar o no un curso de acción puesto que sabe por experiencias previas semejantes a la que enfrenta en el presente, el tipo de consecuencias que le puede acarrear su elección, por esto se entiende que esta estaría más relacionada al autocontrol.

### **1.5. Autoeficacia**

La autoeficacia demuestra como el nivel de confianza de nuestras capacidades ante diversas situaciones, no sólo afectan la elección de actividades, sino también el esfuerzo necesario para realizar dichas actividades y cuánto se ha de persistir si no se obtienen los resultados que se esperan. Cuando la autoeficacia es reforzada, lleva al sujeto a sentirse eficaz en situaciones específicas (Bandura, 1982).

Los niveles motivacionales, estados afectivos y las acciones se basan, la mayoría de las veces, más en las creencias que en la información objetiva del caso, por lo que para Bandura (1999), las creencias sobre las propias capacidades son de gran interés. Las personas contribuyen a su funcionamiento psicosocial con ciertos mecanismos de agencia personal, entre estos mecanismos ninguno está más presente que el de las creencias en la eficacia personal. Bandura (1999) se refiere a este mecanismo como autoeficacia, que es la creencia en las capacidades del propio sujeto para organizar y ejecutar cursos de acción en situaciones futuras; entre estas creencias se encuentran los modos de pensar, sentir, motivarse y actuar.

Hay varias maneras para desarrollar creencias de autoeficacia, las más efectivas son las experiencias de dominio; estas aportan pruebas para saber si la

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

persona cuenta o no con lo que se requiere para lograr cierto tipo de éxito. Los éxitos aumentan las creencias en la eficacia personal, pero si únicamente se experimentan logros fáciles, las personas pueden esperar sólo resultados inmediatos y se desmotivan rápidamente ante los fracasos (Bandura, 1999).

Otro modo para desarrollar creencias de eficacia son las experiencias vicarias. Cuando se observa como una persona obtiene éxito por sus constantes esfuerzos, quien observa, aumenta sus creencias en sus capacidades en el dominio de actividades similares. También al observar fracasos de otras personas en situaciones similares a las que se experimentan, influye en los esfuerzos de los observadores sobre su motivación y eficacia. El impacto que puedan tener los modelajes depende de la similitud que se tenga con los modelos; entre más sea la similitud, más impactantes son los éxitos y fracasos que presenten los modelos.

El último modo para el desarrollo de creencias de autoeficacia mencionado por el autor es la persuasión social. Las personas que son persuadidas por otros, tienden a movilizar más esfuerzos y sostenerlos durante más tiempo que cuando dudan de sus capacidades o piensan en sus deficiencias personales. Aun así, es más difícil infundir altas creencias de eficacia personal que debilitarlas por persuasión social.

Al juzgar sus capacidades, las personas son influenciadas por sus estados psicológicos y emocionales, pueden evaluar su fatiga, dolores y molestias como señales de debilidad física, o evaluar de modo positivo su estado de ánimo aumentando la eficacia percibida.

Las creencias de autoeficacia regulan el comportamiento por medio de cuatro procesos fundamentales (Bandura, 1999), estos son:

- Procesos cognitivos: la conducta humana en gran parte es guiada por los objetivos deseados. Estos objetivos son influenciados por las autoestimaciones de las propias capacidades. Los cursos de acción se organizan primero en el pensamiento, donde se capacita a las personas para anticipar sucesos y desarrollar formas de control sobre estos. Para obtener estas destrezas, se requiere un procesamiento cognitivo efectivo de la información, ya que cuando se aprenden reglas de predicción y regulación, se recurre a conocimientos para construir opciones, sopesar factores predictivos, evaluar juicios en relación con

los resultados inmediatos y lejanos, y para recordar factores que se han probado y cómo han funcionado.

- Procesos motivacionales: la mayoría de la motivación es generada cognitivamente. Las personas se motivan así mismas dirigiendo sus acciones por el pensamiento anticipador. Se elaboran creencias de lo que se puede hacer, se anticipan los resultados probables y las acciones futuras, se establecen objetivos y se planifican cursos de acción. Posteriormente se movilizan los esfuerzos necesarios para alcanzar el éxito deseado, y en estos esfuerzos, participan las creencias de eficacia en la motivación determinando la cantidad de esfuerzo necesario, el tiempo en que se ha de persistir ante las dificultades y la resistencia a los fracasos.
- Procesos afectivos: las creencias sobre las propias capacidades influyen en la cantidad de estrés que se experimenta en situaciones amenazantes o difíciles. Las creencias de eficacia intervienen en la vigilancia sobre las posibles amenazas en el modo en que son percibidas y procesadas de manera cognitiva. El estado de ánimo y la eficacia percibida se influyen bidireccionalmente.
- Procesos de selección: las creencias de eficacia influyen en la selección de entornos y actividades en los que se han de participar. Estos procesos son modelados por la selección de entornos conocidos, evitando aquellos que se cree que puedan exceder las propias capacidades; pero también se seleccionan los que presentan actividades retadoras cuyos entornos son capaces de manejar. Por las alternativas, las personas practican diferentes competencias, intereses y redes sociales que determinan los cursos de su vida; los factores que influyen sobre la selección de conductas, influyen entonces en el desarrollo personal.

La conducta autorregulada implicaría entonces los procesos de anticipación, expectativas en la conducta de elección, y si esta elección se basa en la anticipación (saberes) o en las expectativas (creencias de probabilidad sobre el éxito esperado en el resultado) afectarían la autoeficacia percibida en el sujeto ante una situación determinada y una de esas situaciones serían las relacionadas con la elección de tomar o no alcohol. Se comenzará por profundizar en la relación de los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia con el consumo de alcohol.

En el siguiente apartado de este documento se explicará cómo se da este funcionamiento en la adolescencia que es la población en la que se enfocó este

estudio, haciendo primero una revisión del concepto de adolescencia desde varias teorías y principalmente desde la TAS.

### **1.6. La adolescencia**

La adolescencia es el periodo de crecimiento que ocurre entre la niñez y la edad adulta, la transición entre estas etapas es gradual e indeterminada y no se establece la misma duración para todas las personas (Rice, 1999). El adolescente se encuentra en una situación de indefinición personal, acompañada por el deseo de alcanzar un estatus de adulto y separarse de los roles infantiles (Luengo et al., 1999). Para Lehalle (1990) la definición de adolescencia no es sencilla pues han de considerarse varios factores, de los cuales tres se pueden tomar como los más representativos: los factores biológicos, sociales y cognitivos.

En el factor biológico se incluyen las transformaciones fisiológicas del crecimiento físico y que pueden provocar cambios en la imagen que se tiene de sí mismo. Las transformaciones del cuerpo suscitan la idea de una perturbación necesaria en la propia imagen y por tanto un ajuste psicológico. Entre estos cambios se menciona el aumento de talla o la presencia de caracteres sexuales secundarios, pero cada proceso biológico está expuesto a variaciones interindividuales en el desarrollo de los sujetos (Delval, 1998).

El factor social, hace referencia a los contactos sobre todo entre pares. Los adolescentes intentan separarse del contexto familiar privilegiando el grupo de compañeros. En este periodo los individuos modifican sus roles, tienen percepción y expectativas diferentes de la vida y las relaciones sociales se centran en los pares (Dunham, Kidwell & Wilson, 1986). La influencia de la familia no desaparece, pero el grupo de pares se convierte en un contexto de socialización de gran relevancia. Con los amigos el adolescente comparte experiencias y obtiene apoyo y seguridad; en el grupo se aprenden valores y actitudes, incluso las que son parte de comportamientos desviados (Luengo, et al. 1999). El grupo de amigos constituye un entorno entre iguales que permite compartir experiencias y proporciona otros puntos de referencia, y es un espacio donde se ofrecen oportunidades para establecer relaciones relativamente igualitarias.

El último de los tres factores lo ocupa el plano cognitivo, y para explicarlo, uno de los estudios más relevantes se encuentra en la obra de Inhelder y Piaget (1955),

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

que estudiaron las características del pensamiento que corresponden al estadio de las operaciones formales. La adolescencia constituye en esencia una fase de “autonomización”; el desarrollo cognitivo permite que la persona se libere de las estructuras inmediatas para situarlas en el conjunto de las posibles. El estadio formal se caracteriza por la inversión entre lo real y lo posible: lo real se considera una parte de lo posible. Piaget dijo que toda persona alcanzaba este estadio pero en campos especializados como en el campo profesional y se pensaba que las competencias cognitivas del razonamiento formal se encontrarían en la mayoría de los adolescentes alrededor de los 17 y 18 años (Delval, 1998). Piaget (1967) menciona que la inteligencia se organiza por dos elementos inseparables que son la vida afectiva y la vida cognitiva, ambas interactúan entre sí porque todo intercambio con el medio implicaría una estructuración y una valorización; “la inteligencia se construye funcionando” (Grèco, 1972). El razonamiento de ahí en adelante opera en otros términos, opera sobre lo posible en vez de atenerse a una deducción que sólo se refiere a lo real, esto en un primer caso parece débil. En las operaciones formales reside en considerar en cada caso todas las combinaciones posibles y agrupar así las relaciones parciales en función continua del conjunto de las partes; de este modo cuando dos clases  $A_1$  y  $A_2$  y sus complementarias  $A'_1$  y  $A'_2$  dan lugar a cuatro productos elementales ( $A_1 A_2 + A_1 A'_2 + A'_1 A_2 + A'_1 A'_2$ ).

Los sujetos de nivel operatorio concreto (6 a 12 años) tienen que comprobar las correspondencias de próximo en próximo, los sujetos que se colocan desde el punto de vista de lo posible, es porque se hallan en posesión de operaciones combinatorias y aseguran la necesidad deductiva. Los sujetos formales no se limitan a comprobar, inducen por hipótesis un vínculo de implicación. El razonamiento de los sujetos de 14 a 16 basado en la consideración de las combinaciones posibles y de las relaciones necesarias se prolonga en a una construcción hipotético-deductiva. El razonamiento es un resultado del cálculo de los posibles (consecuencias generales) y no sólo de comprobaciones reales (Inhelder, Piaget, 1985).

Los hallazgos de Piaget relacionados con la inteligencia y las características cognitivas de la adolescencia nos dan idea de algunos antecedentes de cómo intervienen las cogniciones y los afectos en la formación de la conducta; pero estas experiencias estaban dirigidas sobre todo a situaciones de razonamiento experimental; expresan un nivel de funcionamiento del individuo. El análisis estructural realizado por Piaget y las investigaciones derivadas de éste no son el fin de la explicación

psicológica, porque no se explica todo, sino sólo lo que corresponde a la inteligencia (Lehalle, 1990).

Otros autores como Elkind (1978) plantea que el egocentrismo se agudiza en la adolescencia, por lo que los adolescentes creen que los otros se preocupan por su apariencia, además de la creencia de que en ellos hay un elemento único y especial, que es parte de lo que influye en la idea de una imagen de invulnerabilidad ante los riesgos de presentar conductas desviadas; y a pesar de la capacidad de razonar sobre las consecuencias, los adolescentes subestiman las que indican que se puede sufrir algún daño al presentar conductas problemáticas.

La teoría del aprendizaje social tiene el objetivo de investigar el espectro total de los procesos sociales; el aspecto social del proceso del aprendizaje es fundamental para el desarrollo de la socialización y la personalidad, contribuye al entendimiento del desarrollo de la persona. La TAS plantea que uno de los modos para aprender es a través de la imitación, y esta se da en los procesos de socialización. Grupo e individuo están estrechamente relacionados, por lo que una teoría adecuada debe integrar ambos elementos en un sistema congruente de interacción (Muuss, 1976). En la TAS no se ve a la adolescencia como un estadio separado cualitativamente entre la niñez y la juventud, pero sí se considera que hay un desarrollo hasta la adultez. Para explicar la adolescencia la TAS se basa en los principios de aprendizaje que ayudan a explicar el desarrollo del niño; haciendo énfasis en que lo que difiere en la adolescencia son las expectativas socioculturales y la selección de diferentes modelos de imitación más cercanos a sus nuevos escenarios y características personales.

Niños y adolescentes imitan modelos en su lenguaje, idiosincrasias y hábitos. Al observar a otros se eliminan inhibiciones: cuando una persona tiene patrones de comportamiento inhibido (por ejemplo la conducta sexual) observando un modelo que presente esas conductas, parece que se modifican esas inhibiciones. Uno de los factores para predecir el uso de drogas en el adolescente es que sus amigos consuman drogas, aparentemente prevalece la filosofía “si él puede hacerlo, yo puedo hacerlo”. Muchos de los aprendizajes sociales se dan cuando una persona observa modelos comportamentales e imita lo observado. Mientras los niños crecen tienden a imitar otros modelos de su ambiente social como sus padres o maestros, en la adolescencia estos últimos declinan como modelos importantes; son otros adolescentes y personajes del entretenimiento los modelos que toman mayor importancia (Muuss, 1976).

El grupo de pares tiene particular influencia como modelo del uso de expresiones verbales, vestimenta, corte de cabello, tipos de comida, música y gustos de entretenimiento, además de que hay un cambio rápido en los valores sociales (Muuss, 1976). Algunos de los problemas surgen como resultado de un modelaje del comportamiento por el grupo de pares; en la TAS se han discutido los conceptos de "identificación" e "imitación" al referirse al grupo de pares, Bandura (1982) selecciona el último porque si se habla de identificación comúnmente se entiende como un modelo de comportamiento de otra persona que se puede dar incluso sin la presencia de quien es modelo, además la identificación incluye la incorporación de valores, creencias, roles y actitudes del modelo. Por otro lado, el concepto de imitación se refiere a la reproducción específica de secuencias de comportamiento, lo que ha de imitarse depende de las características del modelo (real o ficticio, atractivo o no atractivo, edad) y de las del sujeto que ha de imitarlas (físicas, capacidades de codificación y expresión), lo que se imita puede darse en presencia o ausencia del modelo esto último de manera demorada. La imitación es un método importante de aprendizaje, particularmente en los aprendizajes sociales complejos como el lenguaje, autocontrol, altruismo, el comportamiento sexual, entre otros.

Contrario a las teorías que postulan diferencias de desarrollo en secuencias o estadios, la TAS postula que el comportamiento se da en la interacción de los determinantes personales y el contexto, no hay descripciones generales como en la teoría de Piaget y Gesell o momentos de crisis como en los planteamientos de Freud y Erikson. El aprendizaje social presenta predicciones de la relación entre los factores externos y el comportamiento. Durante el desarrollo los cambios súbitos son poco frecuentes, por lo que se cuestionan los periodos de "tormenta" y "crisis", caracterizados por la presencia de estrés, tensión, rebeldía, dependencia, etc. Estos comportamientos pueden ocurrir en algunos individuos por las condiciones culturales o expectativas sociales, más que por un fenómeno inevitable y característico de la adolescencia (Muuss, 1976). Cualquier consistencia en el comportamiento que pueda ser observada, es resultado de los antecedentes de las condiciones sociales, si las condiciones o las expectativas difieren, el comportamiento será diferente y para algunos puede parecer inconsistente (Muuss, 1976). En conclusión, la adolescencia desde la TAS es una serie de patrones de comportamiento que tienen sus antecedentes en los aprendizajes de la infancia y tiene diferencias de acuerdo a las condiciones y las expectativas sociales. En el siguiente apartado se revisará su

relación con el consumo de alcohol que es la situación en la que se enfocará el estudio.

Estos estudios reflejan el interés en por la anticipación para la predicción del consumo, pero sus investigaciones no fueron realizadas con un experimento que ponga prueba la anticipación en una situación determinada.

### **1.7. Adolescencia y consumo de sustancias**

Durante la adolescencia se puede participar en conductas de consumo de sustancias aun cuando impliquen riesgo para la salud y pueden originarse en la experimentación con nuevos contextos y relaciones. Entre las conductas de riesgo que se pueden presentar esta el consumo excesivo de sustancias, que en la actualidad se considera una de las problemáticas de mayor preocupación entre la población adolescente por su constante aumento y presencia entre los jóvenes, y por la reducción en la edad de inicio (World Meath Organization [WHO], 2004).

Un adolescente puede involucrarse con el consumo debido a diferentes factores como la disponibilidad del alcohol y la droga, la curiosidad, la búsqueda de sensaciones nuevas, como una forma de oposición ante los controles de los adultos, como una forma de afrontar los problemas o por la falta de percepción de riesgo y la imitación de los pares. Las investigaciones que se basan en la teoría del aprendizaje social, explican el consumo por medio de la interacción del sujeto con su ambiente, mediado por procesos internos que influyen en la elección (1987).

Desde la perspectiva psicosocial Jessor (1987) menciona que uno de los principios básicos de la conducta de consumo, es que va dirigida a diferentes funciones e intenciones. Para el bebedor el consumo de alcohol puede tener diferentes usos, y sus efectos pueden ser experimentados y observados de varias maneras. Estas variaciones toman forma dentro de la cultura y contextos cotidianos inmediatos de los sujetos. Por lo anterior, una explicación de la conducta de consumo desde la perspectiva psicosocial, implica más que la consideración de las condiciones genéticas o biológicas.

Jessor habla de tres sistemas (personal, percepción del ambiente y de comportamiento) que reflejan un proceso de propensión al consumo o el control ante éste. El autor usa el concepto de propensión como un sinónimo de riesgo. Explica que la estructura de este problema de conducta se esquematiza con la inclusión de un

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

gran número de variables. A las variables que están directamente relacionadas con el consumo se les denomina como proximales y las relacionadas de manera indirecta se les denomina como distales, y el comportamiento es mediado por sistemas de variables proximales y distales. Lo que pretende esta teoría es enfatizar que las conductas de riesgo son el resultado de una interacción persona-entorno, y para poder explicarla, se deben tomar en cuenta ambos sistemas.

Los sistemas de percepción del ambiente se refieren a características como el apoyo, influencia, control, modelos y expectativas que tienen los otros; y los sistemas personales se componen de niveles socio cognitivos acerca de significados sociales (ejemplo: el uso de drogas ocurre como una forma de oposición a las normas convencionales; solidaridad con los pares; entre otros) y la propia experiencia. Estos significados representan valores, expectativas, creencias, actitudes y orientaciones respecto a uno mismo y los otros. El controlar o no una conducta dependerá de la motivación que oriente la acción. Usualmente el comportamiento implica una forma de control, para entenderlo se debe reconocer la presencia de significados simbólicos y la variedad de funciones sociales de una conducta (Jessor, 1987).

De acuerdo a la interacción de factores internos y externos, el comportamiento de la persona toma características que lo hacen distinto en la relación con sus semejantes. Varios investigadores han mencionado que las conductas de riesgo tales como la delincuencia, el abuso de drogas o la indisciplina académica se adquieren en los contextos más próximos a la persona (Coleman & Hendry 2003; Fitzgerald, Strommen & McKinney, 2000; Luengo, et al., 1999), y una de las variables externas más estudiadas es la relación con pares consumidores. Autores como Medina-Mora (1993), mencionan que las conductas antisociales pueden deberse a un rechazo a los convencionalismos y a la creciente influencia de los pares como posibles modelos y fuentes de información y reforzamiento, que desplazan a los padres y a otros adultos de los que se dependía en etapas anteriores. Jessor (1998) encontró en varios estudios que los problemas en el consumo de alcohol se presentan en adolescentes que se asocian con pares que consumen drogas. Simons-Morton (2004) encontró que los amigos consumidores incrementan el acceso al consumo de alcohol; los adolescentes que se interesen por el consumo y los comportamientos relacionados se pueden ver atraídos por otras personas que tengan intereses similares.

Luengo et al.(1999) consideran al grupo de amigos como un factor que configura la actitud hacia el consumo de sustancias, también como un escenario en el

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

cual conseguir las, creándose un contexto que facilita el consumo y el intercambio de ideas que sirvan para justificar el consumo de alcohol y drogas. La influencia de los pares depende de una combinación de factores, como la supervisión de los padres, características de los amigos, actividades de tiempo libre y elección de los amigos (Osgood, Wilson & Bachman 1996). El individuo elige a otros compañeros que sean semejantes a sí mismo. El sujeto no es moldeado enteramente por el grupo, sino que puede haber motivaciones previas que lo llevan a involucrarse con pares problemáticos.

Para conocer más sobre el papel del sujeto, hay investigadores que se han enfocado más al estudio de factores internos. En un estudio reciente Fontaine y Dodge (2006) se interesaron por los procesos socio cognitivos en los problemas de comportamiento, y entre sus hallazgos se ha encontrado que los procesamientos cognitivo sociales desarrollados en la vida temprana juegan un papel activo en la maduración del comportamiento social en los niños; los criterios valorativos (o evaluativos) y las decisiones sobre los estilos desarrollados en la infancia contribuyen al establecimiento de patrones de comportamiento antisocial, así como aquellas conductas que se extienden a lo largo de la adolescencia y la adultez. Lo anterior sugiere que los criterios valorativos de los niños son cruciales para entender el desarrollo de seguimiento de metas, elecciones y la instrumentación del comportamiento desviado y actividades criminales. Estos mismos autores mencionan que es necesario hacer la distinción entre dos tipos de comportamientos: reactivos e instrumentales. Los comportamientos reactivos requieren de la percepción de un estímulo extra personal (interpersonal o de naturaleza social) que sirva para dar pie a una respuesta; los comportamientos instrumentales tienen una meta y están motivados por un interés personal (motivos y metas que se generan a nivel interno) Lo instrumental designa a un fenómeno (cognición o comportamiento) que se origina de manera interna y sirve para identificar una meta específica.

En relación al consumo de sustancias, se mencionan tres categorías de constructos cognitivos sociales que son: los juicios de comportamiento en cuanto a si son eficaces o no, las expectativas o consecuencias y las valoraciones socio morales; las tres categorías representan los procesos a los que el autor atribuye mayor énfasis para predecir la delincuencia y el uso de drogas. No hay que olvidar que los procesos cognitivos interactúan con las variables ambientales para influir y promover cambios en el comportamiento. Las creencias y los valores sociomorales desviados llevan al

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

inicio y mantenimiento del uso de drogas y son un pretexto posterior para conservar esta conducta (Fontaine, 2006).

Se ha discutido como los factores personales o ambientales determinan la emisión de conductas, pero más que discutir éste tema se debe recordar que el sujeto también participa de esta relación como generador de conocimiento respecto a su conducta lo que le da la posibilidad de autorregularse. Por la experiencia, la persona es capaz de adquirir una serie de contenidos a nivel cognitivo, que será un factor participante en las decisiones del sujeto. En este trabajo se muestran algunos estudios realizados con adolescentes que consumen alcohol y drogas, y en sus resultados se refiere constantemente la influencia de los procesos de anticipación (señales que permiten predecir consecuencias de las acciones), expectativas (guías y juicios provenientes de las consecuencias de las acciones) y autoeficacia (juicios de las habilidades que afectan la conducta en esfuerzo y motivación). A continuación se explicará la participación que tienen estos procesos en la elección de conductas.

### **1.8. La anticipación, expectativas y autoeficacia como mediadores en la elección para consumir o no alcohol hacerlo.**

Los estudios de Bandura no se han enfocado únicamente en la agresividad, también han explorado la resolución de problemas, donde al generar alternativas de solución y evaluar las consecuencias, se puede tener mayor información sobre posibles dificultades. Una de las dificultades es que las personas no tienen el tiempo ni la persistencia para buscar información necesaria para tomar una decisión. Para empezar, las posibles consecuencias que se puedan tener son muchas veces inciertas, dependiendo de la información que se tenga disponible, la destreza con la que se ejecuten las acciones y de las circunstancias visibles y las que no retoman en cuenta (Bandura, 1986). Se plantea que desde un modelo de solución de problemas, se selecciona la opción que haya calculado la utilidad de las alternativas más viables, pero comúnmente las personas simplifican esta tarea considerando sólo algunas alternativas y elaborando juicios intuitivos sobre las posibles consecuencias (Bandura, 1986).

En las investigaciones que se enfocan en estudiar el consumo de sustancias, los procesos de anticipación aparecen muchas veces integrados en los estudios que tratan de explicar la relación con el consumo de alcohol, pero algunos autores sí lo mencionan como un proceso aparte como Zúñiga y Bouzas (2006), quienes explican

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

que la decisión del consumo excesivo está basada en una elección racional, donde los jóvenes eligen realizar conductas de riesgo en las que perciben consecuencias positivas, absteniéndose de realizar las que pueden tener consecuencias negativas. Por lo que un elemento fundamental en la elección es el poder anticipar estas consecuencias. Esos autores mencionan que los jóvenes que consumen alcohol estiman en menor probabilidad la presencia de consecuencias negativas en comparación con sujetos abstemios. Una vez que los adolescentes consumen alcohol y no experimentan consecuencias negativas, perciben una baja relación entre estas y el consumo de alcohol.

Christiansen & Goldman (1983), trataron de explicar el rol de las expectativas en el consumo con adolescentes. Las expectativas se estudiaban asociadas a otras variables sociodemográficas antecedentes; los resultados mostraron que las expectativas tenían un rol mediador para determinar el consumo en adolescentes. La mayoría de los sujetos anteponía las expectativas sobre el alcohol a su propia experiencia (aprendían los efectos del alcohol, antes de tener una experiencia farmacológica directa) (Christiansen & Goldman, 1983).

Brown (1985), también estudió las expectativas asociadas al alcohol y las comparó con expectativas demográficas, como un factor predictivo de patrones de consumo problemático y no problemático en estudiantes universitarios. Concluyó que las expectativas y las variables antecedentes, proveen información independiente en la predicción de patrones de consumo. Las diferencias geográficas generalizan y refuerzan las expectativas sobre el alcohol, y se relacionan con los distintos hábitos de consumo en los universitarios. Los individuos experimentan los efectos reforzantes cuando reducen la tensión consumiendo alcohol, esto implica un riesgo para problemas tempranos por consumo de alcohol; al anticipar que se puede reducir la tensión, puede ser un factor en la transición al consumo excesivo. Proponen que a través de la educación y el entrenamiento sobre los efectos del alcohol, tal vez se facilite la alteración de creencias acerca de los efectos y se desarrollen alternativas de experimentación; en especial porque, el aprendizaje social asociado con la bebida, influye en el desarrollo de patrones problemáticos y refuerza las expectativas en conjunto con los efectos farmacológicos del alcohol (Brown, 1985).

Ayala (1992) habla de la variabilidad en la conducta de consumir alcohol. La conducta de beber alcohol en exceso deriva de la interacción de factores fisiológicos mediados por procesos psicológicos. Retoma algunos de los procesos cognitivos

planteados por Bandura, para explicar cómo intervienen en el consumo. Primero refiere las experiencias tempranas directas y vicarias con el consumo de alcohol, a partir de estas experiencias se establecen una serie de creencias respecto al consumo que se establecen antes de tener la edad legal para beber alcohol. Las creencias respecto al consumo de alcohol cambian en la interacción con agentes socializadores como la familia y los amigos, y al aumentar la edad, toma mayor importancia la influencia de los amigos en la decisión de consumir de alcohol. Esta influencia se da de manera directa a través del modelamiento, y sus efectos sobre el consumo dependerán de la(s) situación(es) en las que se realice (Ayala, 1992). Las conductas que han sido moldeadas y las creencias respecto al consumo de alcohol, se transforman en expectativas que son importantes en el desarrollo de la conducta de beber. Estas expectativas también son modeladas por agentes de socialización. Un ejemplo de expectativa ante el consumo de alcohol, puede ser que se espera que éste realice la conducta sexual y agresiva o, reduzca la tensión o el estrés (Ayala, 1992).

Las expectativas actúan con las experiencias directas con el alcohol, y el sujeto al interactuar con las demandas del ambiente o de las situaciones, puede sentirse capaz o rebasado en habilidades personales y sociales para afrontarlas. Lo anterior refiere a la autoeficacia del sujeto, que será diferente de acuerdo a déficits en sus habilidades sociales. Las deficiencias en habilidades sociales son importantes en la predisposición del uso y abuso del alcohol. Ante las demandas del contexto y la percepción de las habilidades para lograrlas, el sujeto determinará qué estrategias elige para afrontar una situación de consumo. Los antecedentes y consecuencias, junto a la disposición del individuo, le permitirán anticipar los resultados de sus decisiones en la conducta de beber (Ayala, 1992).

En otro estudio, Rosenthal et al. (1998) estudiaron la relación entre las habilidades sociales, las expectativas en relación al consumo de alcohol y el consumo. Mencionaban que los adolescentes ponen poca atención a variables cognitivas (como las expectativas) y esto se asociaba con sus habilidades sociales y el consumo. Encontraron que los adolescentes involucrados en el consumo de alcohol tenían déficits en sus habilidades sociales, expectativas positivas respecto al consumo y poco interés por la aprobación de padres y maestros.

Se mencionan dos factores relacionados con las habilidades sociales: comportamiento antisocial y falta de asertividad. En hombres este último se asoció con el alcohol, en mujeres sólo se asoció con el alcohol el comportamiento antisocial. Esto

llevó a los autores a plantear que las habilidades sociales, son elementos cruciales para entender el ajuste y consistencia del comportamiento adolescente; tener antecedentes de déficit de habilidades sociales, puede ser un predictor de riesgo en el desarrollo de uso de sustancias. La conducta de beber asociada con las expectativas, sugiere que entre más sea el énfasis erróneo del uso inapropiado de alcohol (como facilitar el comportamiento sexual en hombres, o para manejo de la preocupación en las mujeres), será mayor el uso por los adolescentes (Rosenthal et al., 1998).

Monti, Colby y O`Leary, (2001), mencionan que hay que tomar algunas consideraciones para la evaluación de las cogniciones en la adolescencia; en la literatura las razones que se tienen para el uso de sustancias son las expectativas acerca de las consecuencias del comportamiento y la confianza en general en la habilidad para lograr metas personales. Los jóvenes con desordenes de dependencia, atribuían grandes beneficios de satisfacción social y aumento en el estado de ánimo debido a los efectos del consumo de drogas en comparación con adolescentes no dependientes. En los adolescentes es importante conocer la medida en que las expectativas relacionadas al consumo de sustancias pertenecen a efectos psicosociales, consecuencias en la salud y los efectos positivos (Monti, 2001).

En un estudio reciente realizado por Camacho (2005), se evaluó la relación funcional entre los factores sociodemográficos, la ansiedad social y las expectativas positivas hacia el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Encontró que la mayoría de los universitarios de su muestra, consumen alcohol en exceso, la mayoría de estos consumidores son de sexo masculino y en relación a las expectativas de consumo se encontró que las que estuvieron más presentes eran las de facilitación de la interacción social, expresión verbal y afecta la inhibición, por otro lado las menos reportadas fueron la expectativa de incremento de la sexualidad, agresividad y sentimientos de poder. Concluyeron que en los estudiantes cambia la frecuencia e intensidad del consumo de alcohol significativamente, en función del sexo (más en hombre), las expectativas positivas y la ansiedad social.

Patrick & Maggs (2011) investigaron sobre la percepción de los propios bebedores adolescentes acerca de qué tan buenas o malas son las consecuencias, estas pueden ser asumidas como positivas (aquellas que ayuda a ser sociables o reducen la tensión) y otras como negativas. Algunas teorías de las expectativas hablan acerca de cómo las posibles consecuencias influyen en las intenciones, lo que se trata de ver es cuáles consecuencias se perciben como negativas por quién, esto

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

para intervienen la motivación de consecuencias que son negativas para los investigadores, pero positivas para los estudiantes. Los consumidores de uso ocasional y de consumo severo tienen diferentes expectativas sobre las consecuencias. Lo que los investigadores encontraron fue un mayor número de categorías para consecuencias positivas como son: diversión, relajación, exaltación de la imagen y tener mejores experiencias sexuales; los vistos como negativos tienen que ver con problemas con la policía, decir algo ridículo o tener malestares físicos. En México existe amplia tolerancia al consumo de alcohol, y las expectativas tienen un fuerte componente social, el alcohol es un facilitador de la interacción grupal, y esta facilitación propicia el abuso de alcohol (Mora-Ríos, Natera, Juárez, 2005) Zúñiga y Bouzas (2006) identificaron que los jóvenes que experimentan mayor diversión, relajación y aceptación en su grupo de amigos después de consumir alcohol, estimaban más las consecuencias positivas asociadas al consumo.

Las personas son influenciadas por el valor que le dan a los incentivos y por las creencias de los efectos de sus acciones, pero no elegirán una respuesta que no les aporte estos incentivos o no perseguirán logros que creen que no pueden alcanzar. Si la persona se percibe ineficaz en ciertas situaciones nulifica hasta la expectativa más excitante, si se tiene alto sentido de autoeficacia, la persona refuerza y sustenta sus esfuerzos al enfrentar situaciones de consecuencias desconocidas; en actividades que requieren de ciertas competencias, la autoeficacia actúa como mediador ante la de las expectativas e influye en la decisión y el esfuerzo para realizar las actividades. Las expectativas también tienen diferente impacto motivacional dependiendo de la influencia de procesos autorreguladores (Bandura, 1986).

Al utilizar los procesos de autoeficacia se contribuye al nivel de calidad del funcionamiento humano, pues se evitan situaciones que pudieran llevar a experimentar consecuencias negativas, e identificar situaciones que están más relacionadas con las metas deseadas (Bandura, 1999). Otros autores (Schwarzer & Fuchs, 1999) hacen referencia a las creencias optimistas en las metas de cambio conductual relacionadas con la salud. El optimismo funcional no sólo se basa en las expectativas de los resultados, también en los recursos del manejo personal, es decir se debe confiar en la propia capacidad.

Las expectativas de resultado y las creencias de eficacia influyen tanto en las conductas saludables como en las no saludables, por esta razón en los tratamientos se trata de encaminarlas a la adopción de conductas saludables. La autoeficacia

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

percibida participa en la confianza que se tiene en la modificación de conductas riesgosas para la salud. El cambio de la conducta depende de la capacidad percibida para manejar el estrés, el aburrimiento y para movilizar los recursos y cursos de acción ante las demandas situacionales, formando parte del repertorio conductual del sujeto (Schawarzer & Fuchs, 1999).

Las creencias de eficacia influyen en la intención de modificar la conducta de riesgo, en la cantidad de esfuerzo que ha de invertirse y en la persistencia ante las dificultades. El éxito en el manejo de situaciones de riesgo depende de que las personas creen que participan como agentes activos de sus acciones.

Una de las variables que se mide durante el tratamiento de conductas de riesgo para la salud (como es el tabaquismo o el consumo de alcohol) es la autoeficacia, y se ha demostrado que las cogniciones que intervienen en la salud regulan la adopción de conductas saludables y la eliminación de conductas perjudiciales. La autoeficacia percibida sobresale como una variable que influye tanto en la toma de decisiones para iniciar el cambio, como en el mantenimiento en el proceso de dicho cambio (Schawarzer & Fuchs, 1999).

En relación al consumo de sustancias Rollnick & Heather (1982) mencionan que la expectativa de autoeficacia es una variable crucial en los tratamientos psicológicos y hay que analizar los aspectos positivos y negativos relacionados con tratamientos que buscan la abstinencia en el consumo, puesto que estas expectativas influyen en el esfuerzo que se implementará por parte del sujeto. Esto debido a que varios pacientes no creen que la abstinencia de por vida sea una solución adecuada a sus problemas de consumo, lo que afecta las expectativas de eficacia que estarían dirigidas hacia un cambio en el patrón de consumo.

Se ha pensado trabajar este tipo de problemas con terapias grupales, pues se plantea que escuchando los logros de otros consumidores se pueden tener mejoras respecto al consumo, la idea es que solamente se necesita elevar la "fuerza de voluntad". Pero se comenta que en tratamientos basados en modelajes se incrementa más la autoeficacia que en aquellos donde la persona no experimenta o practica el manejo con el problema de comportamiento (Rollnick & Heather, 1982).

Marlatt, Baer & Quigley (1999) mencionaron que las creencias influyen en el inicio de hábitos de consumo de sustancias, las personas se enfrentan a la elección de

empezar a fumar o no hacerlo, y también en tratar de dejarlo o no. En este proceso los autores proponen que intervienen dos tipos de autoeficacia percibida: la autoeficacia de resistencia que participa en la prevención de la conducta adictiva y la autoeficacia para manejar crisis de recaída, que interviene en el proceso de dejar de consumir.

Plantean entonces que la autoeficacia es una variable que facilita la decisión de consumir, pero también nos permite prevenir la aparición del consumo, esto dependerá de las metas y expectativas de resultado que se tengan: si los adolescentes creen que fumar o beber les genera ventajas como aparentar mayor edad, la autoeficacia se dirigirá al inicio del consumo. En el sujeto se produce un conflicto entre la autoeficacia de resistencia y la presión de los amigos, un conflicto similar ocurre cuando se trata de dejar de consumir una sustancia generando la ambivalencia al cambio.

La autoeficacia de resistencia se refiere a la habilidad percibida ante la presión de beber o consumir drogas, y permite predecir las intenciones de consumo de alcohol y tabaco en los adolescentes. La autoeficacia de manejo indica la capacidad para resistir la recaída en situaciones de riesgo y cuando hay niveles bajos en ella, a menudo se conjugan con las expectativas de resultados positivos en el consumo de sustancias. En una intervención se debe fomentar la autoeficacia en el manejo de situaciones de riesgo, y es un predictor importante de los resultados favorables en programas de tratamiento con adolescentes que consumen sustancias (Marlatt, Baer & Quigley, 1999).

Rothman (2000) propone que la autoeficacia interviene en la elección del consumo de sustancias. Habla de la implicación de los procesos psicológicos implícitos en la decisión de iniciar cambios en el comportamiento, además de facilitar decisiones para mantenerlos. La decisión para adoptar un nuevo comportamiento se basa tanto en el análisis de costos y de beneficios asociados con ciertos cursos de acción, como con el conjunto de creencias de las personas y ayudarán a predecir qué tan asociados están con la decisión de tomar alguna acción para lograr el cambio. El autor analiza estos elementos y dice que de acuerdo a la teoría del aprendizaje social (Bandura, 1986), las creencias de autoeficacia son determinantes cruciales en el inicio y mantenimiento de cambios en el comportamiento. La confianza en las propias capacidades permite mantener el esfuerzo y la perseverancia ante los posibles obstáculos (Rothman, 2000).

En un estudio realizado por Fiorentine & Hillhouse (2000) se encontró que cuando las personas cuentan con una baja autoeficacia para el uso de alcohol y uso de drogas, se promueve la disminución del comportamiento adictivo. Afirman que un sujeto que percibe fallas en su control al momento de consumir alcohol y esto se asocia con consecuencias negativas, se promueve la aceptación de la abstinencia y aumenta la probabilidad de que se convierta en un modo de vida. Se afirma entonces que al percibir altos niveles de uso de la autoeficacia percibida, se aumentan los niveles de aceptación de la abstinencia (Fiorentine & Hillhouse, 2000).

En el PIBA se presentó un aumento de la autoeficacia en los adolescentes que llevaron el tratamiento ante las situaciones de riesgo (Pedroza, Vacio, Martínez & Salazar, 2012). La autoeficacia es un proceso relacionado con la emisión y mantenimiento de las conductas. Por lo que es importante su medición en el área de conductas adictivas dado que es un elemento que participa en el establecimiento de límites en las conductas de consumo y en las metas de cambio respecto a este; hay interés en su medición al inicio del tratamiento por que se espera que la persona cuente con esta capacidad para el trabajo durante el tratamiento y mantenimiento del cambio.

### **1.9. Conclusión**

Los estudios presentados han implicado la intervención de los factores cognitivos en el consumo de sustancias. En estas investigaciones hay una distinción entre la conducta planeada y la conducta reactiva, por lo que se plantea que los adolescentes que consumen sustancias no toman decisiones de la misma manera, ni por las mismas razones que los no consumidores aún dentro de un mismo contexto. Estas diferencias pueden ser identificadas por la forma en que intervienen los procesos cognitivos en las situaciones donde se tiene acceso al consumo y que pueden estar ligados a la decisión de consumir alcohol o no hacerlo. Los procesos revisados referidos a la anticipación, expectativas y autoeficacia son tres elementos que suponemos participan en la decisión de autocontrol (Martínez, Saucedo, & Pedroza, 2013); sabemos que una decisión que implique autocontrol puede resultar ya sea en la abstinencia de consumo de alcohol o en su consumo de manera moderada (no más de 4 copas por ocasión en hombres y no más de tres en mujeres). Por lo que al estudiar dichos procesos cognitivos, se pretende entender y explicar cómo los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia pueden conducir a una decisión

autocontrolada y así poder intervenir con dichos elementos con adolescentes cuya decisión remite a un consumo excesivo de alcohol, en este caso, en la elección de adolescentes iniciadores en el consumo de alcohol.

El presente estudio se origina como parte de una investigación más amplia que tiene como objetivo el desarrollo y evaluación de programas de intervención en adolescentes consumidores de sustancias (Martínez, 2003). En los programas se trabajan habilidades en las que intervienen los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia para la elección y mantenimiento del cambio en el consumo, pero hasta el momento, estas no han sido medidas ni descritas, y se consideró necesario explorarlas.

El consumo de sustancias ha sido ampliamente estudiado, pero la intervención de los procesos cognitivos como mediadores de la elección no, se ha estudiado su participación por medio de datos obtenidos de cuestionarios y auto reportes (Reid, Patterson & Zinder, 2002), no el registro en situaciones experimentales, que impliquen elegir entre varias opciones. La importancia de este trabajo radica en la posibilidad de tener un referente explicativo que permita obtener información sobre la relación y cómo se presentan la anticipación las expectativas y la autoeficacia al momento de la elección.

La información obtenida de los resultados de este estudio puede ser una base para el diseño de programas en el campo de la prevención universal del consumo de sustancias, al sugerir elementos que expliquen la relación entre las variables en el procesos de la elección para su difusión ya sea en instituciones dedicadas al cuidado de la salud o que trabajan con adolescentes. También, a partir de los resultados se pueden dar sugerencias para mejorar algunos componentes de programas de tratamiento con adolescentes, dando mayor énfasis a la evaluación de los procesos de anticipación, expectativas y/o autoeficacia.

## 2. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

El objetivo de este estudio es explicar la relación de los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de adolescentes iniciadores del consumo de alcohol. Los objetivos particulares que conforman este estudio son:

1. Identificar indicadores de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de adolescentes consumidores.
2. Conocer cómo influyen los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de la respuesta autocontrolada de los adolescentes consumidores de alcohol.
3. Conocer si alguno de estos procesos tiene mayor peso en la elección del adolescente.

En esta investigación se recogieron y analizaron datos cualitativos y cuantitativos en dos fases: la primera fase consistió en la recolección de datos por medio de la aplicación de una entrevista semi-estructurada, con el fin de identificar indicadores de los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de consumir alcohol.

En la segunda fase se expuso a los adolescentes a una situación experimental (Torre de Hanói), si hay mayor participación de alguno de los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en un problema que implique la elección y la autorregulación del sujeto.

### 3. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de estudio

En la primera fase el estudio fue descriptivo, se obtuvo información acerca de cómo se presentan los procesos cognitivos de anticipación, expectativas y autoeficacia por medio de una entrevista semi-estructurada con adolescentes consumidores de alcohol.

La segunda fase fue de tipo explicativa, acerca de la influencia que tienen los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en una situación de elección, con la pretensión de identificar si alguno tiene mayor peso en la elección del consumo y cómo ocurre.

#### 3.2. Participantes

La muestra fue no probabilística y los sujetos se eligieron de secundarias y preparatorias del estado de Aguascalientes. Los estudiantes tenían entre 14 y 18 años. No se trabajó con todas las edades del periodo adolescente, sólo este rango de edad que es donde más se ha reportado el inicio del consumo. Los sujetos fueron voluntarios y los resultados no serán generalizados. Para la fase descriptiva se entrevistaron a 14 estudiantes de secundaria y preparatoria, para la fase experimental se trabajó con 7 estudiantes de secundaria de 14 y 15 años, 5 consumidores de alcohol y 2 no consumidores.

#### 3.3. Variables

*Anticipación:* capacidad que permite identificar consecuencias de las acciones y tomar un curso de acción hacia un objetivo deseado, con un mínimo de errores basado en la experiencia de aprendizaje del sujeto.

*Expectativas:* son creencias que llevan al sujeto a confiar en su capacidad para conseguir resultados sin llegar a corregir ni a establecer vías de acción efectiva. Pueden llevar a una elección certera o errónea pero sin ser consistentes en situaciones similares e incluso iguales.

*Auto-eficacia:* es la confianza del sujeto para llevar a cabo un proceso de acción, basado en la información objetiva de la situación que le lleve a un resultado ya anticipado.

### 3.4. Escenario

Tanto la aplicación de la entrevista como del experimento, se llevaron a cabo en secundarias, preparatorias y casas de los estudiantes ubicadas en el municipio de Jesús María y la capital de estado de Aguascalientes. Los espacios en que se trabajó fue en salones, bibliotecas y audiovisuales en el caso de las escuelas, y en salas u oficinas dentro de las casas particulares.

### 3.5. Instrumentos

Para la fase cualitativa se utilizó:

Entrevista semi-estructurada la cual cuenta con 47 preguntas divididas en 8 apartados los cuales abordan los datos generales del entrevistado, historia de consumo, experiencias de consumo relacionadas con la familia, experiencias de consumo relacionadas con los amigos, expectativas relacionadas con los primeros contactos con el consumo de alcohol, autoeficacia en los primeros contactos con el consumo de alcohol, anticipación de consecuencias y elementos relacionados a la experiencia en particular con el consumo de alcohol (anexos).

Para la fase explicativa se utilizó:

Torre de Hanói, que es un rompecabezas o juego matemático inventado en 1883 por el matemático francés Édouard Lucas (De Macedo, 1997). Se trata de un juego de ocho discos de radio creciente que se apilan insertándose en una de tres estacas de un tablero. En su forma más tradicional, consiste en tres varillas verticales. En una de las varillas se apila un número indeterminado de discos (elaborados de madera) que determinará la complejidad de la solución; por regla general se consideran ocho discos. Los discos se apilan sobre una varilla en tamaño decreciente. No hay dos discos iguales, y todos ellos están apilados de mayor a menor radio en una de las varillas, quedando las otras dos varillas vacantes. El juego consiste en pasar todos los discos de la varilla ocupada (es decir la que posee la torre) a una de las otras varillas vacantes. Para realizar este objetivo, es necesario seguir dos simples reglas:

- a) Sólo se puede mover un disco cada vez.
- b) Un disco de mayor tamaño no puede descansar sobre uno más pequeño que él mismo.

### 3.6. Procedimiento

El procedimiento que se siguió para el desarrollo de la investigación se realizó en dos fases; en la primera de ellas se respondió a la primera pregunta de los objetivos específicos aplicando una entrevista semi-estructurada, para profundizar sobre datos que describan la presencia de procesos que participan en la conducta de elección en el consumo de sustancias. Primero se elaboró una guía de preguntas (anexo) que permitió identificar datos respecto a los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia, en la experiencia con el consumo de alcohol. Para localizar a los adolescentes que participaron en el piloteo y en las dos aplicaciones de la entrevista semi estructurada se contactó tanto a particulares por medio de estudiantes de psicología que hablaron con los padres, o directamente con los adolescentes para establecer la fecha de la entrevista y realizarla en su casa, también se buscaron escuelas secundarias; en estas instituciones el contacto se hizo primero con el director, siendo éste quién remitió con la trabajadora social para localizar a los adolescentes consumidores y después acercarnos a ellos para pedir su participación; los adolescentes que aceptaron fueron entrevistados en salones de la institución que permitieran privacidad.

Se realizó el piloteo con 5 estudiantes, 1 de secundaria y 4 de preparatoria, contactando a sus familiares y realizando las entrevistas en las casas de los adolescentes o en sus escuelas. Las entrevistas fueron grabadas en audio, los datos se transcribieron al finalizar las 5 entrevistas. Se hizo el análisis de los resultados y se hicieron modificaciones en la guía, en aquellas preguntas cuyas respuestas fueron similares o no fueron entendidas por los sujetos entrevistados.

Al terminar el análisis y corrección de la guía de preguntas, se realizó una segunda aplicación con 5 estudiantes, 1 de secundaria y 4 de preparatoria. Los sujetos fueron contactados y entrevistados por alumnas del 9° de la licenciatura en psicología de la U.A.A.; las entrevistas se hicieron en las escuelas y domicilios de los estudiantes. Las 5 entrevistas fueron grabadas en audio para posteriormente transcribir las preguntas y su respuesta.

Se elaboró una base de datos con las 5 entrevistas del primer piloteo y las 5 entrevistas de la segunda aplicación. Se hizo el análisis y reporte de resultados de los datos de la segunda aplicación haciéndose correcciones mínimas a la guía de preguntas que consistieron en cambiar palabras que no se entendían.

La primera fase de la investigación terminó con la tercera aplicación corregida de la guía de preguntas la cual contó con la participación de 4 estudiantes de

secundaria de 3er año para lo cual se contactó con el director de la institución, para después realizar las cuatro entrevistas dentro de las instalaciones de la escuela. Las entrevistas fueron grabadas en audio y se transcribió la información proporcionada por los sujetos; posteriormente se pasó al vaciado en la base de datos y se hizo el análisis y reporte de resultados. La obtención y análisis de los datos son la base para la elección y diseño de los instrumentos de la fase explicativa.

Para evidenciar la utilización de estrategias de autocontrol que utilicen los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia, se seleccionó, la torre de Hanói. El primer experimento se destinó para la identificar vías de elección que recurran a los procesos de anticipación expectativas y autoeficacia;

Para entender el objetivo del juego de Latorre de Hanói y la manera de entender los resultados es necesario saber lo siguiente:

Se eligió que la aplicación fuera con 5 discos (TH<sub>5</sub>= torre de Hanói con 5 discos) por ser la esperada para la edad adolescente (Inhelder & Piaget, 1985), el número mínimo de movimientos sin errores es 31 y se ordena de la siguiente manera (Tabla 1):

**Tabla 1: Algoritmo de la Torre de con 5 discos**

<b>TH<sub>5</sub> = 2<sup>5</sup> - 1 = 31</b>				
No. De movimiento.	Disco	Está en	Va hacia	Sentido
1	1	A	C	I*
2	2	A	B	D**
3	1	C	B	I
4	3	A	C	I
5	1	B	A	I
6	2	B	C	D
7	1	A	C	I
8	4	A	B	D
9	1	C	B	I
10	2	C	A	D
11	1	B	A	I
12	3	C	B	I
13	1	A	C	I
14	2	A	B	D

15	1	C	B	I
16	5	A	C	I
17	1	B	A	I
18	2	B	C	D
19	1	A	C	I
20	3	B	A	I
21	1	C	B	I
22	2	C	A	D
23	1	B	A	I
24	4	B	C	D
25	1	A	C	I
26	2	A	B	D
27	1	C	B	I
28	3	A	C	I
29	1	B	A	I
30	2	B	C	D
31	1	A	C	I

\*(I) Izquierda, \*\* (D) Derecha

La tabla anterior muestra varios referentes para anticipar dónde quedarán ubicados los discos y qué se necesita hacer para lograrlo en el número mínimo de movimientos, entre ellos: para TH<sub>5</sub> el primer movimiento con el disco 1 debe ir directo a “C” con sentido a la derecha, todos los discos impares se mueven a la izquierda y los pares a la derecha, el disco 1 uno se mueve alternadamente un movimiento sí y uno no, el disco 5 sólo se mueve una vez y una vez que pasa de “A” a “C” quiere decir que se está a la mitad de la ejecución y que se harán los mismos movimientos en orden contrario. El algoritmo que nos permite saber el número mínimo de movimientos con 5 discos es:  $TH_5 = 2^5 - 1 = 31$  (Serrano, 2006).

Se realizó un primer piloteo de ambos instrumentos con dos estudiantes de preparatoria pertenecientes a la población de Ignacio Zaragoza del municipio de Jesús María. Las edades fueron de 17 y 18 años y ambos cursaban el 6° semestre de bachillerato. El contacto se realizó a la salida del coro dominical, preguntándoles si estarían dispuestas a colaborar en la actividad. Una vez que ambas aceptaron, se comenzó con la aplicación de la torre de Hanói a cada una, explicando las reglas y

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

objetivo de cada instrumento. La aplicación de la torre de Hanói se realizó de manera progresiva comenzando con tres discos hasta llegar a resolverla con cinco.

En relación a la torre de Hanói se decidió tomar como referencia la solución con cinco discos en las siguientes aplicaciones, esto se debe a que se busca trabajar sólo con la solución que implique enfrentarse a una situación imprevista y no aquella que se resuelva con el conocimiento y experiencia.

Una vez hecha la aclaración anterior, se aplicó la torre de Hanói a estudiantes de segundo y tercero de secundaria del municipio de Aguascalientes, 8 en total. Dos de los participantes fueron contactados a través de conocidos, el resto pertenecen a la misma institución y fueron contactados por medio de su maestra. Posteriormente se realizó el contacto con la institución y su directora la cual dio el permiso para realizar la aplicación. Esta se llevó a cabo en salones para los dos primeros, los seis restantes fueron entrevistados en la biblioteca y audiovisual de su escuela. Las situaciones experimentales fueron grabadas en video para 5 de los estudiantes, para otros 2 se hizo el registro a mano por fallas técnicas y un restante fue descalificado porque la mitad de su registro está grabado en video y la otra parte fue hecha a mano por las mismas dificultades técnicas. A todos se les hizo al inicio una serie de preguntas sobre consumo de alcohol, después se les aplicó la torre de Hanói en dos momentos, uno para explicar las reglas con la ejecución estándar, el segundo para ver si podían hacer la aplicación en menos movimientos, la consigna fue realizar el juego con el mínimo de instrucción posible, sólo se les hizo algunos comentarios en ciertos momentos de la ejecución para eliminar errores estos comentarios fueron “¿Para dónde va la torre?” en caso de pasar varios minutos sin movimiento alguno y “¿Cómo es mejor, así o cómo estaba?” esto se dijo cuando se deshacía una secuencia de varios movimientos correctos; Al final se agradeció la participación de los estudiantes y se habló con los responsables de las instituciones para realizar futuras aplicaciones.

Para finalizar se hizo el vaciado de resultados y se procedió a la discusión de los mismos, los nombres de los participantes fueron cambiados para cumplir con los lineamientos éticos.

## 4. RESULTADOS

### 4.1. Entrevista semi-estructurada

Se tomaron las respuestas de 5 sujetos con los que se realizó la entrevista. En relación a la presencia de indicadores de los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la entrevista realizada a adolescentes consumidores de alcohol se encontró lo siguiente:

### 4.2. Resultados de la primera aplicación de la guía de preguntas

En primer lugar se observa que la mayoría de los sujetos (por lo menos los de preparatoria) toman gran parte de sus primeros contactos y creencias respecto al alcohol de su familia, y que incluso en los primeros contactos con su grupo de amigos, los antecedentes familiares siguen siendo los que predominan. Para el caso de estos sujetos, la influencia de los amigos no parece ser la determinante en la decisión de consumir. En el caso del adolescente de 14 años, la influencia y presión de los amigos es evidente en la decisión de consumir, pero también es claro que este sujeto no reporta ningún tipo de relación con el alcohol en su familia a excepción de la de su hermano, cosa que comenta como si fuera parte de lo normal, lo mismo ocurre con los comentarios o regaños de sus familiares, habla de ellos únicamente como si fuera lo que se tiene que decir, pero sin gran relevancia para prever posibles consecuencias.

La percepción de la familia y amigos no se modifica significativamente al inicio del consumo, pues parece que en la familia se está al pendiente de la forma de beber de los adolescentes, y mientras no exceda el consumo esperado o presente consecuencias negativas, parece no llamar mucho la atención; en el caso de los amigos, la experiencia con el consumo es similar a la del grupo de pares, por lo que la visión de la experiencia con el alcohol es similar e incluso la mayor parte de los adolescentes entrevistados ve como desagradable las situaciones en donde otros adolescentes de su edad (sobre todo los amigos) beben en exceso.

Antes de los primeros contactos con el alcohol, parece que a pesar de que se ven y escuchan en campañas publicitarias las consecuencias negativas del consumo de alcohol, más de la mitad de los adolescentes entrevistados piensan que son exageradas, este dato concuerda con la poca efectividad que se le adjudica a la

prevencción primaria y al impacto que puede tener en la decisión de consumir, pues los adolescentes no refieren que estas campañas influyan en la decisión de consumir o no alcohol.

En lo que respecta a los datos que pueden estar más relacionados con las variables a estudiar, algunas expectativas que se tienen antes de los primeros consumos tienen más que ver con efectos físicos como mareos, olvidos o borracheras; parece que las posibles ventajas como ser más sociable o sentirse bien, o las consecuencias sociales negativas como los regaños, aparecen hasta que se tienen los primeros contactos con el alcohol y con otros sujetos que beben, pues de estas personas es de donde parecen surgir dichas expectativas; es esta experiencia la que permite que en momentos posteriores se conviertan en guías de acción. Otro tipo de expectativas son las que están relacionadas con las características del consumo en un futuro. Más de la mitad de los sujetos no ve grandes modificaciones a su modo de beber en un año, esto puede deberse a que les parece satisfactoria la cantidad de alcohol que beben e incluso en gran parte de sus actividades no necesitan consumir alcohol, tampoco parece que su grupo de amigos presione o incremente la cantidad de alcohol, y los que lo hacen que parecen ser pocos, no son imitados y por el contrario se les invita a modificar su actividad. Los adolescentes que creen que sí puede incrementarse la cantidad de consumo, lo atribuyen al mayor acceso a escenarios donde hay alcohol (como las fiestas), también parece que es uno de los “privilegios” que se obtienen al ir aumentando la edad, pues permite este acceso a fiestas y también a una menor intervención de los padres en sus actividades y decisiones. Hablando del consumo a 10 años y como pudiera ser, la mayoría piensa que será moderado, esta idea es más firme en los adolescentes que además tienen como expectativas el tener una carrera, trabajo o familia; para otros, el beber mayor cantidad de lo que beben actualmente (que no pasa de tres) ya significaría un problema. El sujeto de secundaria no refiere ninguna de estas expectativas y asegura entonces, que sólo imagina su consumo en aumento, pero no se sabe si esta idea fuera modificada si se le pusiera en consideración algunas de las circunstancias que expusieron los demás entrevistados, esto para ver por lo menos si considerando otras expectativas se plantean algunas alternativas, esto último puede deberse tanto a la poca experiencia como al poco vocabulario del adolescente para describir sus respuestas.

Una más de las variables que se pueden discutir es la que tiene que ver con procesos de anticipación, en este caso, sobre las posibles consecuencias del consumo en exceso y como estas indicarían si se está teniendo un consumo problemático. En

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

este apartado, en la mayor parte de los adolescentes de preparatoria, se hace referencia al grupo como primera fuente, pues amigos y familiares o incluso algunas personas cercanas, serían quienes indicarían que se está consumiendo en exceso. En este sentido también sería interesante conocer cuándo y cómo las diferentes personas indicarían que se están teniendo dificultades, pues no se tienen datos que se basen en un estándar. En lo que se refiere a indicadores de abuso en el consumo de sustancias en la persona, los que se sobresalen son los físicos, sobre todo los que indican pérdida de control (borracheras o mareos), pero también se refieren otros que implican el control como saber que se está aumentando la cantidad de copas o que se está negando que se consume más; también se refirió el cambio en la forma de ser, pero hace falta explicar más a fondo que cambios se presentarían.

Al hablar de datos que refieran autoeficacia se tomará en cuenta los que tienen que ver con la posibilidad de controlar hasta dónde beber. Más de la mitad de los sujetos piensa que esto depende enteramente de cada quien, pero no mencionan con qué tipo de recursos se puede llegar a controlar, pues lo refieren más como un acto de “voluntad”, el resto de los sujetos piensa que sí depende de cada uno pero además depende mucho del ambiente y con quien se está, pues el adolescente de secundaria menciona que antes creía que sí se podía controlar, pero andando con los amigos no es posible. Lo que hace pensar en qué características tienen los grupos de amigos para ejercer gran influencia sobre el control de lo que se quiere tomar.

Cabe también mencionar la posible influencia de otras variables en la decisión de consumir como son ciertas valoraciones. Esto se puede ver en las primeras respuestas sobre todo en las que tienen que ver con la familia, pues el hecho de tener la confianza de los padres, no imitar a familiares alcohólicos, o tener respeto hacia los demás (en la familia o en el grupo) parecen ser fuertes razones que participan para no consumir en exceso; por la manera en que fueron reportadas en las respuestas, hacen pensar que prevalecen sobre ciertas presiones que pudieran provenir del grupo de bebedores, sobre todo, al tomar en cuenta que las razones que animan a beber son muy distintas entre los sujetos, van desde la presión del grupo hasta el simple antojo, en cambio estos valores son compartidos por todos los adolescentes que consumen de forma moderada, aunque obviamente implicaría conocer y analizar más a fondo las formas de educación y disciplina implementadas por los padres de estos sujetos.

Para finalizar en lo que se refiere a las semejanzas y diferencias en la historia del inicio de consumo, los adolescentes tienen idea de que hay varias similitudes, cuando por los datos lo que más se identifica son diferencias, estas están más relacionadas con la historia familiar y como se van conformando las experiencias con

el alcohol en este escenario.

#### **4.3. Resultados de la segunda aplicación de la guía de preguntas.**

En este momento la muestra aumentó a 10 sujetos, se agregaron 5 entrevistas con la finalidad de aumentar la precisión de la descripción del proceso de elección, aunque hasta el momento los entrevistados han sido más descriptivos en sus sensaciones que en los datos referentes a la elección. A continuación se presentan los resultados y análisis de las primeras 5 aplicaciones, posteriormente se presentarán los resultados de las siguientes 5 entrevistas que ya incluyen el apartado con la descripción del primer consumo. Cabe aclarar que tanto en análisis como en resultados se separan los datos de los sujetos de 14 años porque su experiencia aunque es de un consumidor experimental, es de menor comparada con los adolescentes de preparatoria.

Al entrevistar a un grupo de 5 adolescentes acerca de las posibles vías acerca del inicio del consumo de alcohol, se obtuvo lo siguiente: los entrevistados tenían entre 14 y 18 años todos estudiantes de bachillerato, a excepción del sujeto de 14 años que cursa el último año de secundaria.

Tres de los sujetos comenzaron a consumir desde hace 2 o 3 años coincidiendo con el ingreso en la preparatoria, otro más comenzó hace 5 años y sólo el estudiante de 14 años comenzó el consumo hace casi 3 meses. 3 de ellos lo hicieron tomando cerveza y los dos restantes con tequila; 4 de los sujetos han probado alguna otra bebida alcohólica además de la de inicio, sólo el sujeto de 14 años no ha probado ninguna otra. En cuanto a sensaciones que recuerden haber experimentado la primera vez que bebieron, 3 dijeron que no sintieron nada y uno de ellos sintió aumento de su temperatura, los dos restantes mencionan que sintieron mareos. Dos de los sujetos iniciaron el consumo bebiendo con amigos, dos con familiares y uno con amigos y familiares.

Respecto a la percepción del consumo en la familia, después del inicio, en los 4 adolescentes que cursan la preparatoria la percepción en su familia no cambió, los sujetos piensan que esto se debe a que ninguno bebe en exceso, pues beben aproximadamente 3 cervezas o vasos de alcohol y no han experimentado consecuencias negativas, únicamente una de ellas llegó a emborracharse en una ocasión provocándole el vómito por el consumo, sólo el adolescente de secundaria afirma que la percepción sí cambio porque ahora los papás lo regañan por tomar;

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

además 3 de los de preparatoria dijeron tener familiares o amigos que beben en exceso y no quieren que les pasen las mismas experiencias negativas que les han ocurrido.

En cuanto a la percepción de los amigos, los 5 sujetos mencionan que permanece igual, pues la mayoría de los jóvenes con los que se juntan beben de la misma forma que ellos, que es en forma moderada. Los estudiantes de preparatoria mencionan que en su grupo de amigos se respeta la decisión de tomar o de no hacerlo, sólo el estudiante de secundaria refirió que lo presionaban o le echaban “carilla” si no tomaba, diciéndole que era mujer, por lo que optaba por consumir. La mayoría de los lugares de consumo son fiestas y reuniones, aunque también se reportan consumos en reuniones familiares y un sujeto reportó que también en la escuela. Por último en lo que se refiere a los amigos, los 4 adolescentes de preparatoria mencionan que no les gusta tomar o estar con sus amigos que consumen alcohol cuando estos se emborrachan, pues se sienten incómodos, no les gusta participar en sus desmanes o lo ven como una falta de respeto, únicamente el sujeto de 14 años dijo que él se sentía bien porque estaba con ellos.

Al hablar sobre lo que habían escuchado acerca de las consecuencias que tiene el consumo en exceso, se les preguntó sobre lo que habían escuchado en campañas publicitarias o de personas cercanas a ellos antes de que empezaran a beber. Los 5 sujetos habían escuchado acerca de las consecuencias del consumo en campañas publicitarias o de sus familiares; 3 de los 4 sujetos de preparatoria consideran que lo que se ve y escucha en campañas publicitarias es exagerado o hay “cosas que no van” y no son muy creíbles, dicen que tuvieron un mayor ejemplo de las consecuencias negativas del alcohol al convivir con personas que beben en exceso (padres o amigos) y que esto sí los lleva a creer en las consecuencias negativas. El sujeto de preparatoria restante y el de secundaria, sí estaban de acuerdo con lo que dicen las campañas, aunque creían más a las advertencias que escuchaban de sus familiares.

Entre las cosas que pensaban que les iba a pasar la primera vez que tomaran era sentirse más maduro, que no les iba a gustar, que se sentirían mareo, que no se acordarían de nada o que terminaría en borrachera; el sujeto de 14 años no pensó en nada. Al hablar de posibles ventajas o desventajas que pensarán que iban a tener por consumir alcohol: 2 de los sujetos de preparatoria mencionaron como ventajas el hecho de sentirse más felices o sociables, otro de ellos mencionó que una ventaja es mostrarles responsabilidad a los padres al no beber en exceso. Como desventajas que creían que se podían experimentar era la cruda, tener mareas y vómitos, estar

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

tristes y melancólicos después de beber o tener problemas y castigos por parte de la familia. Sólo uno de los estudiantes de prepa dijo que él no había pensado en alguna ventaja o desventaja.

Cuando se habló del motivo que creían que los había animado a consumir, un sujeto dijo que fue el sabor, otro dijo que le habían dicho que si se sentía desanimado al beber se integraba con los demás, otro más si sentía confianza en la situación y notaba que se animaba a expresar más cosas, otra más afirma que se anima sólo cuando se le antoja y el último sujeto comentó que lo que le anima a tomar son los amigos. También se les preguntó si antes de empezar a beber alguna vez habían rechazado alguna copa, uno de ellos mencionó que por miedo a los papás, otro más porque pensó que no le iba a gustar o porque todavía no tenía edad para eso, uno más comentó que no le gustaba el olor y el sujeto de 14 años había rechazado la invitación varias veces hasta que “lo animaron”, uno de los sujetos no dio respuesta.

Se abordó el tema sobre la creencia de que tan controlable sería el consumo antes y después de que experimentaran con él, a lo que uno de ellos respondió que antes y después pensaba que podía tomar moderadamente y hasta ahora lo ha hecho así; otro más pensaba primero que el control dependía de la madurez de la gente, ahora piensa que cada quien dice hasta dónde toma; otro sujeto dice que depende de cada uno, pero que también importa mucho el ambiente donde se esté; otro más mencionó que hay personas que se pueden controlar y otras que no y por último, el sujeto restante (el de 14 años) primero pensaba que sí se podía controlar, ahora piensa que no porque lo amigos hacen que se tome de más.

En un sentido prospectivo se les cuestionó sobre cómo creen que será su consumo en uno y en diez años. Tres de los sujetos de preparatoria piensan que será igual en un año, otro de ellos piensa que aumentará un poco por que cumplirá 18 años y puede que salga más a fiestas, el sujeto de secundaria piensa que también va a aumentar su consumo. A 10 años, dos de los sujetos de preparatoria piensan que su consumo seguirá igual (moderado) e incluso que bajará o desaparecerá, pues en 10 años esperan tener familia, trabajo o estudios terminados, los otros dos alumnos de preparatoria piensan que seguirá igual (moderado) pues de otro modo ya indicaría un problema; sólo el alumno de secundaria piensa que su consumo seguirá aumentando y menciona esto sin dar mayor explicación.

El penúltimo apartado de la guía de preguntas se refiere a cómo se daría cuenta la persona si su consumo empieza a ser problemático, tres de los cinco sujetos dan dos tipos de respuesta, una que se refiere a que los otros se los indicarían y otra donde la propia persona se daría cuenta por efectos en el organismo. Respecto al

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

primer tipo de respuesta uno de ellos menciona que los amigos se lo harían ver con comentarios como “te estás pasando” o “ya van muchos fines consecutivos (que bebas)”; otro reporta que sus familiares les llamarían la atención; otro más dice que se daría cuenta porque la gente a su alrededor cambiaría al darse cuenta de que tiene problemas con el alcohol. Para el segundo tipo de respuestas, uno de los adolescentes dijo que “se sabe cuando empiezas a tomar más y lo niegas”, otro comentó que cuando se sienten dolores de cabeza o en el estómago; una persona comentó que se daría cuenta porque cambiaría su forma de ser; otro dijo que cuando aumentara el número de cubas o se anduviera cayendo o quedando dormido, el último mencionó que cuando se sintiera mareado.

El último apartado de preguntas corresponde a las semejanzas y diferencias que pudieron identificar entre su inicio de consumo y el de cualquier otra persona que se aproximara a su edad. Uno de los sujetos comenta que lo similar es que en su grupo de amigos todos empezaron a la misma edad y lo diferente es la experiencia previa con el padre alcohólico; otro de los sujetos sólo identifica diferencias, dice que estas se refieren a que la mayoría de los jóvenes de su edad toman más y lo hacen por motivos conflictivos como problemas con los padres; un tercer sujeto dice que en lo que se parece es que se empieza por curiosidad y coincide con el anterior en que lo diferente es porque varios tienen problemas en su casa; el cuarto sujeto también menciona diferencias diciendo que esta radica en que ella empezó con poco (probaditas) y los demás siempre con mayores cantidades, el último sujeto (14 años) dice que lo diferente es que los demás pueden tomar más que él y lo semejante es que a todos los regañan los papás.

#### **4.4. Resultados de la tercera aplicación de la guía de preguntas.**

En la tercera fase, se aplicó la guía de entrevista a 4 adolescentes estudiantes de secundaria del municipio de Jesús María, Aguascalientes, tres de los cuales eran hombres y una mujer. Tres de los cuatro estudiantes tenían 15 años y sólo uno 16.

En las preguntas relacionadas al inicio del consumo de alcohol, 2 de los 4 adolescentes consumen alcohol en la actualidad mientras que los 2 restantes, sólo han probado el alcohol en una ocasión y el otro en dos ocasiones. Los dos estudiantes que continúan consumiendo alcohol, uno de 15 y el otro de 16 años, llevan aproximadamente dos años tomando y comenzaron a los 13 y 14 años respectivamente, ambos empezaron con cerveza y se sintieron mal después de haber bebido, el de 15 años añadió que sintió un fuerte dolor de cabeza y el de 16 sintió

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mucha sed. Los 2 adolescentes que consumieron una o dos ocasiones, empezaron el consumo con sidra y tequila; el que tomó sidra lo hizo a los 10 años y el que tomó tequila inició dos meses atrás, ambos se sintieron mal vomitando o riéndose de todo. Tres de los cuatro adolescentes han consumido otra bebida aparte de la de inicio de consumo, las cuales fueron cerveza, vino y whiskey, las razones que llevaron a probarlas fue la curiosidad, sentir mayor relajación y aceptar una invitación.

Los resultados referentes al consumo de alcohol y la familia muestran que 3 de los 4 adolescentes dicen que la relación con su familia no ha cambiado después de haber iniciado el consumo, únicamente el estudiante de 16 años afirma que su familia se ha portado más exigente y han aumentado los enojos y regaños hacia su persona. Las familias de los 4 adolescentes saben que estos consumen alcohol y les mencionan que está mal hacerlo y no deben continuar. Cuando se les preguntó quiénes de sus familiares toman alcohol, 2 mencionaron que sólo lo hace un tío y de los 2 restantes, uno dice que todos en su familia beben y el restante que beben todos menos su mamá. Uno de los tres adolescentes no ha bebido con su familia, el que sólo ha probado el alcohol una vez, los tres restantes si lo han hecho aunque sea una vez, 2 en una fiesta y el otro estando con sus primos, el de 16 años dice que no se sintió ni bien ni mal al tomar con su familia y los otros 2 sí porque se burlaron o no tenían permiso para hacerlo.

Con los amigos, los 4 adolescentes mencionan que la relación sigue siendo buena o normal al saber que ellos consumen alcohol. Los amigos opinan que beber está bien y que bebe el que quiere hacerlo. Los cuatro adolescentes han bebido con sus amigos, 3 de ellos en fiestas y el restante después de jugar futbol o en campamentos, 2 de ellos se sienten bien al tomar con sus amigos y los otros 2 se sintieron mal (los 2 que han probado alcohol solo una o dos ocasiones).

En las preguntas generales sobre la experiencia con el consumo de alcohol, cabe aclarar que las repuestas de uno de los estudiantes de 15 años ya no serán reportadas debido a que no fueron grabadas al superarse la capacidad del aparato de audio. En los tres estudiante restantes se encontró que los 3 habían conocido advertencias sobre las consecuencias de consumir alcohol antes de tomarlo por primera vez, el adolescente de 16 años dijo que no les hacía caso, el que sólo tomó en una ocasión sabe que los adolescentes no deben beber porque les pasan accidentes y el restante menciona que no les hacía caso hasta que se sintió mal al probar por primer vez, ahora los 3 opinan que se deben tomar en cuenta lo que dicen esas advertencias.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Los adolescentes mencionaron que creían que iban a tener las siguientes ventajas o desventajas antes de consumir por primera vez: el de 16 años, pensó que se iba a sentir feliz, uno de 15 pensó que se sentiría mal e iría con el doctor y el otro que lo tomarían como una persona más grande. En cuanto a lo que pensaban que les iba a pasar cuando tomarán la primera vez: el de 16 años afirma que no tenía idea, uno de los de 15 pensó que se sentiría mal y el otro que se sentiría más grande, lo que los llevó a creer esto fue la tentación en el caso del de 16 años, que uno no está acostumbrado en el caso del primero de 15 años y el restante no sabía de dónde le vino esa idea; lo que realmente pasó fue que el de 16 tuvo una cruda y vomitó, de los de 15, el que pensó que se sentiría mal en realidad se fue acostumbrando y el otro sintió mareo y vomitó.

Los 2 adolescente de 15 años afirman que las opiniones de los demás los animaban a consumir mientras que el de 16 dice no tomó en cuenta las opiniones de los demás, pues empezó por su gusto. Lo que los anima a consumir el de 16 afirma que nada, uno de los de 15 dice que por hacer reír a los demás y el otro por la presión de los otros. El estudiante de 16 años y uno de los de 15 dicen haber rechazado invitaciones a beber antes de hacerlo por primera vez, el otro de 15 dice que nunca antes lo invitaron a consumir; los motivos que llevaron a rechazar las invitaciones previas al consumo fueron pensar que iba a causar algún daño o que se sentirían mal los motivos que finalmente llevaron a aceptar la invitación a consumir fueron pensar que se sentiría feliz en el caso del de 16 y por presión en el caso de los 2 de 15 años.

Dos de los 3 Adolescentes (los de 15 años) pensaron que sería fácil controlar el consumo porque no esperaban que fuera tan fuerte o porque veían a otros tomar en gran cantidad y no se les subía, ahora ambos piensan que es difícil controlar el consumo por las consecuencias que experimentaron; el adolescente de 16, dijo que no tenía idea de que tan fácil sería el control, pues no sabía ni de mediadas, ni de litros, ahora piensa que el control es fácil si se toma sólo una o dos cervezas. Ninguno de los 3 entrevistados ha aumentado la cantidad de consumo. Al preguntar como creían que sería su consumo en un año, el de 16 años contestó que igual porque no tomaba mucho, uno de los de 15 dijo que no sabía y el restante que ya no tomaría. Al imaginar el consumo en 10 años el de 16 dijo que aumentaría mucho, el de 15 que dijo no saber, dijo que aumentará más o menos porque tranquiliza y el otro de 15 mencionó que tal vez tomaría una que otra pero no hasta llegar a la embriaguez.

Al preguntarles cómo se darían cuenta de que su consumo está siendo excesivo, el estudiante dijo que mientras sea una cerveza o dos no le pasará nada, uno de 15 dijo que al sentirse mal y el otro que cuando fuera agresivo. Las

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

consecuencias que han tenido hasta el momento por el consumo de alcohol son regaños y crudas en el caso del de 16 años, perder el control en uno de los de 15, vómitos y mareos en el segundo de 15 años. Los 3 sujetos afirman que les gustaría dejar de tomar cuando se les preguntó si les gustaría hacer un cambio en su consumo.

Por último, si notaron semejanzas y diferencias en relación a su consumo y el de otros de su misma edad, el de 16 dice que él bebe poco y los demás mucho, uno de los de 15 no tenía idea y el otro dice que sólo tomo dos veces y los demás han aumentado la cantidad.

Después de revisar las respuestas de los adolescentes entrevistados en los tres momentos, se encontró que la mayoría refiere contestaciones que se categorizarían como indicadores de los procesos de anticipación expectativas y autoeficacia.

Como ejemplos para los indicadores de anticipación van relacionadas a consumir poco (una o dos copas o cervezas) para evitar malestares físicos (mareos, vómito), regaños de los padres, conductas agresivas producidas por ellos mismos y ser objeto de burla de otros.

En expectativas, se encuentran dos tipos: a) las previas al primer contacto con el alcohol (aparentar mayor edad, creer que va a causar un daño físico inmediato o que va a propiciar momentos agradables con amigos; b) las que resultarán de un consumo prolongado en un año y posterior a 10 años (entre estas se encuentran: tomar moderadamente si el consumo es entre una o dos cervezas, de forma ocasional o los que creen que aumentará considerablemente en cantidad y frecuencia).

Los procesos de autoeficacia se refirieron en el manejo y control de la sustancia, algunos adolescentes consideran que lo pueden manejar si toman una o dos, pero la mayoría considera que el manejo del alcohol es difícil por los efectos que causa en los organismos (efectos tanto agradables como desagradables).

Los resultados anteriores muestran que hay respuestas que pueden ser categorizadas en alguno de los tres procesos cognitivos y en las que coinciden varios adolescentes, sin embargo no ponen en evidencia la influencia de los procesos de anticipación expectativas y autoeficacia, al momento de encontrarse con un dilema que requiera una decisión que lleve al autocontrol o no en el consumo de alcohol. A continuación se presentan los resultados de la fase explicativa.

#### 4.5. Resultados de la aplicación de la torre de Hanói

Para identificar a los adolescentes consumidores de alcohol de los no consumidores, se hicieron una serie de preguntas cuyas respuestas están contenidas en la tabla 2 y 3.

En la tabla 2 se observa como sólo 2 de los entrevistados no consumen, ni han consumido alcohol en su vida; la bebida que más se consume es la cerveza y la situación más frecuente de consumo es en fiestas con amigos y familiares. La cantidad de alcohol no sobrepasa el consumo moderado.

**Tabla 2: Consumo de alcohol en la actualidad**

No.	Nombre	Edad	Grado	¿Has consumido alcohol?	¿Más de una vez?	Frecuencia	Cantidad	¿Cuál es la situación más Frecuente?
1	Valeria	14	2°	No	-	-	-	-
2	Mario	15	3°	Sí	Sí	2 c/6 Meses	1½ Cerveza	Fiesta con amigos
3	Diana	15	3°	Sí	Sí	1 c/2 Meses	1 probadita	Fiesta con familiares
4	Paula	15	3°	Sí	Sí	1 c/3 Meses	1 Cerveza	Fiesta con amigos
5	Patricia	15	3°	Sí	Sí	1 c/2 años	1 cerveza	Navidad
6	Daniel	14	3°	No	-	-	-	-
7	Oscar	15	3°	Sí	Sí	1 o 2 al mes	1 o 2 cervezas	Fiesta con familiares

En la tabla 3 que muestra las respuestas relacionadas con el inicio del consumo, se observa que la edad de mayor frecuencia de inicio de consumo entre los

entrevistados es a los 13 años, la situación más frecuente de inicio de consumo es en fiestas con amigos y el tipo de bebida es la cerveza.

**Tabla: 3 Inicio de consumo.**

No.	Sujeto	¿A qué edad lo probaste por primera vez?	¿Cuál fue la ocasión?	Tipo de bebida
1	Valeria	Nunca	-	-
2	Mario	13 años	Fiesta con amigos	Ron y Vodka
3	Diana	10 años	Le dieron a probar en casa	Cerveza
4	Paula	14 años	Fiesta de 15 años	Cerveza
5	Patricia	13 años	Fiesta de 15 años	Cerveza
6	Daniel	Nunca	-	-
7	Oscar	13 años	Fiesta con familiares	Cerveza

Al sugerir al adolescente la segunda ejecución se pretende identificar la autoeficacia del sujeto al hacer la pregunta “¿crees que puedes volver a hacer la torre en menos movimientos?” A la que los adolescentes responden “sí” o “tal vez”. La tabla 4 muestra los resultados de la aplicación.

**Tabla 4: Aplicación de la torre de Hanói con adolescentes de secundaria.**

No.	Sujeto	Grado	Edad	Aplicación 1		Aplicación 2	
				No. De movimientos	Tiempo	No. De movimientos	Tiempo
1	Valeria	2°	14	66	3' 35"	79	4' 18"
2	Mario	3°	15	135	8' 01"	77	3' 22"
3	Diana	3°	15	59	4' 47"	62	3' 51"
4	Paula	3°	15	118	7' 50"	48	1' 50"
5	Patricia	3°	15	114	2' 58"	115	4' 29"
6	Daniel	3°	14	110	*	96	-
7	Oscar	3°	15	66	*	62	-

\*En el caso de estos sujetos no se tomó el tiempo por ser las primeras aplicaciones.

La aplicación más cercana al número mínimo de movimientos la realizó Daniela con 59 movimientos en la primera aplicación y Paola con 42 movimientos en la segunda aplicación. El tiempo más corto para realizar el juego fue de Paloma con 2 minutos 58 segundos en la primera aplicación y en la segunda fue Paola con 1 minuto 50 segundos. Sólo 4 de los 7 adolescentes disminuyeron el número de pasos en la segunda aplicación pero 3 de ellos realizaron la primera en más de 100 movimientos. Ninguno de los 7 adolescentes realizó la ejecución en el número mínimo de movimientos.

En cuanto a los tipos de ejecución, Valeiras (2004) propone 3 posibles vías para desarrollar la torre de Hanói: a) El camino “óptimo” que es realizar la torre en el número mínimo de movimientos; b) el camino “peor” que consiste en realizar la torre haciendo movimientos de más y c) el camino “pésimo” que es cuando se resuelve la torre cometiendo los mismos errores varias veces y sin poder completarla.

Todos los participantes de esta investigación realizaron la torre siguiendo el camino “peor” pero con dos formas: la primera la conforman los adolescentes que resolvieron la torre con menor número de movimientos en la primera ejecución pero no en la segunda, el segundo modo fue compuesto por aquellos adolescentes que hicieron la primera ejecución con más movimientos en la primera ejecución que en la segunda.

## 5. DISCUSIÓN

El objetivo general que guio esta investigación fue explicar la relación entre los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de adolescentes iniciadores del consumo de alcohol. Los objetivos particulares que conforman este estudio fueron:

1. Identificar indicadores de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de adolescentes consumidores.
2. Conocer cómo influyen los procesos de anticipación, expectativas y autoeficacia en la elección de respuestas autocontroladas de los adolescentes consumidores de alcohol.
3. Conocer si alguno de estos procesos tiene mayor peso en la elección del adolescente.

Al finalizar este proceso de investigación se puede decir que respecto al primer objetivo particular, las respuestas de los adolescentes a la entrevista semi-estructurada es un referente necesario para la historia de consumo y para identificar tipos de respuesta que se pueden categorizar como indicadores de procesos cognitivos y que las preguntas empleadas muestran respuestas relacionadas con la anticipación, las expectativas y la autoeficacia de los adolescentes consumidores, pero siguen siendo un referente retrospectivo por cual no se puede identificar un orden entre los procesos o la manera en como son aplicados a una situación que implique una elección que puede llevar al autocontrol del consumo de alcohol o no. Sin embargo la entrevista, es un instrumento para explorar el conocimiento que tiene el adolescente acerca de su consumo y puede ayudarle a identificar dificultades que hasta el momento no haya tomado en cuenta.

Los adolescentes de preparatoria -a diferencia de los alumnos de secundaria- están más capacitados para desenvolverse dentro de la entrevista y su objetivo, pues su vocabulario y el diálogo con el entrevistador es más fluido necesitando poco más que la pregunta para dar una respuesta y abrir una conversación sobre el tema. En cambio los adolescentes de secundaria, tienden a dar respuestas cortas que implican la deducción del entrevistador y mayor participación de este para dar orden a la conversación.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Hablando propiamente de las variables investigadas e iniciando con las expectativas; Bandura (1986) identifica varias características para conceptualizar las mismas:

- Por un lado que es una estimación subjetiva de que algo puede ocurrir.
- También, hay una creencia de que ciertas acciones producen ciertas consecuencias.
- Y entre más sean valorados los posibles resultados de estas expectativas, mayor es la motivación para la realización de la actividad que se está contemplando.

En las entrevistas los adolescentes cuando antes de consumir alcohol por primera vez, un tipo de expectativas es que se verán mayores o que van a desenvolverse con mayor soltura entre personas de su edad, también hay otro tipo de expectativas en las que temen perder el control por beber en exceso o padecer malestares físicos debido a que es lo que les ha ocurrido a las personas que han visto que consumen alcohol. Al parecer, los adolescentes con menor experiencia con el consumo de alcohol, no toman en cuenta la cantidad de variables que intervienen en una situación de consumo y creen que sólo ocurre lo que les pasa a otros, sean ventajas o desventajas. Bandura (1986) también afirma de que en las expectativas la mayoría de la gente no toma en cuenta las alternativas que se pueden presentar en un curso de acción, por lo que no se tienen valores distintos para diferentes consecuencias y permiten que un resultado influya en el juicio sobre lo que se va a hacer; esto lo considera importante debido a que la motivación para actuar de cierta manera o no actuar, depende de estas valoraciones y por lo tanto se eligen aquellos satisfactores inmediatos o más fáciles de obtener (Bandura, 1986).

La expectativa según las respuestas obtenidas, cambia con la experiencia con el alcohol y el contacto con otras personas que consumen y lo valoran positivamente. Esto mismo es postulado por Fontaine (2006), al haber valores o creencias sociomorales desviadas, estas son motivo para iniciar y mantener el uso de drogas, en este caso alcohol, y se vuelven el pretexto para seguir con esta conducta. El grupo de amigos consumidores es quién configura las expectativas respecto al consumo como lo menciona Luengo et al. (1999) como un contexto que facilita el intercambio de ideas que justifican el consumo, aunque sigue dependiendo de la supervisión de los padres, las características de los amigos y el tiempo libre (Osgood, Wilson & Bachman 1996), pues en las entrevistas los adolescentes mencionaban que el grupo de amigos influía

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

más por la ausencia de los padres en sus actividades aunque después recibieran castigos y regaños por parte de los papás, pero para otros, el grupo de amigos era el referente para el control del consumo moderado o para no beber, ese grupo de amigos compartía ideas en las cuales el consumo excesivo de alcohol no era un satisfactor para sus fiestas o reuniones. Jessor (1987) menciona que los adolescentes perciben, según el ambiente, características como apoyo, influencia, control, modelos y expectativas que tienen los otros, que forman significados sociales que representan valores, expectativas, creencias, actitudes y orientaciones respecto a uno mismo y los otros. El controlar o no una conducta dependerá de la motivación que oriente la acción (Jessor, 1987).

Aunque es evidente el papel de los pares en la percepción que se tenga del alcohol en los entrevistados, también las expectativas parten de la propia persona como se puede apreciar en las respuestas a la pregunta de ¿cómo crees que sería tu consumo en diez años?, cuando se les pregunta por el consumo a un año los adolescentes no creen que haya gran diferencia en cómo es ahora, pues identifican que es probable que permanezcan las mismas condiciones e ideas que tiene al momento de la entrevista. Al pensar en el consumo a diez años, la mayoría de los adolescentes entrevistados creen que disminuirá o incluso eliminarán el consumo de alcohol en su vida, puesto que se imaginan con una familia, trabajo o estudios y no les gustaría que el alcohol estuviera presente o afectara negativamente esas actividades o hay los que piensan que mientras se tome una copa o dos, no se tendrán problemas por consumir alcohol.

Como mencionaron Fontaine y Dodge (2006) los procesamientos cognitivo sociales desarrollados en la vida temprana juegan un papel activo en la maduración del comportamiento social, como en el caso de estos adolescentes, por lo que los criterios valorativo y las decisiones sobre los estilos desarrollados en la infancia contribuyen al establecimiento de patrones de comportamiento en este caso social, así como aquellas conductas que se extienden a lo largo de la adolescencia y la adultez. Por otro lado aquellos adolescentes que creen que su consumo a diez años sería mayor, son los más jóvenes o los que aún no tienen mucha experiencia con el alcohol y apenas llevan unos meses de haber iniciado el consumo. En opinión de Osgood, Wilson & Bachman (1996) el sujeto no es moldeado enteramente por el grupo. Las expectativas son entonces distintas dependiendo del momento y circunstancias en las que se encuentra viviendo el adolescente, también son distintas antes del contacto con

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

el alcohol, durante y después de este y aquellas que enfrentan a situaciones conocidas pueden llegar a sistematizarse y permanecer en el tiempo, más no preparan para situaciones nuevas ni aseguran anticipar la variedad de condiciones que se pueden presentar. Por lo tanto se puede deducir que no es una condición que nos permita prever si un adolescente se puede tener autocontrol, aun cuando ciertas expectativas (certeras en información o no), puedan ser principios que ayuden al adolescente a protegerse de los efectos del consumo de alcohol. Pero hasta que no se encuentre en la situación que le implique decidir (en este caso consumir o no alcohol, o hacerlo de manera moderada), es cuando se puede observar autocontrol o autoeficacia y tal vez sólo para cierto tipo de situaciones. Entonces, ¿qué procesos cognitivos y conductas podemos categorizar como propiamente de autocontrol o autoeficacia?, o ¿son iguales estos procesos?

En 1982 Bandura conceptualiza a la autoeficacia como un proceso cognitivo, que habla del nivel de confianza de nuestras capacidades ante diversas situaciones; este no sólo afecta la elección de actividades, sino también el esfuerzo necesario para realizarlas. La autoeficacia está ligada enteramente a la motivación; para Bandura (1999) las acciones se basan más en las creencias que en la información objetiva del caso (la mayor parte de las veces), por eso las creencias sobre las propias capacidades son de gran interés. Como uno de los procesos cognitivos estudiados en esta investigación y su relación con el autocontrol, se hicieron preguntas que aportaran datos basados en la experiencia como en el conocimiento previo con el uso del alcohol; los adolescentes entrevistados tienen distintas creencias relacionadas con el consumo de alcohol: varios de ellos creen de que el control depende de la “voluntad” de cada quién, esto sobre todo lo dicen los adolescentes de preparatoria, quienes en su mayoría tienen un grupo de amigos que no consumen alcohol o tienen amigos con experiencia en el consumo de alcohol sin llegar a excederse. Por el contrario los más jóvenes, como son los adolescentes de secundaria, comentan que controlar el consumo de alcohol es difícil, si no imposible, cuando haya amigos que consumen e incluso piensan que en un año su consumo será mayor debido a que estarán en contacto con nuevos escenarios como son las fiestas y entienden que estas implican consumos elevados de alcohol. Marlatt, Baer & Quigley (1999) mencionaron que las creencias influyen en el inicio de hábitos de consumo de sustancias, las personas se enfrentan a la elección de empezar a fumar o no hacerlo, y también en tratar de dejarlo o no. En este proceso los autores proponen que intervienen dos tipos de autoeficacia:

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- La autoeficacia de resistencia que participa en la prevención de la conducta adictiva.
  - Y la autoeficacia para manejar crisis de recaída, que interviene en el proceso de dejar de consumir.

Esto se observa como ejemplo de autoeficacia en los datos donde los adolescentes de preparatoria, bebiendo de manera moderada, creen que el consumo de alcohol cada vez será menor en los siguientes diez años debido que quieren una carrera, un buen trabajo o formar una familia. Por el contrario los adolescentes de secundaria que apenas iniciaban el consumo de alcohol y pensaban que les faltaban varios años y experiencias por vivir respecto a este, parece que en su autoeficacia percibida creen que no podrán manejarlo, por la idea de que el consumo de alcohol estará presente (y en gran magnitud) en su futuro inmediato y por lo tanto no vislumbran una diferencia a largo plazo.

Por las respuestas anteriores podemos decir que las expectativas en los adolescentes entrevistados pueden influir tanto en conductas saludables (como el consumo moderado), como no saludables (no ver capacidad de corregir), esto dependerá del manejo del estrés, movilizar recursos y modificar cursos de acción ante las situaciones (Schwarzer & Fuchs, 1999), y también de la edad y experiencia social y de consumo de los adolescentes, pues en estas características se notan diferencias en motivación y capacidad para manejar el alcohol de manera moderada o la abstinencia con autoeficacia; Rothman (2000) afirma que la confianza en las propias capacidades permite mantener el esfuerzo y la perseverancia ante los posibles obstáculos, por lo que al conocer las características de la autoeficacia relacionadas con la edad y la experiencia con las situaciones sociales, se puede entender mejor qué modificar en el consumo del sujeto y qué motivación tiene para lograrlo.

Con respecto a las entrevistas con adolescente, se han dejado al final las conclusiones relacionadas con el proceso de anticipación, pues es el que parece estar más relacionado con el autocontrol, cuando la persona se encuentra en una situación de consumo y se ve en la necesidad de beber o no alcohol y hasta qué cantidad hacerlo. Se comenzará retomando las maneras que propone Bandura para desarrollar creencias de autoeficacia para relacionarlas posteriormente con el proceso de anticipación. Bandura (1999) plantea que el funcionamiento social de las personas se basa más en las creencias (en este caso entendidas como autoeficacia percibida) que en los datos objetivos de una situación; estas creencias pueden tener su origen en tres

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

formas; se hará la descripción de cada una con ejemplos tomados de las respuestas de los adolescentes:

1. Aquellas que provienen de lo que denomina como experiencias de dominio: cuando la persona ha enfrentado cierto tipo de situaciones y ha podido superarlas u obtenido lo que esperaba, las experiencias de dominio aportan pruebas para saber si se cuenta o no con lo necesario para lograr cierto tipo de éxito; los éxitos aumentan las creencias de autoeficacia, Bandura (1999) advierte que si únicamente se experimentan logros fáciles, las personas pueden esperar sólo resultados inmediatos y se desmotivarán rápidamente ante los fracasos. Los adolescentes entrevistados, al preguntarles sobre las diferencias en las creencias acerca del control en el consumo de alcohol antes y después de haberlo consumido por primera vez, mencionan dominio con ciertas diferencias: en los que estaban en preparatoria, dan respuestas que ejemplifican que si se cree que se puede tomar de manera moderada, al momento de beber por primera vez se da cuenta de que puede hacerlo así (no más de tres copas o cervezas), y hasta el momento puede hacerlo igual; otro más pensaba primero que el control “dependía de la madurez”, después de que lo prueba, cree que “cada quien dice hasta dónde”; otro dice que depende de cada uno como el anterior, pero al momento de probarlo, afirma que importa mucho el ambiente donde se esté. Uno de los adolescentes de secundaria piensa que no puede controlarlo porque “los amigos hacen que uno tome más”, cuando antes pensaba que podía controlarlo. En el caso de los jóvenes de preparatoria parece que el contacto primero con el alcohol y también los posteriores, les ha permitido cierto dominio, comparten la característica de que comenzaron a beber en el mismo tiempo de su ingreso a la preparatoria y tomaban en cuenta las consecuencias con el alcohol de amigos y familiares, por el contrario el de secundaria tenía pocos meses de haber comenzado el consumo y no parece tener los recursos de los anteriores, y por la experiencia que había tenido hasta ese momento, no le generaban creencias de dominio de la situación como sí lo referían los otros.
2. Las creencias de eficacia también se desarrollan por experiencias vicarias. Esto se refiere a observar el éxito obtenido por una persona debido a sus constantes esfuerzos, quien observa, aumenta sus creencias en sus capacidades al realizar actividades similares. Esto también se aplica al observar los fracasos de otras personas, pero depende ampliamente de la

similitud de las situaciones con aquellas que experimenta el observador, únicamente de esta manera pueden influir en los esfuerzos de los observadores sobre su motivación y eficacia. Como se mencionó en el punto anterior, los adolescentes de preparatoria tomaban en cuenta la experiencia con las consecuencias negativas que padres o amigos habían tenido al consumir alcohol en exceso, además de que ellos vivían situaciones distintas a las de aquellas personas, porque la mayoría de integrantes del grupo de amigos bebían de forma moderada. El observar estas consecuencias negativas y el desagrado que les representó el ver en ellas a sus seres cercanos, minimizó el gusto por el consumo excesivo, lo que pudo facilitar el resultado positivo (sin borracheras, regañones, ni efectos físicos desagradables) en situaciones de consumo y tener creencias de dominio.

3. La última manera de desarrollar creencias de autoeficacia mencionada por el autor, se refiere a la persuasión social. En este caso las personas al ser persuadidas por otros, tienden a movilizar más esfuerzos y sostenerlos durante más tiempo, contrario a los momentos en que al estar solos, pueden dudar de sus capacidades o piensan en sus deficiencias personales. Aun así, menciona Bandura (1999), es más difícil infundir altas creencias de eficacia personal que debilitarlas por persuasión social. Aquellos adolescentes que dijeron que tanto familia como grupo de amigos están de acuerdo y al pendiente del consumo moderado, confían en estos grupos como un factor que impedirá el aumento de la ingesta de alcohol, de la misma manera en que los adolescentes (sobre todo los más jóvenes) consideran particularmente al grupo de amigos bebedores, como un factor para el poco control al momento de beber.

Los dos primeros de los puntos anteriores, parecen estar más directamente relacionados con el proceso de anticipación, pues las creencias de dominio y las vicarias, son puntos de referencia objetiva de consecuencias al beber alcohol moderadamente o en exceso, contrario a la persuasión social que depende más del grupo y de sus objetivos de reunión en torno al alcohol. Aun así, las tres creencias de autoeficacia se basan como principio en datos empíricos que, posteriormente, van incrementando la creencia. El dato observable parece ser el que está más directamente relacionado con la autoeficacia, esta identificación de estímulos presentes en la situación son los que están conceptualizados como anticipación.

Bandura (1986) al hacer hincapié en que para funcionar de forma eficaz las personas deben prevenir las posibles consecuencias de sus cursos de acción pone

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

como un elemento necesario a la anticipación; es decir, que la persona tiene la capacidad de categorizar estímulos que predicen ciertas consecuencias, y estas son particulares a ciertas situaciones que son similares y se presentan con frecuencia en el entorno de la persona. La anticipación funciona como un mecanismo protector ante peligros potenciales o para prevenir acontecimientos amenazantes; en el consumo de alcohol no es distinto, los adolescentes entrevistados refieren claramente, en todas las edades del rango de población y en los tres momentos de aplicación de la entrevista, que las consecuencias negativas que se muestran en las campañas publicitarias para disminuir el consumo de alcohol y advertir sobre sus efectos negativos por el consumo en exceso, les parecen exageradas y no creen que estas hayan influido ni para decidir consumir alcohol, ni para no hacerlo. Más aún, antes de consumir alcohol lo que más los detuvo para probarlo por primera vez fue el temor a padecer efectos físicos (mareos, olvidos) o ponerse borracho. Para que una conducta sea defensiva de alguna amenaza del medio, antes tuvo un antecedente que pudo ser la experiencia propia, por aprendizaje vicario o por referencia de grupos significativos (los mismos que generan las creencias de autoeficacia), ante características similares o idénticas, los sentidos funcionan para identificar señales de posibles consecuencias desagradables que pudieran ocurrir a menos que se tomen medidas de protección (Bandura, 1982). En varios de los adolescentes entrevistados aparece esta anticipación que los “protege” antes de tomar alcohol por primera vez, por miedo a los efectos físicos, regaños de los padres y otros familiares o a que les pase lo mismo que les ha pasado a familiares y amigos que toman alcohol y han experimentado consecuencias negativas.

¿Qué ocurre con la anticipación después de haber consumido alcohol por primera vez o posterior a las primeras experiencias de consumo? Dos distinciones:

1. Por principio se modifican las creencias de autoeficacia.
2. El grado de anticipación se ajusta aumentando o disminuyendo de acuerdo a los antecedentes cognitivos previos al consumo y a los grupos con los que esté relacionado el adolescente y la edad de los sujetos.

En el caso de las creencias de autoeficacia, estas se modifican forzosamente por las características y consecuencias de los primeros contactos con el alcohol y el contexto en el que se consume, pues algunos al principio creen que el consumo no se puede controlar y al momento de tomarlo moderadamente ven que sí es posible, otros piensan antes del consumo que el control de lo que se toma depende de la madurez y

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

después piensan que uno mismo puede decidir en qué cantidad se consume; también algunos pensaban que cada persona puede decidir la cantidad en que se consume, pero también depende del grupo de amigos.

Por otro lado, el segundo punto es la modificación a en la anticipación, que puede aumentar o disminuir, esta puede dividirse en tres puntos:

- De acuerdo a antecedentes cognitivos previos (en este caso expectativas), la mayoría de los adolescentes que cursan la preparatoria no creen que su consumo vaya a cambiar mucho (a uno o diez años) porque desde un principio tuvieron las expectativas con el alcohol fueron moderadas por las consecuencias negativas observadas en otros al consumir en exceso, y esta opinión es compartida por la mayoría de sus amigos, por lo que se sienten bien con la cantidad en que beben, incomodándose con aquellos amigos que toman en exceso; las expectativas frente al alcohol posteriores a los primeros consumos tienen menor relevancia que las que se refieren a tener una carrera o familia.
- Los grupos con los que tiene contacto el adolescente también influyen en el aumento o disminución de la capacidad de anticipación posterior a las primeras experiencias con el consumo de alcohol, pues varios de ellos mencionaron que los primeros que les harían saber si su consumo está siendo excesivo son sus amigos y también sus familiares, pues les estarían haciendo preguntas sobre el porqué de su comportamiento con el alcohol; para aquellos que suponen que les será más difícil el control del alcohol también aumentan su capacidad de anticipación, pues saben que si toman con ciertos amigos o situaciones como las fiestas, su consumo probablemente aumentará, anticipan pero no saben cómo controlarlo.
- La modificación en la anticipación referente a la edad, tiene que ver mucho con esta última y con la experiencia, pues como ya se ha mencionado los adolescentes de preparatoria consideran la advertencia de amigos, familiares, los efectos físicos (como mareos o dolores de cabeza), tener conductas agresivas (peleas) o no tomar más de tres copas o cervezas, como estímulos que anticipan si deben para consumir menos o no hacerlo, en cambio los de secundaria, teniendo menos tiempo en la relación edad inicio del consumo de alcohol, sólo anticipan que los amigos consumidores y las fiestas son signos de que el consumo aumentará.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Bandura (1986) menciona a este respecto que personas de ciertas características requieren de mayor cantidad de señales externas que les recuerden las posibles consecuencias a futuro, porque no son capaces de retener toda la información necesaria para evitar caminos que lleven a experiencias adversas, y cuanto menor es la capacidad de simbolizar, mayores señales externas sustituyen el pensamiento anticipatorio, diferencias que se notan, por lo menos en información, en la experiencia entre adolescentes (que tiene más categorías de anticipación) que los de secundaria (que se concentran en una o dos categorías).

Hay un elemento más a tomar en cuenta en la importancia de la anticipación y es el efecto que tiene en la motivación para realizar ciertas actividades. Al influir los pensamientos anticipatorios en las creencias sobre los posibles efectos que pueden tener nuestras acciones; cuando los adolescentes toman en cuenta las consecuencias que el consumo de alcohol puede tener sobre objetivos a largo plazo como tener familia o tener un buen empleo, la motivación para consumir en exceso e incluso moderadamente (Bandura, 1986). El papel de la anticipación en la autoeficacia recae en su referente sobre datos empíricos que se pueden identificar en cualquier situación, los adolescentes los refieren en la entrevista al hablar de malestares físicos, la presencia de amigos consumidores, fiestas de adolescentes o comportamientos inusuales como ser agresivo o portarse de manera “humillante” frente a otros ¿cuáles de esos elementos de anticipación, previenen más efectivamente al enfrentar la situación de consumo y decidir de qué manera consumir alcohol?

La mayoría de los estudios revisados reflejan el interés por la anticipación para la predicción del consumo, pero no fueron apoyadas con algún experimento que ponga a prueba la anticipación en una situación determinada, por ese motivo y tratando de abordar esta situación, se optó por utilizar una actividad que pusiera en evidencia la participación de los procesos cognitivos (en este caso la anticipación, las expectativas y autoeficacia) en una situación de decisión que implique el autocontrol; el instrumento seleccionado fue el juego de la torre de Hanói.

La torre de Hanói, es un instrumento idóneo para poner en ejercicio los procesos cognitivos, su estructuración, que ha sido trabajada desde la matemática, la programación y las teorías cognitivas, permiten identificar vías de acción particularmente en este caso en la toma de decisiones; los tipos de ejecución retomados por Valeiras (2004) clasifican claramente el tipo de estrategia que puede seguirse para la solución del problema de la torre. Desde la propuesta de este autor,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

se pueden plantear vías de elección que echan mano de los procesos de anticipación, expectativas y auto eficacia; estas son:

1. Camino de elección óptima: implica la anticipación de consecuencias para saber qué es lo que se está haciendo, sin la capacidad de anticipar el proceso de elección seguiría una vía azarosa para llegar a un resultado; aunque este último fuera el esperado, mientras no se sepa lo que se está haciendo no hay garantía de consistencia ante la situación. De este modo se llegaría a la autoeficacia, pues la persona sabría qué es lo que se necesita para llegar a un resultado y al seguir estos pasos estaría regulando su conducta.
2. Camino peor: la vía de elección en esta forma partiría de la expectativa, pues la persona cree que puede llegar a la solución de la torre pero no identifica las reglas no explícitas del juego, que es lo que nos indica que la persona sabe (anticipa) lo que va a suceder. El sujeto desde este camino tiene que pasar primero por la anticipación para llegar a la autoeficacia. El proceso de regulación puede seguir dos opciones al resolver la torre de Hanói:
  - Lograr menos movimientos en el primer intento que en el segundo: al preguntar al adolescente ¿puedes hacer la torre en menos movimientos? Y resulta un número mayor, esto obedece a que en un primer intento el adolescente procede por expectativa, va hilando movimientos pero no dejan de ser fortuitos, cuando se le pide que haga la segunda ejecución, tiene que tomar en cuenta las consignas anticipatorias para llegar al resultado, y si no las tomó en cuenta, hace movimientos de más. Hasta que se toman en cuenta las premisas anticipatorias, tienen la consigna de saber algo que tienen controlado.
  - Lograr más movimientos en el primer intento que en el segundo: estos adolescentes realizaron más de 100 movimientos en el primer intento y al preguntarles si pueden hacerlo en menos movimientos, lo hacen en menos de 100 movimientos. Estos adolescentes primero

tratan de tener mucho control y hacen movimiento tras movimiento, hasta que una vía llama su atención, en ese momento es cuando hay anticipación. Razonan mucho en el primer intento para prever cosas que no controlan; tiene la información y al segundo intento tratan de reducir pasos.

3. Camino pésimo: el adolescente en este tipo de ejecución no sólo hace pasos de más, además constantemente cae en los mismos errores sin poder recomponer el camino. Este adolescente es el que se denominaría impulsivo y no llegarían a terminar la tarea sin ayuda de la instrucción del aplicador. Este sujeto antes de poder anticipar, primero generaría expectativas con ayuda de las pistas que da el aplicador.

El que todos los sujetos de esta investigación hayan seguido el camino peor en alguna de sus dos formas implicaría que los hallazgos y aciertos encontrados en un primer momento son fortuitos, pero esto anuncia la posibilidad de establecer la conducta, es decir que los aciertos que en un primer momento se presentan al azar, en el segundo intento los adolescentes buscan hacerlos un sistema de respuestas para dar el número mínimo de movimientos. En este sentido, la anticipación de consecuencias como tal se pone a prueba hasta la segunda aplicación. Lo que antes salía de manera fortuita, se convierte en necesidad de prever consecuencias en el segundo intento.

Las expectativas de solución de la torre son distintas de un momento a otro de la ejecución. El segundo momento de aplicación implicaría mayor control de los sujetos para poder hacer la tarea en menos pasos, por lo que las expectativas disminuyen en favor de la necesidad de anticipación de consecuencias para poder hacer menos movimientos.

La autoeficacia en la tarea también es distinta en los dos momentos de ejecución, en el primero es instigada sólo por las reglas propias del juego y la respuesta a las dudas iniciales del adolescente, en el segundo momento se ve afectada por la capacidad de anticipar o no las consecuencias y lograr hacer menos movimientos.

En lo que respecta al autocontrol, participan la anticipación y la auto eficacia, el primer proceso es el que lleva a componer el camino cuando y se identifican algunas consecuencias y se pueden prevenir, la auto eficacia es afectada por la capacidad de poder anticipar o no los resultados.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Las expectativas tiene mayor peso en la elección de la primera ejecución, pues es la que a su vez provoca el que se hagan más movimientos y se consigan resultados de forma azarosa, La anticipación influye más cuando se trata de recomponer movimientos, cuando se saben las consecuencias se comienza a recomponer y se deja de actuar por una creencia.

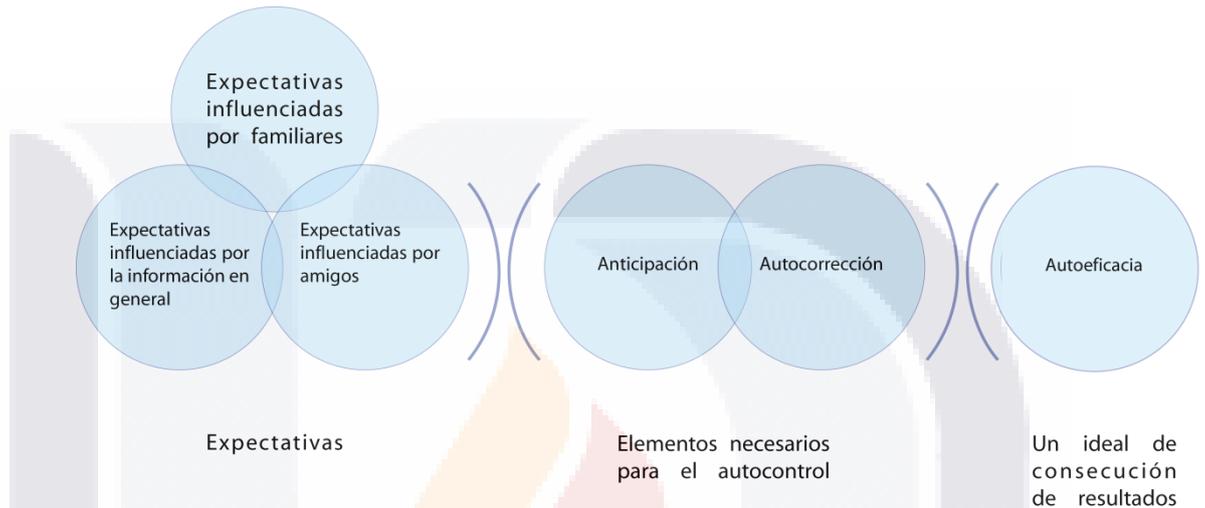
El que todos los adolescentes tomaran el camino peor y a veces llegaran a recomponer el camino y en otras no, implica que ante una situación imprevista las características de la anticipación no están bien establecidas y por eso el adolescente actúa intercalando expectativas y anticipaciones sin establecer un continuo sistematizado de acciones. Esto es similar a cuando al adolescente se le presenta la oportunidad de tomar alcohol, a veces creará que puede controlar la situación y lograr consumir de manera moderada, otras con un poco de exceso y otras más de forma excesiva, pero no establecería un sistema de acción porque no sabe lo que puede pasar, sólo lo cree; en otros casos demostrará que sabe el tipo de consecuencias a las que se puede exponer de acuerdo a la cantidad de alcohol que consuma y de la compañía en la que se encuentre, por lo que podrá evitar aquellas situaciones que lo pongan en riesgo (sobre todo ante consecuencias desagradables) y optar por las que le traigan mayores beneficios a largo plazo.

La clasificación de vías de razonamiento propuestas por Valeiras (2004) pueden ser similares a los tipos de elección de los adolescentes consumidores de alcohol, en el sentido de que aquellos que pueden razonar de una forma óptima, ahorrarán pasos para llegar acceder a los futuros deseados siendo estos los que se autorregulan; los que elijan el modo peor, podrán llegar a corregir y acceder a recompensas deseadas, pero experimentarán las consecuencias de lo que no puedan prever ya sea positivo o negativo; por último los adolescentes que actúen de forma pésima, requerirán de mayor intervención externa para tomar elecciones más seguras y socialmente aceptadas, de otro modo, hay mayor probabilidad de proceder de una forma impulsiva.

La ausencia del camino óptimo en todas las aplicaciones obedece tanto a características de impulsividad media en algunos de los sujetos como a posibles carencias sociales para promover este tipo de actividades y por ende las formas para razonarlas, por lo que, el adolescente no tiene referentes similares anteriores que lo lleven a trabajar con anticipaciones previas que permitan adoptar vías eficaces para resolver el juego en el número mínimo de movimientos y sólo puede autorregularse recomponiendo en el transcurso de la aplicación. Otros procesos que afectan la ejecución son los motivacionales pues los estados de ánimo a lo largo del juego se

modifican y afectan la eficacia y la percepción de autoeficacia, pero también la actividad en sí modifica los estados anímicos e incluso la anticipación puede intervenir como un instigador que motiva a través del reto que presenta la actividad, como lo propone Bandura (1986) al hablar de perseverancia.

En relación al autocontrol ¿cómo es la participación de la anticipación, expectativas y autoeficacia? Para ilustrar la relación se plantea el diagrama siguiente:



**Figura 1: Diagrama del autocontrol.**

Los adolescentes generan expectativas respecto a situaciones que implican la toma de decisiones. Si hablamos de una situación de consumo de alcohol, un primer acercamiento a la situación es a través de expectativas, como se vio en las respuestas de los adolescentes a la entrevista, la mayoría de estas expectativas provienen de la familia, los amigos o información general proveniente de diversos medios de difusión de información, estas no deja de conformar creencias sobre posibles resultados de las acciones y sin llegar a ser referentes de la experiencia efectiva del sujeto, por lo menos en un primer momento.

La anticipación, sí constituiría un elemento ya experimentado (con resultados favorables o adversos) que permitiría identificar señales de las posibles consecuencias de las acciones; en el caso de la realización de la torre de Hanói, el sujeto necesariamente tiene que anticipar movimientos que le indiquen la pertinencia de alguno, en una serie de acciones que lo lleven a no cometer errores llegando a hacer movimientos de más o repitiendo un error varias veces sin comprender a qué se debe. Es decir que si el adolescente no puede llegar a un número mínimo de 31 movimientos usando 5 discos en la ejecución de la torre, es por la imposibilidad de anticipar el

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

movimiento que encadenado a otros, le permitirá no superar los 31 movimientos. Por otro lado, todos los adolescentes hicieron movimientos de más en sus dos intentos pero todos terminaron la torre en ambas ocasiones, hay otro proceso que no fue tomado en cuenta como interviniente en el proceso de la elección de respuesta y que es evidente al resolver la torre; es la autocorrección. Los adolescentes recomponen varias veces en la solución de la torre y a partir de varios intentos, son capaces de volver sobre sus pasos hasta lograr el objetivo de pasar la torre con sus 5 discos, desde el poste A hasta el poste C. Parece ser que sin esta posibilidad de corregir en el camino, guiada por la mínima instrucción del entrevistador, daría por resultado una constante ejecución azarosa, que imposibilitaría ya no pasar la torre en un mínimo de movimientos, sino simplemente de pasarla a otro poste (en este caso al C). El autocontrol del sujeto es entonces la posibilidad de anticipar (posibles causas) y autocorregir (de acuerdo a las consecuencias o resultados que se quieren) en la situación que implica decidir, pues es lo que va permitiendo que ante futuras situaciones iguales o similares, se tengan recurso provenientes de la experiencia, que permitan reelaborar y perfeccionar las expectativas, anticipación, autocorrección y por tanto el autocontrol.

¿Qué es entonces la autoeficacia? Como se pone en el diagrama es más un ideal que pretende tener resultados óptimos y constantes ante situaciones que impliquen elección en situaciones de características similares. Ideal en el sentido de que no se sabe hasta qué punto el adolescente o quien decide, puede manejar la adición de nuevas variables la situación y que sólo a través del autocontrol (capacidad de anticipar y autocorregir) podrá aumentar su autoeficacia, esto ante un tipo de situaciones que compartan características ya experimentadas, pues no se puede garantizar que esta autoeficacia permanezca ante toda variación de situaciones que impliquen la elección. Aún si se quisiera el resultado opuesto al socialmente deseado (pensando en siempre consumir alcohol en exceso), tendría que someter esa autoeficacia a las anticipaciones y autocorrecciones que permita la identificación de la situación y objetivo deseado, como se muestra en el grafo de la torre de Hanói con 5 discos (ilustración 1), sería la misma vía pero en un sentido opuesto.

El grafo de Hanói (Valeiras, 2004) es la forma de representar el número mínimo de movimientos, estos están alineados a toda la derecha del grafo partiendo del punto 00002 (primer movimiento), hasta el punto 22222 (movimiento 31 y último siguiendo el camino óptimo) como se muestra en la ilustración 1. Parte de la investigación fue la elaboración del grafo de Hanói con 5 discos, de manera en que se puedan identificar los 31 de la vía óptima, pero también los 243 códigos (opciones) no usados y que

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

representan una situación del juego por la que no se pasa en el camino óptimo, pero que eventualmente podría darse si se elige un camino más largo (Serrano, 2006). Representa un camino que recorre todas las situaciones posibles del juego y todos los códigos posibles. Es importante decir que los 243 códigos, representan todas las situaciones posibles para alargar el camino siempre y cuando no se repita el mismo error más de una vez, si se repitiera, es una reiteración en el código y sería señal del curso del camino pésimo señalado por Valeiras (2004). Por lo anterior, este grafo describiría cuántas opciones toma el adolescente para resolver la torre, el número de intentos realizados, las veces que corrige lo que hace evidente la autocorrección y sin la cual no sería posible completar la torre.

Los diagramas de las vías de solución de cada adolescente se siguen trabajando y todavía no aparecen reportados en este documento, aparece únicamente el grafo de Hanói con los 243 códigos posibles. Se sigue estudiando la mejor manera de representar el camino seguido por cada adolescente sobre todo referido al camino peor y pésimo propuesto por Valeiras (2004). El grafo de Hanói con 5 discos y los 243 códigos de movimiento se muestran de la siguiente manera:



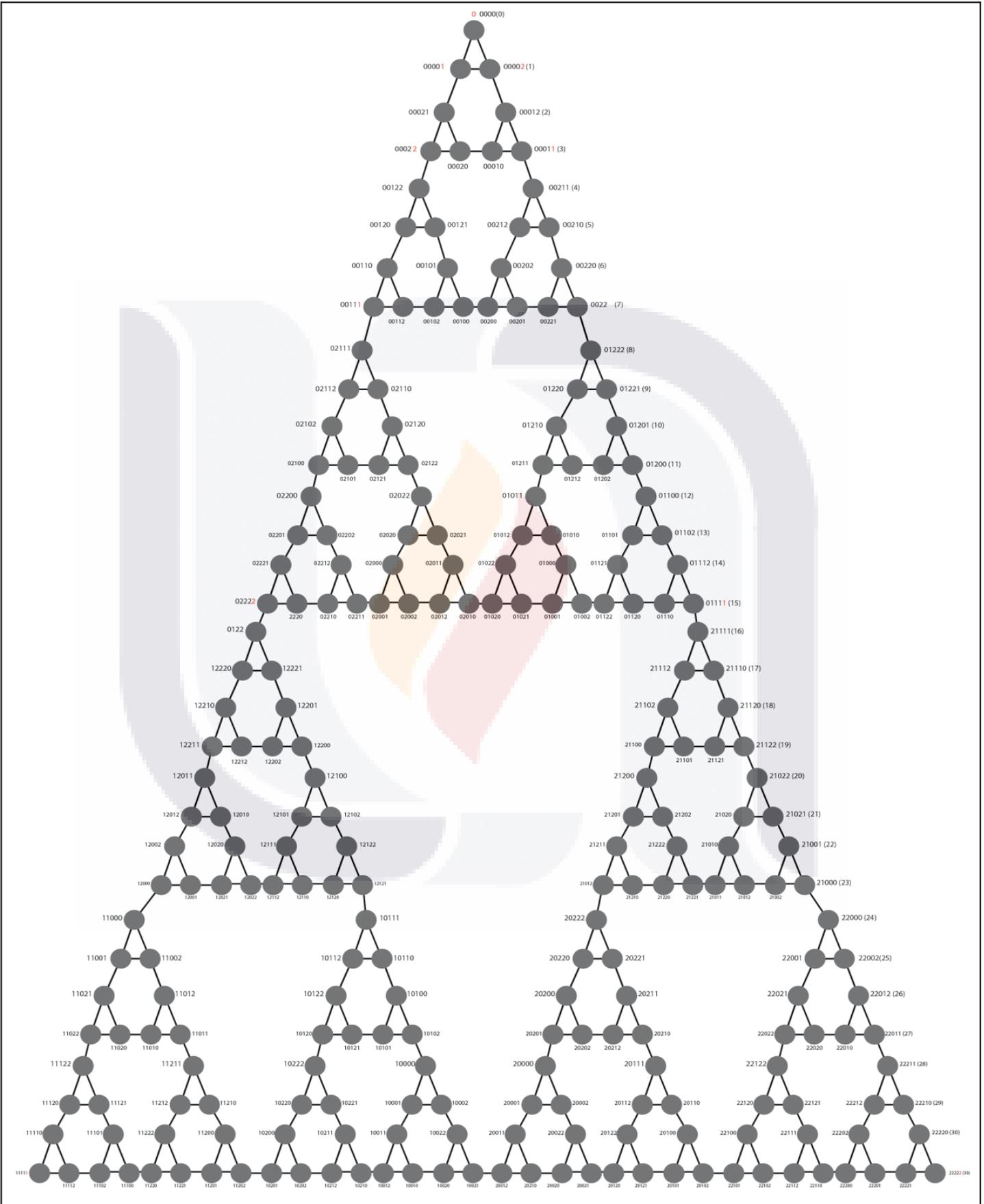


Figura 2: Grafo de Hanói con 5 discos.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Los juegos de estrategia son un buen instrumento para identificar procesos cognitivos y los modos en que estos ocurren, puesto que en su modo de juego implican la toma de decisiones y las consecuencias positivas o negativas que pueden derivarse de estas. A lo largo de su ejecución se puede conocer cómo se modifican o se establecen los modos de acción ante una situación particular. Al tener el control de las variables gracias a las reglas establecidas ya por el juego en sí, hay la necesidad de que el sujeto responder a ellas para poder resolver satisfactoriamente a la actividad; obligan al sujeto a actuar conforme a las mismas para ser eficaz y así poder resolver la tarea. También el juego de estrategia y en este caso la torre de Hanói permite identificar acciones que refieren las expectativas de un sujeto ante la tarea, los momentos en que hay anticipación de consecuencias de un movimiento, permite identificar la autocorrección en el camino a seguir hasta completar la torre y entender que estos procesos son necesarios para el autocontrol, y por último, saber si la autoeficacia mejora de una aplicación a otra pudiendo anticipar y autocorregir (autocontrolar) hasta llegar al objetivo esperado.

Tener el referente de la participación de los procesos cognitivos en adolescentes consumidores de alcohol no implica que ellos se van a conducir de la misma manera en situaciones de consumo o en tratamiento para modificar la conducta adictiva, pero sí determinan si el adolescente está capacitado o no para razonar de acuerdo a los procesos que se piden en programas de tratamiento (anticipar consecuencias, tener e identificar alternativas de acción, mantenerse en la elección, entre otros). De este modo podemos saber cómo se desenvuelve un adolescente ante una situación que implique una elección y poder autorregularse para llegar al resultado esperado.

En los futuros alcances de esta investigación, se contempla el terminar los grafos Hanói con las vías de elección y sus diferencias para cada adolescente pues daría claridad sobre los puntos de acercamiento y corrección de solución a la torre y de aquellos en los que no lo hace. Por último, también se considera (una vez delimitados todas las representaciones de la forma de solución óptima, peor y pésima) que pueda incluirse como parte del método de evaluación en planes de intervención con adolescentes iniciadores en el consumo de alcohol, para conocer si hay diferencias en los modos de acción antes y después de un tratamiento sobre consumo excesivo de sustancias.

## 6. REFERENCIAS

- Allahverdipour, H., Shafii, F., Fallah, P.A., y Emami, A. (2006). The status of self-control and its relation to drug abuse-related behaviors among Iranian male high school students. *Social Behavior and Personality*, 34(4), 413-424.
- Andrews, J., Hampson, S., y Peterson, M. (2011). Early adolescent cognitions as predictors of heavy alcohol use in high school. *Addictive Behaviors*, 36, 448-455.
- Ardila, R. (2005). *Psicología del aprendizaje*. México, D.F: Siglo XXI Editores.
- Arreola, F.G. (2007). Conducta de elección en una situación de autocontrol con humanos adictos (Tesis para Maestría). Universidad de Guadalajara, México.
- Ayala, H.E. (1992). *El curso del alcoholismo: una visión psicológica*. Memorias del VI Congreso Mexicano de Psicología Clínica, México.
- Bandura, A. (Ed.) (1999). *Auto-Eficacia: Cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual*. España: Ed. Desclée de Brouwer.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action. A social cognitive theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1982). *Teoría del aprendizaje social*. Madrid: Espasa-Calpe.
- Bermúdez, J. y Contreras, A. (2008). Predictores psicosociales de consumo de tabaco en adolescentes: extensiones de la teoría de la conducta planeada. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 13(3), 175-186.
- Brown, S. (1985). Expectancies versus background in the prediction of college drinking patterns. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(1), 123-130.
- Camacho, I. (2005). Consumo de alcohol en universitarios: relación funcional con los factores socio demográficos, las expectativas y la ansiedad social. *Acta Colombiana de Psicología*, 13, 91-119.
- Christiansen, B., y Goldman, M. (1983). Alcohol-related expectancies versus demographic/background variables in the prediction of adolescent drinking. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(2), 249-257.
- Cooper, J.O., Heron, T.E., y Heward, W.L. (1987). *An applied behavior Analysis*. Merrill Columbus Ohio: Publishing Company.
- De Macedo, L. (1997). Torre de Hanói e construção do conhecimento. *Psicol. USP São Paulo*, 2(1/2), 125-129.
- Dewitte, S., y De Cremer, D. (2001). Self-control and cooperation: different concepts, similar decisions? A question of the right perspective. *The Journal of Psychology*, 135(2), 133-153.
- Coleman, J.C., y Hendry L.B. (2003). *Psicología del adolescente*. Madrid: Morata

- Delval, J. (1998). *El desarrollo humano*. España: Siglo XXI.
- Dunham, R.M., Kidwell, J.S., y Wilson, S.M. (1986). Rites of passage at adolescence: A ritual process paradigm. *Journal of Adolescence Research*, 1(2), 139-153.
- Elkind, D. (1978). *Niños y adolescentes: ensayos interpretativos sobre Jean Piaget /David Elkind*. Barcelona: Oikos-tau.
- Fiorentine, R., y Hillhouse, M.P. (2000). Self-Efficacy, Expectancies, and Abstinence Acceptance: Further Evidence for the Addicted-Self Model of Cessation of Alcohol- and Drug- Dependent Behavior, *Drug, Alcohol Abuse*, 26(4), 497– 521.
- Fitzgerald, H.E., Strommen E.A., y McKinney, J.P. (2000). *Psicología del desarrollo en la edad adolescente*. México: Manual Moderno.
- Fontaine, R.G. (2006). *Evaluative behavioral judgments and instrumental antisocial behaviors in children and adolescents*. E.U.: Science Direct.
- Fuentes, E (2007). Efecto de la falta de retroalimentación en la realización de una tarea de resolución de problema y su relación con el síndrome Burnout. *Instituto Tecnológico y de Estudios superiores de occidente*. Guadalajara, Jalisco.
- Goldstein, A.P., Sprafkin, R.P., Gershaw, N.J; y Klein, P. (1979). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. México: Martínez Roca.
- Grèco, P. (1972). *La epistemología de la psicología. En J. Piaget, Lógica y conocimiento científico. Vol. 6 Epistemología de las ciencias humanas*. Buenos aires: Proteo.
- Inhelder, I., y Piaget, J. (1985). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Ibérica Barcelona: Paidós.
- Jessor, R. (1998). *New perspectivas on adolescent risk behavior*. USA: Cambridge University Press.
- Jessor, R. (1987). Problem-behavior theory, psychosocial development, and adolescent problem drinking. *British Journal of Adiction*, 82, 331-342.
- Kazdin, A.E. (1994). *Modificación de la conducta y sus aplicaciones practicas*. México: Manual Moderno.
- Lehalle, H. (1990). *Psicología de los adolescentes*. México D.F.: Editorial Grijalbo.
- Luengo, M.A., Romero, E., Gómez, J.A., Guerra, A. y Lence, M. (1999). La prevención del consumo de drogas y la conducta antisocial en la escuela: Análisis y evaluación de un programa. *Universidad de Santiago Compostela. Ministerio De Educación y Cultura Ministerio, De Sanidad y Consumo y Ministerio Del Interior*. España.

- Marlatt, G., Baer, J.S., y Quigley, L. (1999). Autoeficacia y conducta adictiva. En A. Bandura (Ed.). *Auto-Eficacia: Cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual* (pp. 245 -266). Bilbao: Ed. Desclée de Brouwer.
- Martínez, K.I. (2003). *Desarrollo y evaluación de un programa de intervención breve para adolescentes que inician el consumo de alcohol y otras drogas* (Disertación doctoral no publicada). UNAM, México D.F.
- Martínez, K.I., Saucedo, F., y Pedroza, F.J. (2013). Los procesos cognitivos como mediadores en la elección del consumo de alcohol en adolescentes: una aproximación desde el PIBA. En C, Carrascoza (ed.) *Aspectos culturales, sociales y preventivos de las adicciones en México* (pp. 227-252). México: CONACULTA.
- Medina-Mora, M.E., Rojas, E., Juárez, F., Berenzón, S., Carreño, S., Galván, J., Villatoro, J., López, E., Olmedo, R., y Ortiz, E. (1993). Consumo de sustancias con efectos psicotrópicos en la población estudiantil de enseñanza media y media superior de la república mexicana. *Salud mental*, 16(3), 2-8.
- Monti, P.M., Colby, S.M., y O'Leary, T.A. (2001) *Adolescents, Alcohol, and Substance Abuse*. New York: The Guilford Press.
- Mora-Ríos, J., Natera, G., y Juárez, F. (2005) Expectativas relacionadas con el alcohol en la predicción del abuso del consumo en jóvenes. *Salud Mental*, 28, 82-90.
- Muuss, R.E. (1976). The implication of social learning theory for an understanding of adolescent development. *Adolescence*, 9(41), 61
- Osgood, D.W., Wilson, J.K., y Bachman, J.G. (1996). Routine activities and individual deviant behavior. *American Sociological Review*, 61, 635-655.
- Patrick, E.M. y Maggs, J.L. (2011). College Students evaluations of alcohol consequences as positive and negative. *Addictive Behavior*, 36, 1148-1853.
- Pedroza, F.J. Vacio, M.D. Martínez, K. I. y Salazar, M.L. (2012). Competencias sustitutivas y el estudio e intervención del consumo adictivo de alcohol en adolescentes. En M.A. Padilla, & R. Pérez-Almonacid (ed.) *La función sustitutiva referencial análisis histórico-crítico/avances y perspectivas* (pp. 169-201). New Orleans: University Prees of the South.
- Piaget, J. (2003). *La psicología de la inteligencia*. Barcelona: Editorial Crítica.
- Rachlin, H. (2000). *The Sicence of self-control*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Rice, F.P. (1999). *Adolescencia desarrollo, relaciones y cultura*. México: Prentice Hall.

- Rollnick, S., y Heather, N. (1982). The application of Bandura's self-efficacy theory to abstinence-oriented alcoholism treatment. *Addictive Behaviors*, 7, 243-250.
- Rosenthal, L., Thorpe, K., Young, R., Collet, R., y Occhipinti, S. (1998). Social skills, expectancies, and dinking in adolescents. *Addictive Behaviors*, 23(5), 587-599.
- Rothman, A.J. (2000). Toward a Theory-Based Analysis of Behavioral Maintenance. *Health Psychology*, 19(1s), 64-69.
- Schawarzer, R.; Fuchs, R. (1999) Modificación de las conductas de riesgo y adopción de conductas saludables: el rol de las creencias de autoeficacia. En A. Bandura (Ed.). *Auto-Eficacia: Cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual* (pp. 223-244). Bilbao: Ed. Desclée de Brouwer.
- Scott, J. (1988). Personality Characteristics of bulimic and non-eating-disordered female controls: A cognitive behavioral perspective. *International Journal of Eating Disorders*, 7(4) 541-550.
- Serrano, A.J. (16 de septiembre de 2006). La Torre de Hanoi. [Post en un blog]. Recuperado de: <http://olmo.pntic.mec.es/~aserra10/articulos/hanoi.html>
- Simons-Morton, B. (2004). Prospective association of peer influence, school engagement, drinking expectancies, and parent expectations with drinking initiation among sixth graders. *Addictive Behaviors*, 29, 229-309.
- Skog, O., y Elster, J. (1999). *Addiction and self-control*. En *Addiction entries and exits*. New York: Russell Sage Foundation.
- Skinner, B.F. (1977). *Ciencia y conducta humana*. España: Editorial Fontanella.
- Stewart, I. (2007). *Ingeniosos encuentros entre juegos matemática*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Tinbergen, N. (1989). *El estudio del instinto*. México, D.F: Editorial Siglo XXI.
- Valeiras, R. (26 de julio de 2004). La Torre de Hanoi. [Post en un blog]. Recuperado de: <http://www.rodoval.com/heureka/hanoi/hanoi2.html>
- Wills, T.A., y Dishion, T.J. (2004). Temperament and adolescent substance use: a transactional analysis of emerging self-control. *Journal of clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(1), 69-81.
- World Health Organization (2004). *Neuroscience of psychoactive substance use and dependence*. Switzerland.
- Zúñiga, A., y Bouzas, A. (2006). Consumo de alcohol en los adolescentes: percepción de consecuencias positivas y negativas. *Revista Mexicana de Psicología*, 23, 97-110.



 CONACULTA



Dirección General de Vinculación Cultural  
Dirección de Capacitación Cultural

DGVC / DCC / OFICIO / 0084 / 2014

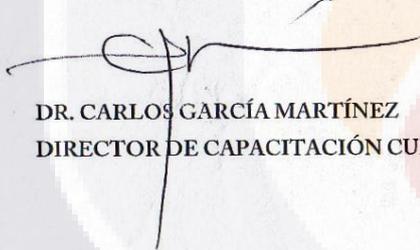
México, D.F., 19 de marzo de 2014

LIC. FELIPE SAUCEDO IBARRA  
PRESENTE

Por este medio agradezco a usted su valiosa colaboración como coautor del artículo: "Los procesos cognitivos como mediadores en la elección del consumo de alcohol en adolescentes: una aproximación desde el PIBA", incluido en el libro: *Aspectos culturales, sociales y preventivos de las adicciones en México*, coordinado por el doctor César Augusto Carrascoza Venegas y publicado en diciembre de 2013 por la Dirección General de Vinculación Cultural a través de la Dirección de Capacitación Cultural del CONACULTA en la colección "Intersecciones" con el número 30. Consideramos que su texto será de enorme interés para nuestros lectores.

Agradeciendo su atención, aprovecho este conducto para enviarle un cordial saludo.

ATENTAMENTE



DR. CARLOS GARCÍA MARTÍNEZ  
DIRECTOR DE CAPACITACIÓN CULTURAL

Cep. Dr. César Carrascoza V. Coordinador.

Cep. Lic. Myriam Rudoy C. Jefa de Capacitación Cultural de la DCC/DGVC/CONACULTA

Paseo de la Reforma N° 175, 7° piso, Col. Cuauhtémoc C.P. 06500 México, D.F.  
Tel. (55) 41 55 04 61. | carlosg@conaculta.gob.mx | www.conaculta.gob.mx

**Anexo B**

**Guía de preguntas de la entrevista semi-estructurada**

**Datos generales:**

Fecha de aplicación:

Nombre del entrevistado:

Fecha de nacimiento:

Edad:

Lugar de la entrevista:

Grado escolar:

Entrevistador:

**Preguntas:**

**Historia del inicio de consumo de alcohol**

1. ¿Actualmente consumes alcohol?
2. ¿Qué tipo de bebidas?
3. ¿Cuánto tiempo llevas consumiendo?
4. ¿Cuándo empezaste a consumir?
5. ¿Qué tipo de bebida era?
6. ¿Cómo te sentiste esa vez después de consumir?
7. ¿Has consumido otro tipo de bebidas alcohólicas aparte de la que mencionas?
8. ¿Por qué las has consumido?

**Experiencia con el consumo de alcohol en la familia y las expectativas relacionadas en este entorno**

9. A partir de que comenzaste a consumir ¿cómo es la relación con tu familia?
10. ¿Sabes que consumes alcohol?
11. ¿Qué opinan sobre esto?
12. En tu familia ¿quiénes consumen alcohol?
13. ¿Hay ocasiones en donde consumas alcohol con tu familia?
14. Dime dos ejemplos de situaciones donde hayas consumido de alcohol con ellos.
15. ¿Cómo te sientes en estas situaciones?

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

**Experiencia con el consumo de alcohol con los pares y las expectativas relacionadas en este entorno**

16. A partir de que comenzaste a consumir ¿cómo es la relación con tus amigos?
17. ¿Sabes que consumes alcohol?
18. ¿Qué opinan sobre esto?
19. ¿Cuántos de tus amigos consumen alcohol?
20. ¿Hay ocasiones en donde consumes alcohol con ellos?
21. Dime dos ejemplos de situaciones donde hayas consumido de alcohol con ellos.
22. ¿Cómo te sientes en estas ocasiones?

**Expectativas relacionadas a los primeros contactos con el alcohol y su consumo**

23. Antes de consumir por primera vez, ¿habías escuchado advertencias sobre las consecuencias del consumo en campañas de prevención o de otras personas?
24. ¿Qué opinabas de esas advertencias?
25. ¿Qué opinaban las personas cercanas a ti de estas advertencias?
26. ¿Qué pensabas que iba a pasar o a sentir la primera vez que consumieras?
27. ¿Pensabas que ibas a tener algunas ventajas o desventajas?
28. ¿Qué crees que te llevó a creer esto?
29. ¿Qué paso realmente?
30. ¿Las opiniones de los otros te animaban o desanimaban para consumir?
31. ¿Qué crees que es lo que más te anima a consumir?
32. ¿Antes de consumir por primera vez, rechazaste alguna bebida o invitación para tomar?
33. ¿Cuál fue la razón?
34. Cuando aceptaste ¿cuál crees que fue el motivo?

**Preguntas relacionadas a elementos de autoeficacia en los inicios del contacto y consumo de alcohol**

35. La primera vez que consumiste, ¿qué tan fácil que era considerabas que era controlar el consumo?
36. ¿Por qué?
37. Ahora, ¿qué tan controlable es el consumo?
38. ¿Has aumentado la cantidad de lo que consumes?
39. ¿Por qué razón?
40. ¿Cómo te imaginas que será tu consumo en un año?
41. ¿Y en 10 años?

**Preguntas relacionadas con la anticipación de consecuencias**

- 42. ¿Cómo te darías cuenta que tu consumo esta siendo problemático o excesivo?
- 43. ¿Cuáles han sido las consecuencias de tu consumo?
- 44. ¿Te gustaría cambiar algo respecto al consumo?

**Elementos de la experiencia personal**

- 45. ¿Qué tan diferente es tu historia de inicio del consumo de alcohol a la de otras personas?
- 46. ¿En qué es más parecida?
- 47. ¿Qué es lo más diferente?

