



I. E. RODRIGO
CORREA PALACIO

“Educamos con Calidad desde la
Diversidad para la
Convivencia y la Paz”

PROYECTO: PREVENCIÓN INTEGRAL DE LA DROGADICCIÓN



Medellín

2025

PROYECTO PREVENCION INTEGRAL DE LA DROGADICCION

SISTEMA DE GESTIÓN INSTITUCIONAL

Realizado por	Vannesa Mejía Sara Victoria Diaz Viviana Alzate
----------------------	---

Versión	Fecha de actualización
04	Enero 14 de 2025
Control cambios	<p>Revisión anual, con base en el decreto El Artículo 14 de la Ley General de Educación, decreto 115 de 1994, el cual plantea la enseñanza obligatoria en todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal en los niveles de la educación preescolar, básica y media. En atención a este artículo, se proponen los proyectos pedagógicos: obligatorios.</p> <p>Con la revisión se pretende garantizar la calidad educativa, cumplir con la normatividad, abordar problemáticas específicas de la comunidad y fomentar el desarrollo integral de los estudiantes. Los proyectos buscan promover las competencias, valores ciudadanos y habilidades para el siglo XXI, conectando el aprendizaje con la vida real y fortaleciendo la convivencia pacífica.</p>

PROYECTO PREVENCION INTEGRAL DE LA DROGADICCION

Nombre del Proyecto	Prevención Integral de la Drogadicción.
Nombre de responsable(s)	Santiago Londoño Agudelo Diana Melys Rivera Mendoza
Población Beneficiada	Comunidad educativa en general
Institución Educativa	RODRIGO CORREA PALACIO

Diagnóstico

Contexto:

La Institución Educativa Rodrigo Correa Palacio ofrece sus servicios a la comunidad desde el año 1967, han sido cincuenta años de arduo trabajo para brindar a niños y jóvenes una educación acorde a las del contexto en el que se encuentra, en sus inicios conocida como Escuela Jerónimo Luis Tejelo y en el año 2007 acogió el nombre de Rodrigo Correa Palacio, homenaje al presentador radial del programa “Arrieros somos”. Su filosofía siempre ha sido darle la oportunidad de estudiar a niños y jóvenes del sector de culminar su formación en Básica y Secundaria.

La I. E. RODRIGO CORREA PALACIO está ubicada en el barrio Girardot, calle 103 No. 66 – 63, núcleo educativo 919 en la comuna 5 de la ciudad de Medellín. Limita al norte con el barrio Boyacá las Brisas, al oriente con la carrera 65 y la autopista norte; al sur con el barrio Castilla y al occidente con el barrio Santander.

Es una Institución de fácil acceso por contar con una excelente malla vial y el servicio de diferentes rutas de buses que pasan cerca, como Florencia, Barrio Nuevo, Troncal La 65, Gratamira, el Integrado del Metro y las diferentes líneas del Municipio de Bello.

Su planta física es amplia, con espacios abiertos y bien iluminados, una fortaleza para el aprendizaje y la recreación de los estudiantes. Cuenta con 11 salones de clase, 3 patios, 2 salas de sistemas, biblioteca, tienda escolar y restaurante, además de una placa polideportiva cubierta, espacio de intercambio cultural y deportivo con la comunidad. En la parte externa se encuentra un parque infantil, una cancha de microfútbol y una pista de patinaje. Utilizada por el Inder para dar clases deportivas a niños y jóvenes de la comunidad.

Los procesos de enseñanza y aprendizaje se brindan a 520 estudiantes en los niveles de Preescolar, Básica Primaria y adolescentes y jóvenes en los niveles de Básica Secundaria Media Vocacional y caminar en secundaria. El número total de estudiantes es pequeño debido a la gran oferta educativa del sector; cerca de la Institución se encuentran: la Institución Educativa Maestro Fernando Botero; Institución Educativa Maestro Arenas Betancur, La Institución Educativa Sor Juana Inés de la Cruz; El Buen Consejo; Sebastián de Belalcázar y el Centro Educativo Autónomo.

El equipo de profesores y docentes administrativos está conformado por la Rectora, una coordinadora y 24 docentes, grupo caracterizado por su sentido de compromiso con el quehacer pedagógico y la construcción de relaciones horizontales con los estudiantes en un marco del respeto, la tolerancia, la paz y la inclusión.

Con el fin de ofrecer una educación en un marco de la inclusión y la calidad, se establecen convenios con diferentes entidades, como: el Programa Unires de la Alcaldía y la Universidad de Antioquia, Surgir, Inder, Policía Juvenil.

En la comuna hay un conjunto de instituciones que facilitan la utilización de diferentes servicios, como son una Unidad Intermedia de Salud, Comisaria de Familia, Inspección de Policía, Más Cerca de EPM, Parque Juanes, SENA, ITM y una estación de gasolina.

Las familias:

La población estudiantil atendida vive en los barrios Girardot, Boyacá las Brisas, Tejelo, Gratamira, Pedregal, Castilla y Belalcázar. Dichos lugares tienen un estrato socioeconómico de nivel 3; cuentan con los servicios públicos básicos y una malla vial en buen estado, sus casas están construidas en adobe y cemento de dos o tres plantas (apartamentos) con fachadas amplias, pintadas y bien organizadas.

La tipología de las familias se caracteriza, básicamente en tres grandes grupos, a saber:

1. Familia nuclear: un 40% de la población estudiantil viven con papá, mamá y hermanos.
2. Familia monoparental: El 25% de los estudiantes viven con uno de sus padres, se evidencia principalmente aquella donde hay jefatura femenina. Hay un porcentaje mínimo donde se presenta jefatura masculina.
3. Familias extensas: está conformada por uno de los padres, madrastra o padrastro, hermanos, abuelos y tíos, a este tipo de familia corresponde un 35% de la población. En este grupo se incluyen los jóvenes y niños que viven con sus abuelos para no compartir con sus padrastros o madrastras debido a las relaciones que se manejan entre ellos y hay un porcentaje mínimo de niños y jóvenes que provienen de bienestar Familiar con sus madres sustitutas.

El acceso a la educación de padres y madres de los estudiantes han sido equilibrada, muchos tienen la posibilidad de terminar sus estudios de secundaria y pocos alcanzan su formación profesional a pesar de la oferta de becas, auxilios y beneficios. En la Educación secundaria son las mujeres quienes tienen mayor posibilidad de terminar sus estudios secundarios, aunque muchas deben iniciar a trabajar por su maternidad a temprana edad. Solo el 11% de padres y madres alcanzan un título universitario. Se eligen carreras técnicas y otro grupo considerable eligen la formación del SENA.

Las posibilidades en el campo laboral son escasas tanto para los padres como las madres, en términos generales, la posibilidad de subsistir se deriva del empleo informal representado en los pequeños negocios en el barrio que en las últimas décadas ha aumentado de manera considerable, el trabajo doméstico, la conducción de vehículos de servicio público y las confecciones a terceros son las opciones más comunes de la población de este sector. Sobre todo, empleos que son inconstantes ya que son a término fijo y pocas veces los renuevan. Los ingresos van desde un salario mínimo en un 75% de quienes trabajan y de hasta dos salarios mínimos para una minoría (25%). Las familias extensas subsisten con los ingresos de uno o dos miembros de la familia. Esto significa que los recursos son pocos y muchas veces no alcanzan para suplir las necesidades básicas.

El contexto social de la ciudad se refleja en el barrio, y, por ende, en la Institución Educativa. Por ello, niños, adolescentes y jóvenes conviven en espacios caracterizados por la violencia, el tráfico y consumo de sustancias psicoactivas. Factores como el desplazamiento urbano y el no ser dueño de una propiedad inciden en el constante cambio de institución de los estudiantes.

Los procesos de calidad que se vienen gestionando en la institución con el comité previsto para esto apuntan a la formación integral de sujetos líderes transformadores de su propia realidad sin dejar de lado la construcción de identidad cultural mediante una dinámica motivacional en el área y acorde a las necesidades institucionales.

Los estudiantes:

Las características de los niños y jóvenes de la Institución Rodrigo Correa Palacio no son diferentes a los niños y jóvenes de la ciudad de Medellín, En preescolar y Básica Primaria tienen edades entre los 5 años a 14 años y

en Básica Secundaria y Media entre los 11 años hasta 19 años, son niños y jóvenes deseosos de saberes, prácticos y útiles para la vida; la inmediatez hace parte de ella, los cambios repentinos de ánimo hacen parte de su cotidiano vivir, alegres, ansiosos, tristes, depresivos e inquietos forman una comunidad educativa muy heterogénea en sus gustos e inquietudes.

Esta población es vulnerable al consumo de sustancias psicoactivas, a contraer infecciones de transmisión sexual, violencia familiar, problemas psicológicos y grandes dificultades en el manejo de las emociones; circunstancias que no le permiten tener buenos resultados académicos y que se convierten en un reto para los administrativos y docentes de la institución quienes constantemente está buscando estrategias nuevas para la población estudiantil.

Justificación

Es importante para la institución brindar herramientas que facilite el aprendizaje en un estilo de vida saludable y el fortalecimiento de habilidades para la vida en los niños, niñas y adolescentes de la I.E Rodrigo Correa Palacio. Por medio de estrategias, donde se promueva la reflexión y la participación activa en la construcción y modificación de cambios de conductas riesgo, resaltando factores protectores, con la sensibilización del tema del uso indebido de las sustancias psicoactivas.

Este proyecto es orientado desde la promoción, prevención, atención y seguimiento la cual permite dar cumplimiento a la ley 1620 de convivencia escolar para la cual es fundamental brindar a los niños, niñas y adolescentes los diferentes espacios de atención integral y se les garantice el cumplimiento de sus derechos. Se tuvo en cuenta el ser, la familia, la escuela y el grupo de pares que son componentes estratégicos que se deben fortalecer y los cuales nos permiten guiar el trabajo con los estudiantes para formar en competencias creando una barrera para los factores de riesgo a nivel social.

Está enfocado a la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en la niñez y la juventud con actividades psicopedagógicas en las cuales se pretende generar habilidades a nivel personal, familiar y social para responder asertivamente a las situaciones de riesgo en la vida cotidiana.

Marco Legal

Los proyectos de prevención del consumo de sustancias psicoactivas se desarrollan en el marco de un sólido sustento legal que orienta las acciones institucionales hacia la promoción del bienestar y la protección integral de la comunidad educativa. Entre las normativas más relevantes se destaca la Constitución Política de 1991, que establece los principios fundamentales del derecho a la salud y a la educación. Asimismo, la Ley 100 de 1993, en su dimensión de seguridad social, enfatiza la promoción y prevención en salud como componentes esenciales de las políticas públicas. La Ley General de Educación (Ley 115 de 1994) y la Ley 1098 de 2006, conocida como Código de Infancia y Adolescencia, refuerzan el compromiso del sistema educativo con la formación integral y la protección de los menores de edad.

De manera específica, la Ley 30 de 1986, o Estatuto Nacional de Estupefacientes, impone a las Secretarías de Educación municipales la responsabilidad de implementar programas de prevención del consumo de drogas en las instituciones educativas públicas y privadas, conforme a los lineamientos establecidos por el Ministerio de Educación. Estos programas deben abarcar los niveles de primaria, secundaria, media vocacional y educación no formal, con el objetivo de desarrollar estrategias de prevención y de identificación temprana de factores de

riesgo asociados a la drogadicción. Este marco legal se complementa con el Decreto 1108 de 1994, el Decreto 120 de 2010 y la Convención sobre Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, que proporcionan directrices adicionales para garantizar una respuesta integral y efectiva frente a esta problemática.

Objetivo General

Fomentar la conciencia en los estudiantes de la Institución Educativa Rodrigo Correa Palacio sobre la prevención y los riesgos asociados al consumo de sustancias psicoactivas, mediante la divulgación de información pertinente en charlas, talleres y conferencias lideradas por personal capacitado, para que puedan gestionar de manera autónoma su proyecto de vida, promoviendo su bienestar y el de toda la comunidad educativa.

Políticas de Inclusión

Desde la implementación y desarrollo del proyecto PREVENCIÓN INTEGRAL DE LA DROGADICCIÓN se tienen en cuenta los principios de la educación inclusiva, como: Calidad, diversidad, pertinencia, participación, equidad e interculturalidad, establecidos por la Ley 1618 de 2013 en concordancia con las normas que hacen parte del bloque de constitucionalidad, así como en los fines de la educación previstos en la Ley 115 de 1994.

Igualmente, se acogen los principios de la Convención de los Derechos de las personas con discapacidad, incorporada al derecho interno mediante la Ley 1346 de 2009, como orientadores de la acción educativa en las diferentes comunidades educativas, a saber: i) el respeto de la dignidad inherente, la autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas; ii) la no discriminación; iii) la participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad; iv) el respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas; v) la igualdad de oportunidades; vi) la accesibilidad; vii) la igualdad entre el hombre y la mujer; viii) el respeto a la evolución de las facultades de los niños y las niñas con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad.

Estos principios están enfocados a favorecer las trayectorias educativas de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes para su ingreso, permanencia, promoción y egreso en el sistema educativo.

Principios de la educación inclusiva, decreto 1421 de 2017.

1. Accesibilidad: medidas pertinentes para asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, al entorno físico, el transporte, la información y las comunicaciones, incluidos los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones, y a otros servicios e instalaciones. Estas medidas, incluirán la identificación y eliminación de obstáculos y barreras de acceso, de movilidad, de comunicación y la posibilidad de participar activamente en todas aquellas experiencias para el desarrollo del estudiante, para facilitar su autonomía y su independencia.

2. Acceso a la educación para las personas con discapacidad: proceso que comprende las diferentes estrategias que el servicio educativo debe realizar para garantizar el ingreso al sistema educativo de todas las personas con discapacidad, en condiciones de accesibilidad, adaptabilidad, flexibilidad y equidad con los demás estudiantes y sin discriminación alguna.

3. Acciones afirmativas: conforme a los artículos 13 de la Constitución Política y 2 de la Ley 1618 de 2013, se definen como: Políticas, medidas o acciones dirigidas a favorecer a personas o grupos con algún tipo de discapacidad, con el fin de eliminar o reducir las desigualdades y barreras de tipo actitudinal, social, cultural o económico que los afectan. En materia educativa, todas estas políticas, medidas y acciones están orientadas a promover el derecho a la igualdad de las personas con discapacidad mediante la superación de las barreras que tradicionalmente les han impedido beneficiarse, en igualdad de condiciones al resto de la sociedad, del servicio público educativo.

4. Ajustes razonables: son las acciones, adaptaciones, estrategias, apoyos, recursos o modificaciones necesarias y adecuadas del sistema educativo y la gestión escolar, basadas en necesidades específicas de cada estudiante, que persisten a pesar de que se incorpore el Diseño Universal de los Aprendizajes, y que se ponen en marcha tras una rigurosa evaluación de las características del estudiante con discapacidad. A través de estas se garantiza que estos estudiantes puedan desenvolverse con la máxima autonomía en los entornos en los que se encuentran, y así poder garantizar su desarrollo, aprendizaje y participación, para la equiparación de oportunidades y la garantía efectiva de los derechos.

Los ajustes razonables pueden ser materiales e inmateriales y su realización no depende de un diagnóstico médico de deficiencia, sino de las barreras visibles e invisibles que se puedan presentar e impedir un pleno goce del derecho a la educación. Son razonables cuando resultan pertinentes, eficaces, facilitan la participación, generan satisfacción y eliminan la exclusión.

5. Currículo flexible: es aquel que mantiene los mismos objetivos generales para todos los estudiantes, pero da diferentes oportunidades de acceder a ellos, es decir, organiza su enseñanza desde la diversidad social, cultural, de estilos de aprendizaje de sus estudiantes, tratando de dar a todos la oportunidad de aprender y participar.

6. Diseño Universal del Aprendizaje Accesible (DUA-A): Diseño de productos, entornos, programas y servicios que puedan utilizar todas las personas, en la mayor medida posible, sin necesidad de adaptación ni diseño especializado. En educación, comprende los entornos, programas, currículos y servicios educativos diseñados para hacer accesibles y significativas las experiencias de aprendizaje para todos los estudiantes a partir de reconocer y valorar la individualidad. Se trata de una propuesta pedagógica que facilita un diseño curricular en el que tengan cabida todos los estudiantes, a través de objetivos, métodos, materiales, apoyos y evaluaciones formulados partiendo de sus capacidades y realidades. Permite al docente transformar el aula y la práctica pedagógica y facilita la evaluación y seguimiento a los aprendizajes.

El diseño universal de aprendizaje accesible (DUAA) no excluirá las ayudas técnicas para grupos particulares de personas con discapacidad, cuando se necesiten.

7. Educación inclusiva: es un proceso permanente que reconoce, valora y responde de manera pertinente a la diversidad de características, intereses, posibilidades y expectativas de los niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos, cuyo objetivo es promover su desarrollo, aprendizaje y participación, con pares de su misma edad, en un ambiente de aprendizaje común, sin discriminación o exclusión alguna, y que garantiza, en el marco de los derechos humanos, los apoyos y los ajustes razonables requeridos en su proceso educativo, a través de prácticas, políticas y culturas que eliminan las barreras existentes en el entorno educativo.

8. Esquema de atención educativa: son los procesos mediante los cuales el sector educativo garantiza el servicio a los estudiantes con discapacidad en todos los niveles de la educación formal de preescolar, básica y media, considerando aspectos básicos para su acceso, permanencia y oferta de calidad, en términos de currículo, planes de estudios, tiempos, contenidos, competencias, metodologías, desempeños, evaluación y promoción.

9. Estudiante con discapacidad: persona vinculada al sistema educativo en constante desarrollo y transformación, con limitaciones en los aspectos físico, mental, intelectual o sensorial que, al interactuar con diversas barreras (actitudinales, derivadas de falsas creencias, por desconocimiento, institucionales, de infraestructura, entre otras), pueden impedir su aprendizaje y participación plena y

efectiva en la sociedad, atendiendo a los principios de equidad de oportunidades e igualdad de condiciones.

10. Permanencia educativa para las personas con discapacidad: comprende las diferentes estrategias y acciones que el servicio educativo debe realizar para fortalecer los factores asociados a la permanencia y el egreso de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos con discapacidad en el sistema educativo, relacionadas con las acciones afirmativas, los ajustes razonables que garanticen una educación inclusiva en términos de pertinencia, calidad, eficacia y eficiencia y la eliminación de las barreras que les limitan su participación en el ámbito educativo.

11. Plan Individual de Ajustes Razonables (PIAR): herramienta utilizada para garantizar los procesos de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes, basados en la valoración pedagógica y social, que incluye los apoyos y ajustes razonables requeridos, entre ellos los curriculares, de infraestructura y todos los demás necesarios para garantizar el aprendizaje, la participación, permanencia y promoción. Son insumo para la planeación de aula del respectivo docente y el Plan de Mejoramiento Institucional (PMI), como complemento a las transformaciones realizadas con base en el DUA.

En este marco, el proyecto PREVENCIÓN INTEGRAL DE LA DROGADICCIÓN se generen estrategias para los estudiantes que presenten discapacidad, que puedan realizar su proceso con ajustes de acuerdo a sus intereses y necesidades, con lo cual dan desarrollen habilidades para la comprensión y respeto de la cultura afrocolombiana.

Objetivos Específicos:

- Desarrollar talleres, conferencias y charlas lideradas por docentes en colaboración con el programa de psicología institucional, dentro de las actividades programadas en los carruseles escolares, para informar a los estudiantes sobre los efectos y consecuencias del consumo de sustancias psicoactivas en los ámbitos personal, académico, laboral, familiar y social.
- Gestionar el apoyo de instituciones externas como Nos tomamos el mundo, la Secretaría de Salud, la Secretaría de Seguridad Social, la Policía de Infancia y Adolescencia, y otras entidades pertinentes, para ofrecer talleres y conferencias orientadas a prevenir el consumo de drogas en el contexto escolar.
- Implementar estrategias pedagógicas que faciliten la apropiación del conocimiento sobre los riesgos del consumo de sustancias psicoactivas, incentivando prácticas de reflexión y construcción colectiva que fortalezcan los valores de autocuidado y responsabilidad social.

Metodología

Este proyecto pedagógico obligatorio, se trabajará tres veces al año a través de un carrusel pedagógico realizado cada periodo académico, los estudiantes de undécimo serán los encargados de exponer y dirigir las actividades programadas por el docente encargado, con la ayuda del psicólogo y entidades externas, los demás

grupos rotan por cada una de las bases acompañados de sus directores de grupo y desarrollarán las actividades propuestas.

Estas bases tratarán diferentes temas lúdicos, creativos y expresivos.

Las actividades o eventos deben estar superpuestas dentro del aula y la institución, abordando temas que ayudan al desarrollo de las capacidades – habilidades expuestas: identificar conceptos, patrones de conducta presentes en el consumo, autocuidado, autoestima, metas, autorreconocimiento, autoconcepto, efectos negativos en el cuerpo por el consumo de algunas sustancias, toma de decisiones, proyecto de vida, comunicación asertiva, capacidad para tomar decisiones de manera autónoma aún en contra de la presión de grupo, capacidad para comunicar los sentimientos y preocupaciones a otras personas, desarrollo de vínculos de confianza, capacidad para solicitar ayuda, conocimiento y desarrollo de los propios intereses y habilidades, y la construcción de un proyecto de vida, videos con casos reales y análisis del mismo, representaciones teatrales de gran impacto.

Durante el año se trabajarán acciones de promoción y prevención frente al consumo de sustancias psicoactivas en los grupos donde se identifique o se considere pertinente abordar el tema.

Marco conceptual

Transformaciones sociales y prevención en el ámbito educativo

La sociedad contemporánea ha experimentado profundos cambios que complejizan las relaciones intrapersonales e interpersonales, transformando la jerarquía de valores y priorizando aspectos materiales sobre el desarrollo integral del ser. En este contexto, la promoción de relaciones sociales saludables se convierte en un elemento clave para garantizar estabilidad emocional, coherencia entre pensamiento y acción, y calidad de vida. Los proyectos educativos institucionales (PEI) deben articular estrategias preventivas que promuevan estilos de vida saludables y un manejo adecuado de los factores de riesgo asociados al consumo de sustancias psicoactivas (SPA).

Prevención: Concepto y estrategias

La prevención se define como el conjunto de actividades organizadas en un programa, cuyo objetivo es desarrollar resistencia individual y social frente a problemáticas psicosociales. En el ámbito escolar, esto implica diseñar estrategias informativas y formativas que permitan abordar los riesgos relacionados con el consumo de SPA desde una perspectiva integral.

Sustancias psicoactivas: Definición y riesgos

Las sustancias psicoactivas (SPA) son compuestos químicos que, al ser absorbidos por el organismo, actúan sobre el sistema nervioso central, alterando la percepción, el estado de ánimo, la conciencia y el comportamiento. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), estas sustancias poseen un potencial adictivo que puede llevar a la aparición de conductas repetitivas orientadas a su consumo, así como a efectos tóxicos y riesgosos para la salud. El consumo crónico de SPA provoca cambios adaptativos en las neuronas, generando tolerancia (necesidad de aumentar la dosis para obtener el mismo efecto) y síndrome de abstinencia en caso de suspensión abrupta.

Factores asociados al consumo

El potencial adictivo de las SPA depende de múltiples factores, como sus características farmacológicas, la dosis consumida y el tiempo de exposición. Sustancias como el etanol, la nicotina, la cocaína y los opiáceos son ejemplos de SPA con alta capacidad de estimular los sistemas dopaminérgicos del cerebro, induciendo conductas adictivas. Por otro lado, medicamentos como los antidepresivos o neurolépticos, aunque pueden generar dependencia fisiológica, carecen de este potencial adictivo.

Construcción de proyectos de vida y redes de apoyo

El concepto de sí mismo es esencial para todas las etapas del desarrollo humano. Promover el reconocimiento de las capacidades individuales y sociales contribuye al establecimiento de un proyecto de vida sólido, que priorice el autocuidado y la responsabilidad social. En este proceso, la familia y el grupo de pares desempeñan un rol fundamental como espacios de seguridad, bienestar y fortalecimiento de la autoestima y los valores compartidos.

El síndrome de dependencia a sustancias psicoactivas es un fenómeno multidimensional influido por factores biológicos, psicológicos y sociales que interactúan entre sí. A continuación, se describen los principales conceptos y elementos relacionados con este fenómeno, organizados según su relevancia etiológica y clínica.

Factores Etiológicos

La etiología del síndrome de dependencia se entiende como un proceso dinámico en el que los factores biológicos, psicológicos y sociales predisponen al inicio del consumo y su posterior cronificación.

1. Factores Biológicos

Estudios en familias con antecedentes de consumo de alcohol sugieren una predisposición genética, aunque también puede explicarse a través de procesos de aprendizaje. Investigaciones en gemelos y niños adoptados refuerzan la idea de una mayor vulnerabilidad en hijos de padres con dependencia, quienes presentan un riesgo cuatro veces mayor de desarrollar esta condición. Sin embargo, esto no excluye a otras personas del riesgo.

Adicionalmente, las sustancias psicoactivas clasificadas como dependientes estimulan los trayectos dopaminérgicos mesolímbico y mesocortical, fundamentales en la génesis de la dependencia. La plasticidad del sistema nervioso central, que se adapta a la presencia prolongada de sustancias a través de modificaciones en receptores y metabolismos, es otro factor relevante.

2. Factores Psicológicos

No existe evidencia de una personalidad adictiva específica. Sin embargo, trastornos como la sociopatía y la personalidad emocionalmente inestable tipo borderline muestran una mayor asociación con el consumo de sustancias. Los síndromes ansiosos y depresivos también predisponen al inicio del consumo, siempre que precedan a este y no sean consecuencia del mismo. Aunque el 30% de las personas con dependencia presenta diagnósticos psiquiátricos asociados, estos suelen ser secundarios al consumo.

3. Factores Sociales

Los factores socioculturales varían según el contexto geográfico y están influenciados por elementos como la disponibilidad de sustancias, las normativas legales que regulan su acceso, y las campañas publicitarias que promueven el consumo de sustancias aceptadas socialmente. La presión social y la necesidad de pertenencia a ciertos grupos también juegan un papel determinante en la cadena causal.

Conceptos Relacionados con el Consumo de Sustancias

Los términos asociados al consumo de sustancias describen diferentes comportamientos humanos y poseen connotaciones diversas que deben ser precisadas:

1. Consumo

Se refiere a la ingesta de sustancias que actúan sobre el sistema nervioso central, con efectos dosis-dependientes. Mientras el consumo moderado puede estar definido para sustancias como el alcohol, no ocurre lo mismo con otras drogas psicoactivas.

2. Consumo Excesivo, Uso Indebido y Abuso

Estos términos implican alteraciones conductuales o problemas relacionados con el consumo. El abuso, según el *DSM-IV*, es un patrón mal adaptativo de uso de sustancias que causa deterioro significativo en áreas ocupacionales, legales o interpersonales, y debe evidenciarse durante un período mínimo de un año.

Síndrome de Dependencia

El síndrome de dependencia es un estado neuroadaptativo resultante del consumo prolongado de sustancias psicoactivas. Se caracteriza por tres componentes esenciales:

1. **Nivel Biológico:** Incluye tolerancia (necesidad de dosis mayores para lograr el efecto deseado) y abstinencia (síntomas físicos y psicológicos ante la supresión abrupta de la sustancia).
2. **Nivel Comportamental:** La búsqueda constante de la sustancia y el consumo estereotipado desplazan otras actividades cotidianas.
3. **Nivel Cognitivo:** Disminución del autocontrol y aparición de ansias intensas por el consumo.

Fenómenos Asociados

- **Tolerancia:** Representa la adaptación del sistema nervioso central al consumo prolongado, manifestada como una necesidad de aumentar las dosis para alcanzar los mismos efectos.
- **Abstinencia:** Síndrome resultante de la interrupción del consumo, caracterizado por síntomas específicos para cada sustancia, como hipertensión, taquicardia y angustia.
- **Búsqueda y Consumo Estereotipado:** El consumo se convierte en la actividad predominante en la vida del individuo, desplazando otras motivaciones o contextos iniciales.
- **Disminución del Autocontrol:** El individuo percibe dificultades para regular la cantidad de sustancia consumida, lo que perpetúa el patrón de dependencia.

El consumo de sustancias psicoactivas se clasifica en diferentes formas según su intensidad, frecuencia y el impacto que tiene en la vida del individuo. Estas clasificaciones proporcionan una comprensión del proceso evolutivo que va desde el primer contacto con la sustancia hasta las fases más avanzadas de la dependencia. A continuación, se describen las principales clasificaciones del consumo de drogas, tomando como base las definiciones propuestas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la UNESCO y el Dr. Orlando Tamayo, psiquiatra colombiano.

Clasificación según la OMS

La OMS, en su informe técnico 516, define las siguientes formas de consumo de drogas, según su frecuencia y

sus implicaciones en la vida del consumidor:

1. **Experimental:** El consumo es ocasional y se realiza una o varias veces, sin que se repita posteriormente. En esta fase, la persona prueba la sustancia sin desarrollar un patrón continuado de consumo.
2. **Ocasional:** El consumo es intermitente, pero no se llega a desarrollar dependencia. Este tipo de consumo se presenta en momentos específicos sin que interfiera significativamente en las actividades diarias del individuo.
3. **Episódico:** El consumo se asocia a actividades sociales o recreativas, y puede durar desde una hora hasta varios días. En esta fase, la persona consume de manera ocasional, pero con una duración más extensa y un vínculo con contextos sociales.
4. **Sistemático:** El consumo es frecuente y ya se ha desarrollado tolerancia y dependencia. Este es el tipo de consumo característico de las drogodependencias, en el cual el individuo no puede prescindir del consumo de la sustancia para funcionar en su vida diaria.

Clasificación según la UNESCO

La UNESCO también distingue diferentes formas de consumo de drogas, adaptadas a diversos contextos socioculturales:

1. **Experimental:** El consumo es fortuito y de corta duración, impulsado por la curiosidad o la presión de grupo. La persona prueba la sustancia sin desarrollar un patrón recurrente de consumo.
2. **Ocasional:** Se trata de un consumo intermitente, que se realiza principalmente en contextos sociales y recreativos. Aunque la persona puede discriminar las sustancias que prefiere, el riesgo de dependencia aumenta si el consumo se repite con frecuencia.
3. **Habitual:** Este consumo se realiza de manera diaria, con el objetivo de aliviar el malestar psicoorgánico generado por la dependencia. El individuo se ve obligado a consumir para poder llevar a cabo sus actividades cotidianas. Aunque el comportamiento de consumo no presenta alteraciones graves, la persona dedica una parte significativa de su tiempo a la búsqueda y el consumo de la droga.
4. **Compulsivo:** El consumo es intenso y frecuente, realizado varias veces al día. En esta fase, el comportamiento del individuo se ve profundamente alterado, con consecuencias graves en su vida familiar, escolar, laboral y social. La incapacidad de enfrentar los problemas diarios es evidente, y el consumo se realiza en aislamiento, con el fin de aliviar los síntomas de abstinencia.

Clasificación propuesta por el Dr. Orlando Tamayo

El Dr. Orlando Tamayo, psiquiatra colombiano, propone una clasificación más precisa y detallada basada en su experiencia con pacientes drogodependientes. Esta clasificación distingue las siguientes etapas de consumo:

1. **Experimentador:** El individuo consume de manera esporádica, impulsado por la curiosidad o la presión de grupo. El consumo no tiene un impacto significativo en la vida del individuo, y generalmente se realiza en situaciones sociales.
2. **Usador Social:** El consumo se repite con cierta frecuencia, vinculado a actividades recreativas o sociales. Sin embargo, el consumo no interfiere de manera significativa con las actividades cotidianas y

no presenta una dependencia clara.

3. **Buscador:** La droga comienza a ser necesaria para realizar ciertas actividades, como las sociales, académicas o laborales. El individuo comienza a planificar su consumo y a buscar la droga con frecuencia, desarrollando tolerancia y comenzando a experimentar signos de dependencia.
4. **Disfuncional:** En esta fase, la dependencia y la tolerancia están claramente establecidas. El consumo de la droga genera problemas significativos en áreas clave de la vida del individuo, como la familia, el trabajo y la economía.
5. **Destructivo:** Es la fase final del proceso de dependencia. El individuo experimenta un deterioro personal, familiar y social significativo. El consumo de drogas ha alcanzado un nivel tan grave que la persona ha "tocado fondo", con consecuencias devastadoras en todos los aspectos de su vida.

El consumo de drogas es una problemática global que afecta la salud física y mental de los individuos, así como su entorno social, familiar y educativo. A través de un enfoque preventivo integral, las instituciones educativas pueden desempeñar un papel clave en la reducción del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y en la promoción de estilos de vida saludables.

1. Enfoque Integral de Prevención

La prevención del consumo de drogas debe ser abordada desde un enfoque integral que contemple diversas dimensiones del individuo, incluyendo su bienestar físico, emocional, social y psicológico. El proyecto debe tener en cuenta la prevención primaria (evitar el inicio del consumo), secundaria (intervención temprana) y terciaria (tratamiento y rehabilitación en casos de dependencia).

2. Factores de Riesgo y Protección

El proyecto debe identificar y abordar los factores de riesgo y protección relacionados con el consumo de drogas. Estos factores influyen en la probabilidad de que un estudiante inicie o mantenga un comportamiento de consumo problemático.

- **Factores de Riesgo:** Condiciones sociales, familiares y personales que aumentan la vulnerabilidad al consumo de sustancias, como la falta de apoyo familiar, el aislamiento social, y la presión de grupo.
- **Factores de Protección:** Aquellos que pueden reducir la probabilidad de consumo, tales como un entorno familiar y escolar saludable, relaciones positivas con los compañeros, habilidades sociales adecuadas, y el acceso a actividades recreativas y educativas.

3. Educación y Sensibilización

Es crucial que el proyecto incorpore actividades educativas que sensibilicen a los estudiantes sobre los efectos negativos de las drogas. Estas actividades deben ser adaptadas a las edades y contextos de los estudiantes e incluir:

- **Charlas, talleres y seminarios** sobre el impacto físico, psicológico y social del consumo de sustancias.
- **Campañas de sensibilización** dentro de la escuela y en la comunidad, con el fin de promover la prevención y visibilizar la problemática del consumo.
- **Actividades lúdicas y creativas**, como juegos, teatro y actividades deportivas, que promuevan la

expresión y refuercen el valor de una vida libre de drogas.

4. Capacitación del Personal Docente

El rol del docente es fundamental en la implementación de un proyecto de prevención. Los maestros deben recibir formación continua en:

- **Detección temprana de señales de consumo:** Capacitar al personal para reconocer los signos de consumo en los estudiantes y saber cómo actuar ante situaciones sospechosas.
- **Intervención y apoyo emocional:** Enseñar a los docentes estrategias para brindar apoyo emocional a los estudiantes en riesgo de consumir drogas o aquellos que ya lo hacen.
- **Manejo de situaciones conflictivas:** Brindar herramientas a los educadores para manejar situaciones de presión grupal y de conflicto que puedan inducir a los estudiantes a consumir.

5. Estrategias de Intervención y Apoyo Psicosocial

El proyecto debe prever acciones para el acompañamiento a estudiantes que muestren patrones de consumo, tales como:

- **Programas de acompañamiento psicológico:** Brindar apoyo individual y grupal a los estudiantes que hayan comenzado a experimentar el consumo de drogas, a través de orientación profesional que les ayude a comprender las causas y consecuencias de su comportamiento.
- **Red de apoyo social:** Crear alianzas con organizaciones externas que ofrezcan servicios de rehabilitación, como centros de salud mental, terapeutas y grupos de apoyo.
- **Fortalecimiento de la familia:** Incluir en el proyecto estrategias de involucramiento de las familias en el proceso educativo, informándolas sobre los riesgos y cómo pueden apoyar a sus hijos en la prevención y el tratamiento de la adicción.

6. Participación Activa de la Comunidad

La comunidad juega un papel fundamental en la prevención del consumo de drogas. El proyecto debe integrar a la comunidad escolar y local a través de actividades que fomenten la colaboración y el trabajo conjunto. Algunas acciones clave son:

- **Proyectos comunitarios de prevención:** Implicar a padres, líderes comunitarios y organizaciones no gubernamentales en el diseño y ejecución de actividades preventivas.
- **Eventos y campañas informativas:** Organizar ferias de salud, jornadas de prevención, y actividades artísticas y culturales que sirvan como canales para sensibilizar a la comunidad sobre los efectos negativos del consumo de drogas.

7. Evaluación y Monitoreo Continuo

Es crucial que el proyecto incluya mecanismos de evaluación y monitoreo para asegurar su efectividad. Esto implica:

- **Evaluaciones periódicas** de las actividades del proyecto para medir el impacto en los estudiantes y en la comunidad educativa.
- **Monitoreo de los indicadores de consumo** a nivel escolar, con el fin de detectar tendencias y ajustar las estrategias de intervención de manera oportuna.

Bibliografía

- Del individuo al colectivo de la persona a la ciudadanía. Manual de intervención psicosocial. (2007). OIM, Alcaldía de Medellín.
- Habilidades para la vida – Instituciones educativas y espacios libres de tabaco, alcohol y otras drogas. (2009). Gobernación de Antioquia DSSA Medellín.
- La tutela y el derecho a la salud. (2012). Recuperado de <http://www.defensoria.org.co/red/anexos/publicaciones/tutelaDerechoSalud2012.pdf>
- Las drogas y la escuela. (2013). Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos12/ldrogsy/ldrogsy.shtml#ixzz2hXpvjYXk>
- Ledesma Ramón. (2006). Talleres de prevención de las conductas adictivas. Instituto Ferrini.
- Ley 1566 (2012). Recuperado de <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Leyes/Documents/ley156631072012.pdf>
- Ley de educación 115.
- Lineamientos Hemisféricos OEA-CICAD. (2004). Cómo prevenir el uso de drogas en niños y adolescentes: Una guía basada en evidencias científicas (2ª ed.). Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA). Publicación No. 04-4214. NIH.
- Lorenzo, P., et al. (2009). Drogodependencias. Farmacologías. Patologías. Psicología. Legislación. Ed. Médica.
- Manual para la prevención del consumo de drogas. (s.f.). Proyecto de descentralización de Políticas de Drogas en los países Andinos. Perú. PDF.
- Martín del Moral, M., & Lorenzo Fernández, P. (2013). Conceptos fundamentales en drogodependencias. Recuperado de <http://libreria8a.com/1591/pdf/Works.3749.Sample.pdf>
- National Institute on Drug Abuse (NIDA). (s.f.). Alucinógenos. Recuperado de <http://www.nida.nih.gov/ResearchReports/Alucinogenos/alucinogenos2.html>
- Orientaciones generales para la detección precoz del consumo de drogas. (2013). Recuperado de http://www.senda.gob.cl/wpcontent/uploads/2011/03/ORIENTACIONES_DETECCION_PRECOZ.pdf
- Política de Salud Mental, resolución 2358. (1998). Recuperado de <http://www.minsalud.gov.co/Normatividad/RESOLUCI%C3%93N%202358%20DE%20>

[1998.pdf](#)

- Quiroz, M., & Ruiz, J. (2004). Módulo de prevención y promoción, Maestría en Drogodependencias, Universidad de Deusto. España.
- Superintendencia de educación escolar. (2013). Recuperado de http://www.supereduc.cl/index2.php?id_seccion=4335&id_portal=82&id_contenido=21553

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2024		
PROYECTO SPAM		
TRANSICIÓN Y BÁSICA PRIMARIA Y CAMINAR EN SECUNDARIA		
FECHA	ACTIVIDAD	RESPONSABLES
Primer periodo	Sensibilizar a la comunidad educativa frente a los factores de riesgo y factores protectores en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y en la toma de decisiones para la construcción de su proyecto de vida.	Santiago Londoño Agudelo/ Diana Melys Rivera/ equipo de psicología/ estudiantes de 11°
Segundo periodo	Metodología: lúdica, reflexiva y constructiva que permita la construcción de saberes a través de diferentes bases dirigidas por los estudiantes del grado 11° y con el acompañamiento de los docentes encargados del proyecto.	Santiago Londoño Agudelo/ Diana Melys Rivera/ equipo de psicología/ estudiantes de 11°
Tercer periodo	Debate abierto: Fomentar la reflexión sobre las consecuencias del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y permitir que los estudiantes, a través de un enfoque constructivista, puedan expresar sus pensamientos y reflexiones en un formato creativo y participativo.	Santiago Londoño Agudelo/ Diana Melys Rivera/ equipo de psicología/ estudiantes de 11°

Recursos

Humanos: Personal administrativo, docentes, estudiantes, padres de familia y entidades externas.

Físicos: Aulas de clase, biblioteca, Fotocopias, elementos para video, grabadora, Video Beam.

Seguimiento – Evaluación 2023

FORTALEZAS	DEBILIDADES
<p>*La participación de los carruseles de las temáticas reflexivas en torno a los factores de riesgo y factores protectores frente al consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>*Disposición activa y positiva por parte de los estudiantes frente a las diferentes actividades.</p> <p>*Capacitación a docentes sobre temas del consumo, rutas y protocolos de atención con profesionales del programa entorno escolar protector.</p>	<p>*Fortalecer las acciones de promoción y prevención y la salud mental de la comunidad educativa.</p> <p>*Por las mismas dinámicas institucionales no se logra ejecutar el 100% de las actividades propuestas.</p>

ANEXOS

TALLERES

ACCIONES DESDE PREESCOLAR A QUINTO:

Estos talleres se deberán adecuar de acuerdo con el grupo en el cual se esté trabajando como la edad de los participantes.

En este proceso estudiantes podrán desarrollar competencias ciudadanas cognitivas, emocionales y comunicativas.

Taller Uno: Conociéndome:

TEMA: La autoestima.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas.

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual:

Se les pide a los estudiantes que dibujen un cuerpo humano que los represente. Una vez hayan terminado el dibujo, se les sugiere que al lado escriban lo que piensan de ellos mismos, para preescolar y primero se les pide que dibujen caritas felices o tristes de acuerdo a la parte que les gusta no les gusta. Los niños de segundo a quinto pueden escribir por ejemplo al lado de la boca lo que dicen las personas más cercanas de ellos; al lado del corazón, los nombres de las personas que más importantes en su vida, al lado de las manos, lo que han hecho con su propio esfuerzo, al lado del pie derecho las metas que tienen, al lado del pie izquierdo los obstáculos que han impedido salir adelante.

Actividad grupal: se les pide a los estudiantes que peguen su dibujo en un lugar del salón, o en su cuaderno, y se motiva a que los estudiantes hablen acerca de su dibujo.

Cierre y conclusiones: Se hace una reflexión alrededor de la autoestima y la importancia de querernos tal y como somos. Se pide a los estudiantes que saquen algunas reflexiones sobre el trabajo y se hace devolución al grupo de cómo se portó, que logros tuvieron. Y se cierra el trabajo.

Dato para el docente: (el docente puede ampliar el tema estudiando en que consiste la autoestima y la importancia de la misma): la autoestima se entiende como el valor que un sujeto otorga a la imagen que tiene de sí mismo. Se considera positiva cuando el individuo se respeta y estima, sin considerarse mejor o peor que los demás, es decir, cuando se acepta, y reconoce sus capacidades, y limitaciones. La autoestima negativa implica la no aceptación del propio ser y lleva a la persona a la insatisfacción y al descontento consigo misma.

Variantes:

Antes de dar el tema sobre la autoestima, se puede pedir a los estudiantes que desarrollen una entrevista a alguien cercano acerca de su deporte favorito, que le gusta hacer, la comida que más le gusta, que piensa de sí mismo.

Que los estudiantes elaboren un acróstico sobre su nombre.

Que los estudiantes realicen una sopa de letras con los términos que componen la palabra autoestima.

Producto: en el cuaderno de ética debe quedar consignada la actividad con las reflexiones realizadas por el grupo, o con el dibujo que hicieron o la variante que el docente haya considerado mejor se ajuste a los logros de su **Duración: 40 minutos.**

Materiales: lápices y hojas.

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual:

Se les pide a los estudiantes que escriban en su cuaderno qué tipo de cuidados tengo con mi cuerpo, ¿cómo lo ejercito, lo agredo? ¿De qué manera? ¿duermo bien, me alimento bien? Para preescolar y primero se les lee un cuento sobre la importancia del baño, de cuidado del cuerpo, que ha bien tenga el docente, luego se les pide que hagan un dibujo libre sobre lo que aprendieron sobre el cuidado del cuerpo, en este punto se puede introducir el no recibir cosas de extraños, hablar con el papa o la mama.

Actividad grupal: Luego se dividen por subgrupos de acuerdo al número de participantes y se les pide que de acuerdo a las características que cada uno encontró realicen una representación de estas características del grupo, se les da tiempo para que se preparen estas características las pueden representar con un drama, un dibujo, una copla, etc., luego se socializa, la actividad de cada grupo.

Cierre y conclusiones: se hace una plenaria pidiendo a los participantes que nombren cuales fueron las acciones que realizan para cuidar su cuerpo.

Dato para el docente: el autocuidado es una práctica que permite que los seres humanos incorporen en sus vidas comportamientos y hábitos saludables o positivos para su vida diaria, por ejemplo: hacer deporte, comer bien, dormir bien, salir a compartir con la familia, recrearse, entre otros.

Variantes:

Se puede proponer realizar una entrevista a sus familiares de cómo se cuidan, y luego socializarla en el grupo.

Hacer un mural grupal sobre la importancia de cuidar el cuerpo.

Estudiar la biografía de un personaje, atleta, deportista.

Producto: Que en el cuaderno de ética quede consignada la actividad sobre el autocuidado. También puede quedar la variante que ha bien considere el docente incluir.

Taller cuatro: El cuidado

Taller dos: lo que más me gusta de mí.

Tema: el auto concepto

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas.

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual:

Se les pide a los estudiantes que escriban en su cuaderno autoconcepto, a los niños de preescolar y primero se le da un trozo de plastilina y se les pide que moldeen una cualidad que ellos tengan se les explica que es una cualidad, luego se les pide que escriban lo que más les gusta de sí mismos, (características de su manera de ser y de actuar que los hacen valiosos como personas), por ejemplo, mi sentido del humor, soy amistoso o amistosa.

Actividad grupal: Luego se dividen por subgrupos de acuerdo con el número de participantes y se les pide que de acuerdo a las características que cada uno encontró realicen una representación de estas características del grupo, se les da tiempo para que se preparen estas características las pueden representar con un drama, un dibujo, una copla, etc., luego se socializa, la actividad de cada grupo.

Cierre y conclusiones: se hace una plenaria pidiendo a los participantes que nombren cuales fueron los valores que identificaron en cada grupo de trabajo.

Dato para el docente: el autoconcepto es la manera que pensamos de nosotros mismos, involucra dimensiones como el concepto real: que hace referencia a las percepción que el individuo va formando de su persona a través de las experiencias con los demás, con las comparaciones que le conducen a conclusiones sobre quién es , abarca los aspectos personales (físicos, intelectuales, espirituales, emocionales, sociales) ; el concepto ideal que se refiere a cómo desea ser, tomado como referencia modelos de personas presentes en su vida.

Variantes:

Se puede proponer realizar una cartelera grupal con la foto de cada estudiante donde escriba sus cualidades y valores.

Hacer un mural grupal sobre la importancia de quererse y pensar bien de uno mismo.

Estudiar la biografía de un personaje, puede ser de la familia o de la vida nacional o internacional que haya salido adelante, enfrentando las dificultades, resaltando los valores aspectos positivos de esta persona, y hacer una mesa redonda para que cada estudiante hable de sus personajes.

Producto: Que en el cuaderno de ética quede consignada la actividad sobre el autoconcepto. También puede quedar la lista de las cualidades de cada estudiante o la variante que haya elegido.

Taller tres: autocuidado

Tema: el auto cuidado.

do mis sentidos

Tema: cuido mis sentidos.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: Se les pide a los estudiantes que escriban en su cuaderno cuido mis sentidos, para los niños de preescolar y primero se les pide que dibujen cada uno de los sentidos del cuerpo humano y luego se hace una plenaria preguntándole a los niños y niñas de qué maneras podemos cuidar nuestros sentidos.

Actividad grupal: Luego se dividen por subgrupos de acuerdo al número de participantes, entre los que se pueda repartir cada uno de los sentidos: olfato, visión, audición, gusto, tacto, y diferentes posturas corporales. En un tiempo de 10 a 15 minutos, cada grupo deberá generar la mayor cantidad de formas de cuidar el sentido que le haya tocado.

Cierre y conclusiones: se hace una plenaria pidiendo a los participantes que nombren cuales fueron las formas que encontraron para cuidar cada sentido, identificando las formas más fáciles y accesibles de asumir.

Dato para el docente: de acuerdo a la propia experiencia hablar acerca de la forma en que debemos cuidar nuestros sentidos, evitando exponerse a ruidos, olores fuertes, entre otros. En este aspecto se pueden dar algunos datos de cuidado personal y la forma en que evitamos accidentes.

Variantes:

Se puede realizar una representación de personas que hayan tenido accidentes por no haber generado las precauciones necesarias para realizar un trabajo o labor. (Quedarse ciego por introducirse un objeto en el ojo, jorobarse por no asumir una posición corporal adecuada, entre otros)

Realizar una cartelera en el cuaderno de cómo cuidar los sentidos o cómo prevenir accidentes.

Hacer un mapa familiar de las acciones que en familia se realizan para favorecer el cuidado de los sentidos.

Producto: Que en el cuaderno de ética quede consignada la actividad sobre: cartel, dibujo, o ficha familiar.

Taller cinco: expresándome

Tema: el afecto

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas.

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual:

Se les pide a los estudiantes que escriban en su cuaderno el tema expresándome

Actividad grupal: Con anterioridad el docente ha realizado entre 15 y 20 tarjetas o el número de estudiante que tenga el grupo, que representan la manifestación de un sentimiento, consignado en ellas por ejemplo: sonreír, hablar amablemente, gritar, ira, amor, etc., para los niños de preescolar y primero se preparan tarjetas con imágenes, de manera alternativa cada estudiante tomará una tarjeta y realizará movimientos gestuales o corporales que indiquen el sentimiento que está consignado en cada tarjeta. El resto del grupo deberá decir cuál es el sentimiento que se acaba de expresar.

Cierre y conclusiones: se hace una lluvia de ideas con el grupo reflexionando sobre lo siguiente:

Las personas pueden transmitir un mensaje con gestos, o con su cuerpo, y simultáneamente con sus palabras.

Que expresiones de afecto manifestamos más frecuentemente.

Cuáles son las emociones que más experimentas en tu vida, cuáles son benéficos para ti.

Cómo expreso el afecto.

Luego de esto el docente puede intervenir sobre los comentarios, y proporcionar elementos para resaltar la importancia de expresar afecto, o disgusto de forma asertiva.

Dato para el docente: El afecto es un conjunto de sentimientos que surgen en relación con el mundo, y la intensidad con que los expresamos depende de cada persona y su relación con el mundo, todas las personas contamos con manifestaciones de afecto que son fundamentales para darle sentido a la existencia, tenemos las caricias, los besos, los abrazos, las palabras, la confianza, aconsejar, criticar de forma positiva, corregir, escuchar, apoyar, respetar las decisiones del otro, etc.

Variantes:

Pedir a los estudiantes que realicen una sopa de letras con relación al afecto.

Dejar de forma libre que los niños y niñas escriban una carta o realicen una postal a alguien a quien deseen expresarles afecto.

Pedir a los estudiantes que realicen una lista de manifestaciones de afecto que realizan en su familia.

Producto: Que en cuaderno de ética quede consignada la actividad. También puede quedar la sopa de letras o la variante que haya elegido el docente para abordar el tema.

Taller seis: ¿mi afectividad qué?

Tema: me pregunto sobre mi afectividad

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: Se les pide a los estudiantes que escriban en su cuaderno el tema correspondiente. Para los niños de preescolar y primero se les lee un cuento, y luego se lee el cuestionario adaptando la pregunta según el grupo, y se les pide a los niños que respondan lo que piensan acerca de la pregunta. Al final pueden hacer un dibujo que ilustre la actividad.

Actividad grupal: Luego se dividen por subgrupos de acuerdo al número de participantes, y se les pide que respondan las siguientes preguntas:

Cuestionario:

¿Cuál es la manera más frecuente en que expreso afecto?

¿A qué personas les expreso afecto con mayor frecuencia y por qué?

¿A qué personas quisiera poder expresar mi afecto y no puedo por qué?

¿De qué personas quisiera recibir afecto más frecuentemente?

¿Qué tan amable soy con las personas que conozco?

¿Cómo expreso afecto a los amigos?

¿Cómo expreso afecto a mis familiares?

¿Cómo expreso afecto a mis compañeros de estudio?

¿Cómo expreso afecto a mis vecinos?

¿Cómo expreso afecto a mí mismo?

Cierre y conclusiones: se hace una plenaria pidiendo a los participantes que nombren cuales fueron las formas que encontraron para expresar afecto.

Dato para el docente: de acuerdo a la experiencia se puede reforzar el tema, hablando de la importancia de expresar afecto, como forma de fortalecer lazos.

Variantes:

El docente puede elegir una película o un video que habla del afecto.

También puede escoger un cuento o una historia que habla de la expresión del afecto.

A partir de allí genera reflexiones y conclusiones.

También se puede realizar un cartel con los estudiantes que habla de la importancia de la expresión del afecto, de sacar tiempo para disfrutar de una actividad, de compartir con las personas que amamos.

Producto: Que en cuaderno de ética quede consignada la actividad sobre: cartel, dibujo, o variante que se eligió.

Taller siete: me comunico

Tema: importancia de la comunicación.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas.

Actividad individual: Se les pide a los estudiantes que escriban en su cuaderno el tema correspondiente. Para los niños de preescolar y primero se les lee un cuento, y luego se les pregunta acerca de cómo se comunican los personajes. Para los grados de tercero en adelante se le pregunta qué en la comunicación o de qué manera nos comunicamos, o ante de realizar el trabajo se les puede pedir a los estudiantes que consulten acerca de los estilos de la comunicación.

Actividad grupal: el grupo se divide de a 5 personas (puede variar de acuerdo con la cantidad de personas que conforman el grupo, los grupos no deben quedar ni muy pequeños ni muy grandes)

Inicialmente, se explica que al finalizar la actividad cada equipo debe realizar el mismo dibujo que tiene el profe en sus manos, se la siguiente manera (el docente previamente ha seleccionado una imagen fácil de dibujar: un oso, un payaso, un niño comiendo helado; entre otros)

El docente tiene en sus manos el dibujo, luego un representante de cada grupo deberá pasar alrededor de donde está el docente, quién le mostrará el dibujo por un tiempo de tres segundos. Posteriormente, la persona que fue a ver el dibujo deberá contarles a sus compañeros lo que vio y hacer el dibujo de acuerdo con las indicaciones dadas. Después de dos o tres minutos pasará el segundo representante de cada equipo y realizará el mismo procedimiento y así sucesivamente hasta que todos los integrantes del grupo hayan pasado a ver el dibujo.

Cada equipo es autónomo en la manera de realizar el dibujo.

Al finalizar se recogen todos los dibujos y se pegan en el tablero o pared alrededor del dibujo original del docente. Esto con el objeto de observar cuál fue el que quedó igual, o cual es el más parecido.

Cierre y conclusiones: sobre el procedimiento anterior se inicia una reflexión, que puede iniciarse sobre las siguientes preguntas:

¿Cómo realizaron el dibujo?

¿Qué estrategias utilizaron?

¿Qué fue lo más fácil?

¿Cuáles fueron las mayores dificultades?

¿Porqué al finalizar el dibujo no quedó igual al original?

¿Cómo fue la comunicación entre ustedes para lograr el objetivo?

¿Qué formas distintas de la comunicación verbal utilizaron?

Dato para el docente: de acuerdo a la experiencia se puede reforzar el tema haciéndoles caer en la cuenta que el dibujo que fue elaborado es un mensaje distorsionado con respecto al original que tiene el docente. Comentar situaciones con las vivencias cotidianas de cada uno.

Variantes:

El docente puede elegir una película o un video que hable de la comunicación.

También puede escoger un cuento o una historia que hable de la comunicación.

Se puede adicionar dificultad al trabajo del dibujo, pidiéndoles a los estudiantes que no hablen, pero pueden utilizar otro medio para comunicarse ingeniándose la manera de transmitirle a sus compañeros lo observado

Producto: Que el en cuaderno de ética quede consignada la actividad sobre la comunicación. Y la reflexión que el estudiante realizó.

Taller ocho: Soy Asertivo

Tema: Derechos asertivos

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: escribir la palabra derechos asertivos, preguntar a los estudiantes que creen qué son y significan. El objetivo es reflexionar en torno a que cada uno tiene derechos y los otros tienen derecho a recibir de mí.

Individualmente responder las siguientes preguntas:

Yo tengo derecho a

En mi casa

En mi colegio

En mi grupo de amistades

Los otros tienen derecho a recibir de mí:

En mi casa

En mi colegio

En mi grupo de amistades

Actividad grupal: después de responder individualmente las preguntas, se forman grupos de acuerdo al total de participantes, y se les pide que compartan las opiniones de que cada uno construyo previamente, se les pide que traten de destacar con sus aportes al menos cinco derechos que los subgrupos creen tener en lo familiar, en el colegio, en lo social es decir con los amigos.

Cierre y conclusiones: luego de sacar las conclusiones de cada grupo, se socializa la construcción que cada grupo realizó.

Dato para el docente: la asertividad se puede definir como la capacidad que tenemos los seres humanos para afirmarnos a nosotros mismos, para defender los propios derechos, es decir, para comportarnos de acuerdo con el derecho que tenemos.

Esta habilidad consiste en comunicar nuestras creencias, sentimientos y opiniones de manera directa, honesta, adecuada, considerada, respetuosa y oportuna, para crear las condiciones que permitan eficacia, es decir conseguir aquello se propone y para establecer relaciones positivas.

Variantes:

Se pueden trabajar los derechos asertivos por partes hasta completar los 28 derechos, haciendo reflexiones alrededor de ellos.

Se puede abordar el derecho asertivo a decir no, reflexionando sobre la importancia de decir no, en que momentos decir no. Porque es bueno decir no.

Producto: un cartel, dibujo o reflexión sobre los derechos asertivos.

ANEXO: DERECHOS ASERTIVOS

Derechos Asertivos

Todo Ser humano tiene derecho a ser quien es y a expresar lo que piensa y siente. Cuando esto se hace de forma asertiva se asegura el máximo respeto por los demás y por uno mismo.

1. Algunas veces, usted tiene derecho a ser el primero.
2. Usted tiene derechos a cometer errores.
3. Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones y creencias.
4. Usted tiene derechos a cambiar de idea, opinión o actuación.
5. Usted tiene derecho a expresar una crítica y a protestar por un trato justo.
6. Usted tiene derecho a pedir una aclaración.
7. Usted tiene derecho a intentar cambiar lo que no le satisface.
8. Usted tiene derecho a pedir ayuda apoyo emocional.
9. Usted tiene derecho a sentir y expresar dolor.
10. Usted tiene derecho a ignorar los consejos de los demás.
11. Usted tiene derecho a recibir el reconocimiento por un trabajo bien hecho.
12. Usted tiene derecho a negarse a una petición, a decir no.
13. Usted tiene derecho a estar solo, aun cuando los demás deseen su compañía.
14. Usted tiene derecho a no justificarse ante los demás.
15. Usted tiene derechos a no anticiparse a los deseos y necesidades de los demás y a no tener que

intuirlos.

16. Usted tiene derecho a no anticiparse a los deseos y necesidades de los demás y a no tener que intuirlos.
17. Usted tiene derechos a no estar pendiente de la buena voluntad de los demás, o de la ausencia de mala idea en las acciones de los demás.
18. Usted tiene derecho a responder, o no hacerlo.
19. Usted tiene derecho a ser tratado con dignidad.
20. Usted tiene derecho a tener sus propias necesidades y que sean tan importantes como las de los demás.
21. Usted tiene derecho a experimentar y expresar sus propios sentimientos, así como a ser su único juez.
22. Usted tiene derecho a detenerse y pensar antes de actuar.
23. Usted tiene derecho a pedir lo que quiere.
24. Usted tiene derecho a hacer menos de lo que es capaz de hacer.
25. Usted tiene derecho a decidir qué hacer con su cuerpo, tiempo y propiedad.
26. Usted tiene derecho a hablar sobre el problema con la persona involucrada y aclararlo, en casos en que los derechos de cada uno no están del todo claros.
27. Usted tiene derecho a hablar sobre el problema con la persona involucrada y aclararlo, en casos en que los derechos de cada uno no están del todo claros.
28. Usted tiene derecho a hacer cualquier cosa, mientras no vulnere los derechos de otra persona.

Taller nueve: Autonomía.

Tema: Soy responsable

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: se les pide a los estudiantes que planteen ideas acerca de qué significa ser una persona responsable.

Por ejemplo, somos responsables cuando....

Para preescolar y primero se puede buscar un cuento sobre la irresponsabilidad, y hablar sobre los personajes. Hacer un dibujo libre sobre el texto que se leyó. O un socio drama con los personajes del cuento.

Actividad grupal:

Se divide el grupo en subgrupos de tres personas, y se les entrega copia de la lectura: Todo el mundo, Alguien, Cualquiera y Nadie. Dándole al equipo una la tarea de hacer el aseo del salón, al equipo dos la tarea de estudiar para el examen de ciencias, al equipo cuatro: llamar a los papás para notificarlos de algo muy importante. (se pueden elegir acciones a realizar según la cantidad de tareas a cumplir.

Luego de que cada grupo haya leído el texto propuesto, se les pide que reflexionen sobre las siguientes preguntas:

1. Qué mensaje o enseñanza nos deja a lectura.

2. Que reflexión se hace con respecto a la responsabilidad.
3. Hacer un socio drama sobre la lectura.

ANEXO LECTURA: TODO EL MUNDO, ALGUIEN, CUALQUIERA, Y NADIE.

TODO EL MUNDO, ALGUIEN, CUALQUIERA, Y NADIE

Esta es la historia de cuatro personas que vivían, en el país de Algún día será, que se llamaban: Todo el Mundo, Alguien, Cualquiera y Nadie.

Resulta que había una importante tarea para hacer y **Todo el Mundo**, estaba seguro que **Alguien** haría esta tarea, **Cualquiera** lo podía hacer, pero **Nadie** lo hizo.

Alguien se enojó, porque eso era un trabajo que debía a hacer **Todo el Mundo**, pero **Cualquiera** pensó que lo podía hacer, pero **Nadie** se dio cuenta que **Todo el Mundo**, no lo haría.

Al final, eso terminó en que **Todo el Mundo**, le echó la culpa a **Alguien**, cuando **Nadie** hizo lo que **Cualquiera** pudo hacer.

Cierre y conclusiones: al terminar las representaciones sobre la responsabilidad, reflexionar con el grupo sobre el tema pidiendo que cada uno saque una conclusión sobre lo que aprendió.

Dato para el docente: previamente leer sobre qué es la responsabilidad. O sobre la propia experiencia hacer aportes sobre el tema propuesto.

Variantes:

Plantearles a los estudiantes que realicen un collage con la palabra responsabilidad.

Hacer una sopa de letras.

Escoger una película respecto al tema y trabajar un cine foro.

Producto:

Reflexiones sobre la responsabilidad.

Taller diez: Toma de decisiones.

Tema: y quién decide.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: para preescolar y primero y segundo, se puede elaborar un semáforo y explicarle a los niños y niñas para que sirve un semáforo. y se le habla a los niños y niñas de las luces verde y que pasa, la amarilla y la roja. Luego de esta explicación se les plantea a los niños el juego de que ellos son autos y van por la por la vía, y se les dice si yo voy por la vía y le voy a pegar al amiguito que luz debe aparecer la luz verde, la roja o la amarilla. Y así sucesivamente, se le plantean diferentes acciones que

ayuden a los niños a continuar o a detenerse.

Invitar a los estudiantes a que realicen un listado de las situaciones cotidianas en las que ellos deben tomar decisiones:

DECISIONES	DE QUIÉN ES LA DECISIÓN	QUÉ PODRÍA PASAR
En esta columna se describen las decisiones en relación con a algunas situaciones por ejemplo (si te dicen que no hagas el examen de matemáticas) (si un amigo te dice que se roben el celular de un compañero) etc. Se les pueden plantear diferentes situaciones en las que se deba tomar una decisión.	Se analiza si para tomar la decisión influyó: un amigo, la familia, ha sido propia, las costumbres sociales, los medios de comunicación, otra persona.	En esta columna se escriben las consecuencias visibles o invisibles que pueden derivarse de las decisiones tomadas.

Actividad grupal: en trabajo por grupos se pide a los participantes que analicen cómo realizaron el trabajo.

Resolviendo las siguientes preguntas:

Los amigos pueden tener influencia para que tomemos una decisión acertada o no.

Qué puede ser una decisión acertada.

Porque tomamos decisiones. Lo hacemos de forma libre y sin presiones.

Cierre y conclusiones: Propiciar una reflexión sobre los aprendizajes de esta actividad, cerrando sobre las consecuencias que se deben enfrentar frente a la toma de decisiones.

Dato para el docente: la toma de decisiones permite manejar constructivamente las decisiones respecto a la propia vida, y la de los demás. Permite evaluar opciones y las consecuencias que estas pueden tener.

Variantes: trabajar el tema con el manejo de emociones.

Plantear la construcción de un acróstico.

Realizar una sopa de letras.

Producto: cuadro elaborado. Conforme a la instrucción.

OTRAS ACCIONES: generar articulación para el apoyo del proyecto con diferentes estrategias que ofrece el municipio de Medellín, para complementar el proceso realizado desde el área de ética.

Fomentar el cuidado del cuerpo y una vida sana desde la clase de educación física.

ACCIONES DESDE SEXTO A ONCE DE BACHILLERATO.

Taller Uno –

Objetivo: reflexionar en torno a las características del problema de consumo de drogas en nuestro medio.

Tema: El consumo y población afectada.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas. Antes de iniciar el trabajo con el grupo, puede pedir a los estudiantes que reflexionen sobre las siguientes preguntas o las consulten en bibliotecas o por internet:

1. ¿Por qué se habla tanto actualmente del problema de consumo de drogas?
2. ¿Crees que este problema en nuestro país se ha reducido o ha aumentado?
3. ¿Cuál crees que es la población más afectada?
4. ¿Qué opinión te merece este asunto?

Actividad individual: leer el siguiente texto a los jóvenes para luego desarrollar un cuestionario personal:

PENSALO BIEN (Tomado de Talleres de Prevención de conductas adictivas Ferrini. Ramón Ledesma)

Según el Filósofo Jeremy Bentham: “la Naturaleza ha puesto a la humanidad bajo el gobierno de dos amos soberanos, el dolor y el placer. Son ellos quienes señalan lo que debemos hacer y quienes determinan lo que finalmente hacemos. El hombre en su existencia siempre busca dar un rodeo para evitar el dolor tratando de hallar de alguna manera el placer en sus acciones. La vida misma se encarga de señalarle que este rodeo en muy pocas oportunidades es posible por múltiples factores, ya sea orgánicos, socioculturales, psicológicos, etc.

¿quién dijo que vivir era una tarea fácil? En toda nuestra existencia os estamos confrontando siempre con las dificultades y los problemas. Desde que nacemos nos encontramos con la dura realidad de la muerte, el hecho de ser seres mortales nos hace sufrir, así lo intentemos disimular. Tal situación se suma a nuestra fragilidad, nuestro cuerpo se puede ver sometido a dolores y enfermedades, unas se pueden curar otras no. Pero sin lugar a duda, lo que más nos hace sufrir es el encuentro con el otro. Como se dijo, la muerte se disimula día a día tras la ilusión de la inmortalidad, el cuerpo se puede cuidar previniendo las dolencias, sin embargo, el encuentro con el otro siempre genera inestabilidad por su carácter ambivalente, es decir, por su ir y venir entre el dolor y la alegría, no es sino observar una relación afectiva, en ella nunca se logra la perfección, pues unas veces se ama y otras veces se odia, por ahí dicen que amor y odio son las dos caras de la misma moneda. Pero ¿toda esta carreta para qué?

Recuerda que al principio se dijo que la vida estaba enmarcada entre los dominios de dos amos: el dolor y el placer, y que el hombre siempre estaba en búsqueda de placer, pues sí. El hombre ante ese dolor que genera la existencia ha creado muchas formas de hacerle frente, a la cabeza de ellas están las religiones que dan cierta esperanza frente a este “valle de lágrimas”, luego estarían las fiestas, las diversiones y las creaciones artísticas como productos culturales que permiten un desfogue de dolor y del sufrimiento y, por último estarían los denominados por Freud quitapenas, esto es, sustancias anestésicas frente a ese dolor, que desde tiempos inmemorables han sido usadas por el hombre con fines mágicos, religiosos, lúdicos, afrodisíacos, bélicos, medicinales; y en nuestra época como un objeto-mercancía que se produce se comercia y se consume a gran escala, sin un sentido claro para quien es usuario del mismo. Cada época y cada hombre le ha puesto o ha construido un sentido a su adicción. Pero qué sentido puede tener embarcarse en esos viajes que ellos dicen tener...cada quien construye su propia respuesta, unos deciden rendirse, y dejarse llevar, otros se resisten y luchan, ¿cuál es tu decisión?

Pregúntate:

1. ¿Has pensado en algún momento en buscar salida ante tus problemas mediante el consumo de una sustancia psicoactiva cualquiera? ¿Por qué? ¿cuáles son los motivos que te han llevado a esto?
2. ¿Pensas que las drogas efectivamente son quitapenas?
3. Desde tu punto de vista, ¿tiene sentido consumir para anesthesiarse ante los problemas cotidianos? O ¿cuál es la mejor forma de tratar estos problemas?
4. Desde tu punto de vista, ¿Por qué las personas en nuestro mundo actual se muestran tan débiles y desesperanzadas frente a la vida y los retos que ella a diario genera?
5. ¿Has pensado que lograras la felicidad comprando objetos?, o para ti, ¿Dónde se puede encontrar la felicidad?

Actividad grupal: tú lo has visto, nuestra época cada día impone un mandato, consumir más y más, así no se necesite, ya no se miran unos tenis por su utilidad real sino por su marca, al igual que la ropa, a esto se le suma el constante bombardeo de objetos novedosos y llamativos por sus características y por lo que prometen, lograr la felicidad. Pero ¿la felicidad y el bienestar si se pueden logra por este medio? Es innegable que una persona se siente mejor transportándose en su propio automóvil, que, en transporte público, pero ¿tener un carro le arregla la vida y le permite superar los obstáculos existenciales a una persona? Sabes, es paradójico, en nuestra época, donde tenemos mayor tecnología a nuestro alcance, donde con un solo clic nos comunicamos con el mundo, donde las enfermedades mortales son cada vez menos, donde las personas tienen acceso a mayores comodidades. Los seres humanos se sienten más solos y deprimidos, los suicidios aumentan por montón y las adicciones pululan.

Dividir el grupo en equipos y permitir que los jóvenes realicen estas reflexiones y expongan su crítica, o su favor frente a estos puntos a través de una composición, una copla, un grafiti, etc.

Cierre y conclusiones: escuchas las conclusiones de los jóvenes, dejando el tema abierto, invitándoles a asumir una postura ética frente a las propias elecciones.

Dato para el docente: En la Antigua Grecia, existió Aristóteles, un filósofo que sabía de: matemáticas, física, geometría, astronomía, etc. Un día él se puso a pensar en los seres humanos y en la manera en que ellos podrían encontrar la felicidad. Pues después de tanto pensar y observar a los hombres de su ciudad (polis, utilizando los términos griegos) escribió un libro que se titula Ética de Nicomachea, donde se postula que la felicidad del hombre va de la mano de la virtuosidad en los actos, esto es, un desempeño admirable y casi único en las acciones particulares. ¿Cómo lograr esa virtuosidad en la acción? Pues Aristóteles recomendaba aplicar siempre el justo medio en los actos. ¿Qué es eso? Nos es tan complicado de explicar como de aplicar en la vida, por hi has escuchado un refrán que dice “ni tanto que queme al santo, ni tanto que no lo alumbre”, pues esa es una variante paisa del justo medio aristotélico. El justo medio implica no caer en extremos y se podría traducir en una filosofía de vida donde el **no todo** Impere, por ejemplo, ante el todo se debe probar y experimentar en la vida, o el nada se puede probar ni experimentar que seríamos extremos, el no todo señala que, efectivamente, **no todo se debe probar**, pero hay cosas que es necesario probarlas por lo menos para conocerlas, para tratar de remediar eso que veces nos mata, la curiosidad.

Se puede reflexionar sobre: virtuosidad, actos, no todo, justo medio. O a partir de este apartado hacer devoluciones con los jóvenes.

Variantes: Dividir el grupo en subgrupos, con el fin de realizar un collage, para ello previamente se le ha pedido a los estudiantes que traigan laminas, alusivas al tema, cada subgrupo escoge un tema o un valor determinado, por ejemplo: la belleza, el amor, y realizan en una cartulina, un montaje gráfico sobre la manera en que los medios de comunicación y la publicidad promueven el valor, y en otra hacen otro collage

sobre la manera en que el equipo considera se puede logra ese valor desligándolo de lo que los medios ofrecen. Luego cada subgrupo expone sus construcciones, la discusión se puede orientar frente al cómo se puede construir la felicidad personal y encontrar placentera la vida.

A partir del concepto de felicidad, pedir a los jóvenes que realicen una construcción personal de cómo vivir la felicidad.

Otra variante puede ser, utilizar la consulta previa sobre el tema de drogas y pedir que los jóvenes construyan un collage frente al tema relacionándolo con el tema de la búsqueda de la felicidad. O el quitapenas.

Producto: collages, escrito, consulta, etc., según el docente considere cómo se puede dar cuenta de este tema.

El docente, considerará cuanto tiempo de duración le dará a cada tema, una, dos, tres clases, o más, esto dependerá de las construcciones y reflexiones de los jóvenes como de la posición crítica del docente.

Taller dos: El placer

Tema: ¿uso o abuso del placer?

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas, se recogen compromisos si se dejaron establecidos. Se abre la clase haciendo la pregunta qué es el placer, cómo definimos el placer.

Actividad individual: se invita a los estudiantes a que realicen una lista sobre las cosas que hacen con placer, y luego de esto le van a poner una x a las que crean que están abusando de ellas.

Se les puede leer el siguiente fragmento, o el docente puede ubicar otro texto que mejor se acomode al grupo.

“el placer está ahí para vivirlo y hacer uso de él disfrutándolo, pero si se trasciende el límite, ya una no se usa y se disfruta el placer sino se abusa, se pierde el control y es este el que viene a dominar la vida, entonces ya no se juega para vivir un momento lúdico, se vive para jugar, ya no se trabaja para darse gusto y acceder a algunos lujos, se vive para trabajar, ya no se toma un trago para disfrutar de su sabor o para estar en reunión con los amigos o el círculo social, se vive para tomar, el abusar el placer implica perder el control sobre él y obre la vida”

Responde:

1. ¿En tu vida, en cuáles momentos has usado los placeres y en cuales momentos has abusado de los placeres?
2. ¿Tiendo a echarle la culpa a otros de los que soy responsable? ¿en qué momentos lo he hecho?, ¿Cómo me siento al respecto?
3. ¿experimentar con algo puede conducir o llevar al abuso de eso? ¿qué condiciones podrían permitir eso?
4. Desde tu punto de vista, ¿Qué es la responsabilidad y cómo la puedes aplicar a tu vida?

5. ¿Acostumbras en tu vida, a decirte muchas mentiras para no encarar los retos que te impone a diario la existencia?

Actividad grupal: dividir el grupo en equipos según corresponda, antes de esto escribir en tarjetas palabras como (colegio, barrio, casa, amigos...) entre otras, se le entrega a cada grupo una tarjeta con estos nombres, y se les pide que identifiquen situaciones en estos escenarios donde se usa y abusan de los placeres.

Si el grupo lo permite y son más desinhibidos, se les puede pedir en vez de esto que realicen una representación cada grupo elige la situación cotidiana, que represente el uso y abuso de los placeres en la vida cotidiana.

Cierre y conclusiones: se pide al grupo después de leer las construcciones que cada grupo realizó, o de ver las representaciones, reflexionar en torno a la pregunta ¿Qué creen que empuja a los hombres – mujeres, a ir más allá de los límites aun a costa de su propio daño? Permitir que el grupo construya sus propias conclusiones.

Dato para el docente: antes de dar paso al taller se puede abordar una consulta sobre qué el placer y cómo se vive, o el docente puede buscar un video que ilustre el abuso del placer, o escoger un texto que le llame la atención que pueda aportar a las reflexiones propuestas.

Variantes:

Realizar una sopa de letras sobre el tema.

Pedir que se realice un ensayo o una narración acerca del placer.

Realizar una entrevista a familiares y amigos con respecto al tema. Luego se socializa y se conversa sobre esto.

Video foro: Buscar una película que hable sobre el tema y se pueda reflexionar acerca del placer.

Buscar un personaje que haya abusado del placer y otro que no, y hacer reflexiones alrededor de la historia de vida de cada personaje, se pueden utilizar artistas, actores, escritores, músicos, personajes de la vida cotidiana, entre otros.

Producto: fotos, escritos, reflexiones.

Taller tres: soy libre

Tema: la libertad

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: se les pide a los estudiantes que definan con sus propias palabras la palabra libertad, y la palabra elección.

Y respondamos las siguientes preguntas:

1. ¿Como éstas eligiendo en tu vida? ¿Eliges con argumentos éticos? ¿O lo haces por el encanto o la fascinación de moda?
2. ¿Eliges por lo que te dicen los medios de comunicación, o por los criterios que has construido para tu vida?

Se puede tomar un fragmento de un poema o leerles un poema de amor a los jóvenes. O se les pide que nombren algunas cosas de lo que pueden hacer las personas por otras:

Sacrificio, dejar los estudios, fumar, dar objetos...qué

Luego se les pide que respondan de forma individual las siguientes preguntas:

1. ¿En estos momentos te sientes esclavo de algo en tu vida? Si es así, ¿qué factores te han conducido a tal situación y porqué te has dejado esclavizar?
2. ¿crees que las adicciones son un tipo de esclavitud moderna?
3. Teniendo presente, que ser un sujeto ético, con una propuesta de vida ética busca lo conveniente para la vida y la libertad personal, ¿qué propuesta ética fórmulas para tu vida en este momento?

Actividad grupal: dividir el grupo en subgrupos según corresponda, pedir a los estudiantes que según su conocimiento escriban o cuenten una historia de una persona con problemas de adicciones que haya afectado notablemente su vida.

Cierre y conclusiones: luego de las construcciones grupales preguntar a los grupos:

¿Qué sintieron narrando o contando estas historias de vida reales?

¿Qué les llamó la atención de la historia que fue contada?

¿Crees que hay una constante búsqueda de nuevas sensaciones en las personas adictas?

¿Ustedes creen que una persona un ser humano llega a tenerlo todo?, en el caso de las adicciones, ¿cuándo se toca fondo?

Dato para el docente: en el caso de sustancias hablamos de **uso** cuando se un consumo que no reporta consecuencias físicas, psicológicas o sociales negativas para la persona. **Abuso:** se produce cuando se da un uso inadecuado, riesgoso, indebido, nocivo, que pueda comprometer física, psíquica y socialmente el desarrollo de la persona. **Ojo: esto no se puede entender que el uso esporádico de sustancias no representa riesgos, al contrario, sustancias como la heroína, el bazuco o la cocaína, son altamente adictivas, lo que implica que un ensayo podría conducir a una adicción.**

Variantes:

También se puede reflexionar en plenaria con el grupo, sobre si las adicciones hacen que una persona pierda libertad, y motivar a los estudiantes a que realicen algunas propuestas al respecto.

Trabajar el tema de la esclavitud ¿qué es cómo se vivió, como se vive en la actualidad, luego preguntar si el uso de las drogas será una forma de esclavitud moderna?

El docente puede hablar acerca de la libertad que se pierde cuando se ingiere alcohol. Y puede aplicar el siguiente cuestionario a sus estudiantes, (se pueden leer las preguntas y que individualmente cada estudiante lo responda o si desea imprimirlo también es válido, o les dicta las preguntas a los estudiantes)

CUESTIONARIO CAGE

El siguiente cuestionario te permite detectar una posible adicción al alcohol, se denomina CAGE y solo tiene cuatro preguntas, a las que se debe responder sí o no.

1. ¿le disgusta que le critiquen su manera de beber): ____
2. ¿ha pensado que debe disminuir o suprimir el consumo de alcohol?: ____
3. ¿luego de haber bebido se levanta arrepentido de haberlo hecho?: ____
4. ¿ha sentido la necesidad de calmar los nervios, o quitar el guayabo consumiendo licor?: ____

En este caso, quien solo tenga una respuesta afirmativa no es considerado alcohólico, dos respuestas afirmativas indican alto riesgo de alcoholismo y debe preocuparse por buscar una solución a esto. Según el cuestionario, quien tenga tres respuestas positivas se considera alcohólico y debe buscar ayuda profesional.

Producto: consignar en el cuaderno reflexiones en torno a la pérdida de la libertad.

Taller cuatro: Factores de riesgo para acceder a conductas adictivas.

Tema: Riesgos.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: el docente hace una breve explicación sobre qué son los factores de riesgo, que ayudan a que una situación de consumo se detone o no:

Existen cuatro grandes grupos de factores de riesgo:

- a. **Situaciones biológicas:** Según la ciencia, específicamente la genética, existen organismos predispuestos en mayor medida a desarrollar una adicción, específicamente a las sustancias psicoactivas.
- b. **Subjectivos:** algunas cuestiones propias del ámbito psicológico pueden influir en las conductas de consumo, situaciones tales como: modelos negativos al interior de la familia (padres o madres o familiares consumidores), carencia de metas y de proyecto de vida, baja tolerancia a la frustración, y a la pérdida, dificultad para expresar sentimientos y emociones, desvalorización personal, incapacidad para crear y desarrollar pasatiempos y aficiones creativas, conflictos en las relaciones, deseo de reconocimiento, deseo de poder, etc.
- c. **Familiares:** los jóvenes consumen para escapar, dicen muchas investigaciones, de ambientes familiares desfavorables, con características tales como: padres alcohólicos, soledad, ausencia de una buena comunicación, falta de dialogo, y tolerancia, desacuerdo y peleas permanentes frente a los hijos, desvalorización y desautorización de uno de los miembros de la pareja parental hacia el otro, autoritarismo, permisividad, sobreprotección, padres represivos, violentos, etc...
- d. **Factores de riesgo social:** El medio influencia de alguna manera al sujeto, la presión del grupo, cercanía con centros de consumo, compañeros o amigos adictos, falta de oportunidades de recreación e inversión el tiempo libre, etc.

Pregúntate:

¿En tu caso, qué condiciones pueden conducir a que una persona opte por la adicción como un estilo

de vida?

¿Qué factores te podría llevar a establecer una conducta de consumo inconveniente para tu vida?

¿Controlando los factores de riesgo es posible que una persona deja de ser adicta?

¿Qué es necesita, para proponer otras opciones de vida?

Actividad grupal:

Dividir el grupo en subgrupos según considere el docente, luego se le pide a cada subgrupo que realice un mapa de riesgos en los que ubiquen lo que ellos consideren los factores de riesgo presentes en la institución educativa, el segundo señala los factores de riesgo del barrio donde está presente el plantel, el tercero lo hace de la zona y el cuarto realiza uno de la ciudad donde vive.

Cierre y conclusiones: se hace una puesta en común de los mapas elaborados, se recolectan los factores de riesgo considerados y después establecen propuestas de mejoramiento frente a tales situaciones.

Dato para el docente: se puede reforzar el tema desde la toma de decisiones, o habilidades para tomar responsablemente decisiones.

Si considera pertinente puede pedir a los estudiantes que realicen una lista de acciones que pueden hacer para tomar decisiones.

Luego les puede leer la siguiente lista de acciones para tomar decisiones:

1. Piensa en la situación problemática o conflictiva.
2. Plantea las posibles opciones frente al problema.
3. Juzga cada alternativa considerando las ventajas para ti y para otros, y las desventajas para ti y para otros.
4. Elige la que consideres que más convenga a tu vida y tu libertad personal.
5. Actúa.
6. Evalúa.

Tomado de Carisma: Un nuevo viaje por el mundo de las drogas. Las preguntas que tú haces sobre el tema. Gobernación de Antioquia, dirección seccional de salud de Antioquia.

Variantes:

Se les puede pedir a los estudiantes que realicen un álbum de factores protectores que se puede generar en los lugares que se trabajaron: escuela, barrio...

Se puede leer un documento que el docente considere pertinente para abordar el tema. Y desde allí realizar acciones que considere.

Producto: mapas de riesgo.

Taller cinco: Competencias ciudadanas.

Tema: Nuestras Habilidades.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: pedir a los estudiantes que desarrollen la siguiente encuesta sobre habilidades:

Coloca una X marcando de 1 a 5 según creas que tienes desarrollada esta habilidad en tu vida: 1 es el más débil y 5 es el más fuerte.

VALORACIÓN						
HABILIDAD – COMPETENCIA	1	2	3	4	5	ACCIÓN DE MEJORAMIENTO
AUTOCONOCIMIENTO						
EMPATÍA						
COMUNICACIÓN ASERTIVA						
RELACIONES INTERPERSONALES						
TOMA DE DECISIONES						
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y CONFLICTOS						
PENSAMIENTO CRÍTICO						
PENSAMIENTO CREATIVO						
MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS						
MANEJO DE TENSIONES Y ESTRÉS						
OBSERVACIONES: SELECCIONA LA HABILIDAD QUE MÁS DÉBIL SACASTE Y GENERA UNA DECISIÓN DE EMPEZAR A TRABAJAR SOBRE ESTE ASPECTO:						

Actividad grupal: luego de esto se divide el grupo en subgrupos a los que se les entrega una tarjeta con una habilidad para la vida o competencia, la tarea consiste en que cada grupo representará esta habilidad o competencia a través de una situación cotidiana, sea un espacio familiar, social o con el grupo de amigos.

Cierre y conclusiones: luego de observar el desarrollo de las competencias, se socializa frente a las percepciones que les generó el trabajo a los jóvenes.

Dato para el docente: las habilidades y competencias son:

- Capacidad para tomar decisiones:** Ayuda a manejar constructivamente las decisiones con relación a la vida de la persona. También ayuda a evaluar distintas alternativas, teniendo en cuenta necesidades, criterios y las consecuencias de las decisiones, no sólo en la vida propia sino también en la ajena.
- Resolución de problemas:** permite enfrentar en forma constructiva los problemas de la vida, de

forma flexible y creativa, identificando en ellos oportunidades de cambio y crecimiento personal y social.

3. **Creatividad:** contribuye en la toma de decisiones y en la resolución de conflictos, permite explorar las alternativas disponibles las diferentes consecuencias de nuestras acciones u omisiones. Ayuda a ver más allá de la experiencia directa. El pensamiento creativo ayuda a responder de manera adaptativa y con flexibilidad a las situaciones que se presentan en la vida cotidiana.
4. **Pensamiento crítico:** es la competencia que permite analizar la información y experiencias de manera objetiva. El pensamiento crítico contribuye a la salud ayudando a reconocer y evaluar los factores que contribuyen en las actitudes y en el comportamiento. Tales como, los medios de comunicación masiva y las presiones de los grupos de pares. La persona con pensamiento crítico se pregunta, investiga y no acepta las cosas de forma crédula
5. **Comunicación efectiva:** tiene que ver con la capacidad de expresarse, tanto verbal como no verbalmente y en forma apropiada con la cultura y las situaciones que se presentan. Expresar con claridad, coherencia y firmeza lo que deseamos y pensamos, también se relaciona con la capacidad de pedir consejo en un momento de necesidad.
6. **Mantener y establecer relaciones interpersonales:** ayuda a relacionarse de forma positiva con las personas con quien interactúa, a tener la destreza necesaria para iniciar y mantener buenas relaciones con los miembros de la familia y con la capacidad de terminar con las relaciones de forma constructiva.
7. **Conocimiento de sí mismo:** es el reconocimiento de sí mismo, del carácter, fortalezas, debilidades, gustos. El desarrollo de un mayor conocimiento de uno mismo ayudará a reconocer los momentos en que se está preocupado o tenso.
8. **Empatía:** Es la capacidad de ponerse en los zapatos del otro, de imaginar cómo es la vida para otra persona, aún en situación con la que no está familiarizado. Ayuda a aceptar a los otros.
9. **Manejo de emociones:** ayuda al reconocimiento de las emociones personales y las de los otros, a estar conscientes de cómo las emociones influyen en nuestro comportamiento y a responder a ellas en forma apropiada.
10. **Manejo de tensión o estrés:** ayuda a reconocer las fuentes de estrés y sus efectos en la vida y a realizar acciones que disminuyan las fuentes de estrés.

Ampliar información consultando a Enrique Chauz

Variantes:

Invitar a los estudiantes a que realicen la investigación de la vida de una persona. (real – imaginada) y hagan el contraste de cuales habilidades desarrollaron para su vida.

O realizar una entrevista a mi vida. Generando preguntas alrededor de cuáles son las habilidades y competencias que tengo y como las puedo potenciar.

Producto: Collage sobre las competencias. **Taller seis: Autonomía.**

Tema: Soy responsable

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: se les pide a los estudiantes que planteen ideas acerca de qué significa ser una

persona responsable.

Por ejemplo, somos responsables cuando....

Actividad grupal:

Se divide el grupo en subgrupos de tres personas, y se les entrega copia de la lectura: Todo el mundo, Alguien, Cualquiera y Nadie. Dándole al equipo una la tarea de hacer el aseo del salón, al equipo dos la tarea de estudiar para el examen de ciencias, al equipo cuatro: llamar a los papás para notificarlos de algo muy importante. (se pueden elegir acciones a realizar según la cantidad de tareas a cumplir.

Luego de que cada grupo haya leído el texto propuesto, se les pide que reflexionen sobre las siguientes preguntas:

1. Qué mensaje o enseñanza nos deja a lectura.
2. Qué reflexión se hace con respecto a la responsabilidad.
3. Hacer un sociodrama sobre la lectura.

ANEXO LECTURA: TODO EL MUNDO, ALGUIEN, CUALQUIERA, Y NADIE.

TODO EL MUNDO, ALGUIEN, CUALQUIERA, Y NADIE

Esta es la historia de cuatro personas que vivían, en el país de Algún día será, que se llamaban: Todo el Mundo, Alguien, Cualquiera y Nadie.

Resulta que había una importante tarea para hacer y **Todo el Mundo**, estaba seguro que **Alguien** haría esta tarea, **Cualquiera** lo podía hacer, pero **Nadie** lo hizo.

Alguien se enojó, porque eso era un trabajo que debía a hacer **Todo el Mundo**, pero **Cualquiera** pensó que lo podía hacer, pero **Nadie** se dio cuenta que **Todo el Mundo**, no lo haría.

Al final, eso terminó en que **Todo el Mundo**, le echó la culpa a **Alguien**, cuando **Nadie** hizo lo que **Cualquiera** pudo hacer.

Cierre y conclusiones: al terminar las representaciones sobre la responsabilidad, reflexionar con el grupo sobre el tema pidiendo que cada uno saque una conclusión sobre lo que aprendió.

Dato para el docente: previamente leer sobre qué es la responsabilidad. O sobre la propia experiencia hacer aportes sobre el tema propuesto.

Variantes:

Plantearles a los estudiantes que realicen un collage con la palabra responsabilidad.

Hacer una sopa de letras.

Escoger una película respecto al tema y trabajar un cine foro.

Producto:

Reflexiones sobre la responsabilidad.

Taller siete: Toma de decisiones.

Tema: y quién decide.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: Invitar a los estudiantes a que realicen un listado de las situaciones cotidianas en las que ellos deben tomar decisiones:

DECISIONES	DE QUIÉN ES LA DECISIÓN	QUÉ PODRÍA PASAR
En esta columna se describen las decisiones en relación con a algunas situaciones por ejemplo (si te dicen que no hagas el examen de matemáticas) (si un amigo te dice que se roben el celular de un compañero) etc. Se les pueden plantear diferentes situaciones en las que se deba tomar una decisión.	Se analiza si para tomar la decisión influyó: un amigo, la familia, ha sido propia, las costumbres sociales, los medios de comunicación, otra persona.	En esta columna se escriben las consecuencias visibles o invisibles que pueden derivarse de las decisiones tomadas.

Actividad grupal: en trabajo por grupos se pide a los participantes que analicen cómo realizaron el trabajo.

Resolviendo las siguientes preguntas:

Los amigos pueden tener influencia para que tomemos una decisión acertada o no.

Qué puede ser una decisión acertada.

Porque tomamos decisiones. Lo hacemos de forma libre y sin presiones.

Cierre y conclusiones: Propiciar una reflexión sobre los aprendizajes de esta actividad, cerrando sobre las consecuencias que se deben enfrentar frente a la toma de decisiones.

Dato para el docente: la toma de decisiones permite manejar constructivamente las decisiones respecto a la propia vida, y la de los demás. Permite evaluar opciones y las consecuencias que estas pueden tener.

Variantes: trabajar el tema con el manejo de emociones.

Plantear la construcción de un acróstico.

Realizar una sopa de letras.

Producto: cuadro elaborado. Conforme a la instrucción.

De forma opcional puede aplicar el siguiente cuestionario de escala de actitudes hacia el consumo de sustancias psicoactivas –SPA- que se invita a desarrollar individualmente, y si el joven detecta que está en riesgo se le plantea la opción de buscar ayuda o pedir asesoría.

Este cuestionario, puede servir como punto de partida para reflexionar en torno a los factores de riesgo o factores protectores que podemos desarrollar para tener una actitud de vida positiva y auto constructiva.

CUESTIONARIO - ESCALA DE ACTITUDES HACI EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS SPA

Adaptación e la escala de Juan Escamez y Bernardo Martínez. Universidad de Valencia (España.1988.)

A continuacion se plantean algunas situaciones sobre las cuales le pedimos su opinión.
 Marque sus respuestas con una X teniendo en cuenta este código.

CODIGO	VALORACION	RESPUESTAS					
		N°	A	B	C	D	E
A	MUY DE ACUERDO						
B	DE ACUERDO						
C	INDECISO						
D	EN DESACUERDO						
E	MUY EN DESACUERDO						
PREGUNTAS		N°	A	B	C	D	E
A. Creo que el licor puede beberse y dejarse cuando se quiere		A	5	4	3	2	1
B. Fumar ayuda a sentirse adulto.		B	5	4	3	2	1
C. Estoy convencido que el consumo de drogras no es tan malo como dicen mis padres, algunso medicos y profesionales.		C	5	4	3	2	1
D. no es conveniente que me embriague		D	1	2	3	4	5
E. fumar de ves en cuando no hace daño.		E	5	4	3	2	1
F. Si consumiera drogas se deteriorria mi rendimiento escolar y laboral		F	5	4	3	2	1
G. El licor me hace sentir bien.		G	1	2	3	4	5
H. Es convieniente que fume para no ser rechazado por mi amigos/as.		H	5	4	3	2	1
I. Prefiero no estar en lugares donde se consuma.		I	5	4	3	2	1
J. El consumo de licor altera mi actividad deportiva.		J	1	2	3	4	5
K. Cuando los jove nes fuman perjudican su salud		K	1	2	3	4	5
L.Creo que si consumiera drogas no me perjudicarian.		L	1	2	3	4	5
M. El consumo de licor me ayuda a resolver algunos de mis problemas personales (timidez, distustos,)		M	5	4	3	2	1
N. El consumo de cigarrillo podria impetirme ser un buen deportista.		N.	5	4	3	2	1
O Pienso que mis amigos me rechazarian si no consumiera drogas.		O	1	2	3	4	5
P. Si algún miembro de mi familia consumiera licor tedriamos problemas.		P	5	4	3	2	1
Q. Dejar el cigarrillo es cosa fácil.		Q	5	4	3	2	1
R. Considero conveniente conocer y probar algunas drogas.		R	5	4	3	2	1
S. Estimo que consumir licor me ayuda a tener amigos.		S	1	2	3	4	5
T. No es necesario probar drogas para saber que dañan mi salud.		T	5	4	3	2	1
U. Tomaría algunos tranquilizantes para sentirme bien, aun sin receta medica.		U	5	4	3	2	1
V. Estoy convencido que tomar bebidas alcohólicas no deteriora mi salud.		V	5	4	3	2	1
w. El uso de medicamentos sin ncesidad pude llegar a enfermarme.		W	5	4	3	2	1

Taller ocho

Tema: el auto respeto y el cuidado de sí.

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual: iniciar con la reflexión a los jóvenes frente a la palabra Auto respeto. Y luego invitar a que cada estudiante se pregunte frente a lo siguiente:

- 1: Piensa en tres palabras positivas que te identifican.
- 2: que piensas de ti: cuál es el concepto que tienes de ti mismo.
- 3: que piensas que cuál es el concepto que tienen los demás de ti mismo.
- 4: cuáles son los factores que piensas que contribuyen a que te sientas bien con quién eres.
- 5: Estos factores van con tu plan de vida.
- 6: cuáles son tus logros a nivel personal – familiar – social
- 7: Cuáles son las capacidades con las que cuentas para alcanzar tus sueños.
- 8: cuáles son los mensajes más positivos que has recibido para tu vida.
- 9: tus amigos dicen que tus atributos positivos son
- 10: qué quieres mejorar para tu vida.
- 11: porque te gustaría ser recordado en tu vida.
- 12: cuál es el sentimiento que más dificultad te da expresar.
- 13: el sentimiento que más fácil expreso es
- 14: me gusto como soy, intento cambiarme o parecerme a alguien a quien.
- 15: haz una lista de las cosas que deseas hacer en la vida...

Actividad grupal: con base en las respuestas de los jóvenes, se propone generar reflexiones en el grupo frente a

Las características de vida, las dificultades, el cambio, el conocimiento de sí mismo y la aceptación del propio cuerpo, comunicación de afectos y emociones, ética, vida espiritual, responsabilidad autonomía, compromisos, manejo del dinero, sexualidad, goce, erotismo, genitalidad.

Cierre y conclusiones: recoger las reflexiones de cada estudiante hacer una invitación al respeto y valoración de la vida, de cada ser como único e irrepetible con dones y talentos propios que merecen ser puestos al servicio de la vida.

Dato para el docente: el cuerpo es nuestro compañero de viaje por la vida, y nuestra relación con él es una relación paradójica, hasta que no nos duele no nos damos cuenta de su existencia. Así la salud la podríamos equiparar con la ausencia de dolor corporal, que lugar le damos al cuerpo ¿cómo nos tratamos?

Variantes:

Pedirles a los estudiantes que le hagan una carta al cuerpo donde hagan visible las reconciliaciones y respeto por él.

Se puede hablar del concepto de salud, de bienestar, de enfermedad y malestar. Trabajando las polaridades. Para reflexionar el lugar que le estamos dando a nuestro cuerpo.

Se puede traer una meditación sobre la importancia de cuidar el cuerpo.

Producto: carta a mi cuerpo... o variantes según criterio.

Taller Nueve: Sentidos

Tema: la vida

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual:

Plantear la pregunta a los jóvenes qué es la vida, cómo se evidencia la vida, cómo nuestra vida cobra sentido, hacia donde lleva la vida, qué hacemos con la vida, en la vida y para la vida.

Soy un ser portador y dador de vida:

Con mis actitudes doy o destruyo vida.

Mis palabras afirmo o debilito, impulso o detengo.

Soy la mejor versión de mí...

Actividad grupal:

Podemos ver el Circo de las mariposas... u otro video que se considere apropiado para abordar el tema.

Se les puede plantear la siguiente reflexión:

La vida gira en varias esferas que se entrecruzan y ellas son:

La social y familiar

La Mental

La Financiera

La Física

La profesional

Se invita a los participantes a realizar cinco grupos, y reflexionar alrededor de estos puntos dándole a cada grupo una esfera de la vida. (la social y familiar, mental, financiera, física y la profesional) pidiéndole a cada grupo que identifique en que aspectos debilitan esta esfera, que aspectos la fortalecen, cuáles pueden ser una amenaza es decir obstaculizar esta esfera, y por último cuales son las oportunidades para que esta esfera fluya. (Se pueden nombrar características, valores, etc.)

Cierre y conclusiones: Se toman las reflexiones o construcciones grupales y se habla de la importancia

de la coherencia y de darle sentido a lo que hacemos.

Dato para el docente: Se puede abordar el tema también desde el proyecto de vida, desde la importancia de soñar, de crear y de hacer.

Variantes:

Plantear juegos de roles frente a estas esferas de la vida.

Plantear dilemas morales frente a estos aspectos.

Leer una biografía y realizar un ensayo o una crítica alrededor de esta.

Plantear la realización de afiches o grafitis con respecto al tema.

Producto: Reflexiones sobre la vida.

Taller diez: La sociedad de consumo

Tema: qué demandas me hace la sociedad

Duración: 40 minutos.

Materiales: lápices y hojas

Desarrollo:

Actividad de inicio: Saludo y establecimiento de reglas

Actividad individual:

Pensar en el término esclavitud.

Sociedad.

Consumo

Preguntar a los estudiantes: (adaptar las preguntas según el grado)

¿Qué piensas de la sociedad de consumo?

¿Qué opinas de la realidad del consumo de las drogas, de la internet... que otros consumos?

¿Por qué los mayores usuarios de drogas, sexo... se encuentran en la población joven?

¿Por qué en nuestra época tener y consumir cobran mayor importancia que el ser? ¿Qué piensas que es más importante?

¿Qué es la felicidad? ¿Consumir nos hace felices? ¿Te hace feliz? ¿Tiene sentido consumir?

¿Qué otras formas podemos encontrar en el mundo diferentes a las de consumir, consumir, para ser felices?

¿Cómo te puedes abstraer del consumo?

Actividad grupal: generar una reflexión en torno a estas preguntas y realizar una construcción grupal cartelera, afiche, drama etc.

Cierre y conclusiones: dar un concepto sobre el consumo, sobre la felicidad o recoger las reflexiones de los jóvenes y hacer aportes alrededor de esto.

Dato para el docente: se puede hablar de la modernidad, del consumo, de la felicidad, de cuidado de sí. De tener criterios éticos y valores para decidir.

Variantes:

Trabajar sobre los valores.

La felicidad.

Hacer un panel, foro, o debate sobre estos temas poniendo polaridades.

Producto: Escritos, cartelera, etc.

NOTA: De acuerdo con las reflexiones propuestas por los jóvenes y sus inquietudes el docente puede introducir el tema directo sobre las drogas. Que ya será propio del hacer, de su curiosidad abordar el tema y documentarse al respecto.

Taller 11 CONSTRUCCIONES COLECTIVAS

MURAL DEL CUIDADO. Yo digo no:

Construir un mural o collage colectivo con la primaria y el bachillerato que se titula yo digo no, y que los niños y jóvenes construyan textos, frases o referentes a qué cosas les decimos no.

Taller 12 Tiempo **estimado:** 45 minutos

Objetivos:

- Concientizar a la comunidad educativa sobre los riesgos que conlleva el uso de sustancias psicoactivas.
- Mostrar a la comunidad educativa testimonios de vida sobre los efectos nocivos del consumo de drogas en diversos ámbitos de la vida.

Nota 1: El docente pide a los estudiantes consignar en el cuaderno comunicador la fecha, tema, nombre del proyecto y objetivos de la actividad.

Actividad 1

Drogas (un estudiante que representará mediante el vestuario y caracterización a este personaje) se presentará por medio de una corta introducción (Vengan a mí todos los que están cansados, vacíos y

tristes, Yo soy Droga y les daré consuelo, soy un espejismo que te brinda placer momentáneo, pero te arrebató la vida para siempre. A continuación, conocerán la historia de dos personajes de la vida real que cayeron en mis brazos.) Luego Droga leerá dos testimonios de vida en voz alta para toda la clase, recalcando a estos, que se trata de dos historias de la vida real, en los cuales por culpa del consumo de drogas se cometieron muchos errores. Después pide a los estudiantes que escriban las preguntas que se muestran al final de las dos lecturas en el cuaderno comunicador y que las resuelvan. Finalmente, se pide a algunos estudiantes del salón que compartan sus respuestas.

Nota 2: Después de compartir las respuestas, algunos estudiantes escribirán en papelitos una palabra que resuma su compromiso de **NO CONSUMO DE DROGAS**. finalmente lo pegarán en el cuerpo de droga (La personificación de las drogas hecha por el estudiante que realiza la orientación de grupo). Por favor tomar foto de la actividad y enviar evidencia al grupo del colegio.

Testimonios de vida #1

«Empecé a fumar cannabis con 14 años, sólo lo hacía de vez en cuando y siempre en compañía. Nos reuníamos todos, supuestamente, para jugar a las cartas, pero en realidad lo que nos llevaba allí eran las ganas de fumar. Aunque esto lo veo claro ahora, porque antes creía que controlaba. Me encantaba esa sensación, me hacía sentir muy unido a mi gente. Años después, comencé a fumar a diario, sólo por las noches, para acabar, más tarde, fumando entre seis y ocho cigarros diarios. Se que muchos piensan que no es tan grave, que estos no tienen tantos efectos perjudiciales como otras drogas, y puede que así sea, (aunque hay informaciones muy dispares al respecto), pero lo peor es verte convertido en su esclavo. Yo no concibo la vida sin cannabis, no se estar en mi casa sin fumar, ni tampoco en la calle. Algunas novias que he tenido se han acabado cansando de mi apatía, de verme siempre tirado en el sofá, metido en mi mundo, porque en ese momento me apetecía más eso que salir a cenar con ellas. He pasado largas temporadas desconectado del planeta, fumado, metido en mi casa y sin llamar a nadie, porque nada me motivaba más, ni ver a mi gente, ni cualquier plan, que estar fumado. Es verdad que no todo el mundo acaba así, hay quien puede ser más moderado, pero hay otros muchos, como yo, que no sabemos, no queremos o no podemos. Espero que este no sea nunca tu caso. No banalices la adicción psicológica al cannabis, puede ser igual o más fuerte que la de drogas aparentemente más peligrosas.»

Steven Palm

Testimonios de vida #2

«La triste realidad es que era demasiado joven y me dejé llevar por las circunstancias y por qué no decirlo, por los amigos... A mis 17 años me veía allí plantada, inclinada sobre la mesa consumiendo drogas, «accedí a la invitación y las probé aquella noche». Fue el principio de los 5 años que duró mi pesadilla, presa de mis mentiras, de robos de dinero en casa, de días sin aparecer ni dar señales de vida, de abandonar mis estudios, la culpable de los llantos y las penas de mis padres... Una agonía que mata en vida, pero es tu vida hasta que no decides lo contrario y quieres cambiarla.

Desear morir y morirse es lo mejor que te deseas cuando estás enganchado a esta droga maldita, no se puede vivir sin ella. ¿Alguien se imagina poder vivir sin aire? Los ataques de ansiedad te oprimen el pecho cuando terminas, ya no hay más dinero, pero necesitas más y más y más... Te desesperas, el corazón late

con una fuerza descomunal, no comes, no duermes, la depresión es tu pan de cada día... En el infierno se puede estar mucho mejor, créeme.

Ahora tengo 24 años, mi existir en este mundo ha cambiado desde que afronté mi enfermedad y abrí los ojos. Busqué el apoyo de mis familiares y ayuda en un centro de salud, junto con todos ellos y mis ganas de superación hoy puedo gritar que: ¡¡¡SOY EX DROGADICTA!!! ¡¡¡Llevo 2 años y medio sin consumir y así me mantendré hasta el día que me muera porque mi vida vale más que esa maldita droga!!!»

Katy Spring

Tomado de: <https://www.lasdrogas.info/guias/guia-jovenes/guias-jovenes-testimonios/>

Cuestionario

- 1) ¿Qué te llamó la atención de los dos testimonios que escuchaste en clase?
- 2) ¿Cuáles fueron los motivos por los que Juan Pablo y María José cayeron en el mundo de las drogas?
- 3) ¿Qué consecuencias trajo para sus vidas la adicción a las drogas?
- 4) ¿Cómo podemos evitar el consumo de drogas?

- 5) ¿Cuál es tu reflexión personal después de escuchar estas dos historias?

Taller 13

Tiempo estimado: 45 minutos

Nota 1: El docente pide a los estudiantes consignar en el cuaderno comunicador la fecha, tema, nombre del proyecto y objetivos de la actividad.

Objetivos:

- Realizar el pacto por la vida, territorio libre de drogas.
 - Analizar la letra de la canción sobre Demi Lovato y su relación con el tema del consumo de sustancias psicoactivas.

Actividad 1

Bienestar-Éxito (el personaje antagónico a droga, representado por un estudiante) realiza una breve introducción en dónde cuenta un poco de su vida, luego invita a los estudiantes a escuchar o leer la canción “sober” (sobria); a continuación, prestaremos atención a la letra de la canción anterior, de la cantante estadounidense Demi Lovato, quién ha batallado durante años con su adicción al alcohol y las drogas, a tal punto que ha sido ingresada en varias ocasiones a hospitales y centros de rehabilitación por sobredosis, opacando su enorme talento, éxito profesional y personal. En esta canción, Demi expresa su sentir a causa de esta adicción, presta atención a la canción y reflexiona.

<https://www.youtube.com/watch?v=IYwgPIT2X0c>

Nota: Si los recursos tecnológicos lo permiten se escucha la canción en el grupo, sino se analiza la letra de la canción por grupos de 4 estudiantes.

Letra de la canción

Letra en español de la canción de Demi Lovato, Sober (letra traducida)

No tengo excusas

por todas estas despedidas.

Lámame cuando se haya terminado,
porque me estoy muriendo por dentro.

Despiértame cuando los temblores se hayan ido,
y el sudor frío haya desaparecido.

Lámame cuando se haya terminado,
y yo haya reaparecido.

No sé, no sé,
no sé, no sé por qué
lo hago cada vez, cada vez, cada vez.

Es solo cuando me siento sola.

Algunas veces solo quiero rendirme
y no quiero pelear.

Y lo intento y lo intento y lo intento,
y lo intento y lo intento.

Solo abrázame,
me siento sola.

Mamá, lo siento mucho,

ya no estoy sobria.

Y papá, por favor perdóname

No sé, no sé,

no sé, no sé por qué

lo hago cada vez, cada vez, cada vez.

Es solo cuando me siento sola.

Algunas veces solo quiero rendirme

y no quiero pelear.

Y lo intento y lo intento y lo intento,

y lo intento y lo intento.

Solo abrázame,

me siento sola.

Mamá, lo siento mucho,

ya no estoy sobria.

Y papá, por favor perdóname

por las bebidas derramadas en el suelo.

Para aquellos que nunca me abandonaron,

ya hemos pasado por esto antes,

lo siento mucho,

ya no estoy sobria.

Ya no estoy sobria.

Lamento estar aquí de nuevo,

prometo que pediré ayuda

por las bebidas derramadas en el suelo.

Para aquellos que nunca me abandonaron,
ya hemos pasado por esto antes,
lo siento mucho,
ya no estoy sobria.

Pido perdón a mi futuro amor (sorry to),
por el hombre que dejó mi cama,
por hacer el amor de la forma
en que me guardaba para ti en mi cabeza.
Y lo siento por los seguidores que perdí,
los que me vieron caer de nuevo.

Yo quiero ser un modelo de comportamiento,
pero soy solo humana
No fue mi intención,
me doy pena a mí misma.

Demi Lovato - Sobria.

2. Actividad práctica

En grupos de 4 estudiantes realiza una nube de palabras con al menos 10 términos que te hayan llamado la atención de la canción, luego sustenta tu elección en una corta discusión que realizarás con bienestar.

3) Al terminar la socialización de la actividad de la nube de palabras, Bienestar- Éxito les dirá a los estudiantes que es el momento de realizar el pacto, territorio libre de drogas y lo leerán.

Después cada estudiante pondrá su firma si acepta el pacto.

Pacto territorio libre de drogas, al poner mi firma en este documento me comprometo libremente a:

- 1) Evitar el consumo de drogas, ya que soy consciente del daño que puede ocasionar a mi cuerpo y a mi vida.
- 2) Realizar acciones que promuevan mi bienestar y el de las personas que me rodean.
- 3) A consultar sobre las consecuencias y riesgos del consumo de drogas antes de realizar una acción nociva.
- 4) A honrar mi vida, mi cuerpo, mi familia, mis amigos, mi presente y mi futuro.
- 5) A respetar a mi institución, la cual se preocupa por mi bienestar.

6) A buscar ayuda cuando sienta que las cosas se salen de control en mi vida.