



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL

MODELO DE INTERVENCION PARA LA
PREVENCION DE LA DROGADICCION

TRABAJO RECEPCIONAL
SEMINARIO DE AREAS SUSTANTIVAS DE TRABAJO SOCIAL
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN TRABAJO SOCIAL
PRESENTAN

DE LA TORRE GOMEZ LOURDES GABRIELA
LOPEZ POZOS MARIA ELENA
PALOMO SANCHEZ LAURA



DIRECTORA: LIC. MIREYA ZARATE PEREZ

MEXICO, D. F.

2001



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Universidad Nacional Autónoma de México

A esas aulas en donde a base de esfuerzo y desvelos alcanzamos un objetivo más en nuestras vidas.

A la Escuela Nacional de Trabajo Social

Por haber sido nuestro hogar durante toda nuestra formación.

A todos nuestros seres queridos que nos han impulsado y acompañado durante nuestro recorrido profesional.

A la Licenciada Mireya Zárate Pérez

Por el apoyo brindado durante la elaboración de este trabajo.

Al Honorable jurado:

*Lic. Adelina González Ramírez
Lic. Ma. de la Luz Pérez Montesillo
Lic. Ma. Elena Juárez Hernández
Lic. Mireya Zárate Pérez
Lic. Salvador Alvarado Garibaldi*

Universidad Nacional Autónoma de México

Escuela Nacional de Trabajo Social

MODELO DE INTERVENCIÓN

TEMA: "PREVENCIÓN DE LA DROGADICCIÓN"

Asesora: Lic. Mireya Zárate Pérez.



De La Torre Gómez Lourdes Gabriela
López Pozos María Elena
Palomo Sánchez Laura

MODELO DE INTERVENCIÓN

I. Introducción

II. Antecedentes

- 2.1 El uso de la marihuana
- 2.2 Cocaína.

III. Determinación de los parámetros de la investigación

- 3.1 Objetivos
- 3.2 Focalización del problema
- 3.3 Revisión literaria
- 3.4 Hipótesis tentativa
- 3.5 Marco teórico conceptual
- 3.6 Variables documentales

IV. Contextualización de la comunidad

- 4.1 Investigación cualitativa
- 4.2 Diseño de instrumento a partir del problema
- 4.3 Trabajo de campo
- 4.4 Análisis de datos
- 4.5 Variables contextuales

V. Contrastación

- 5.1 Similitudes y diferencias entre variables
- 5.2 Conclusión
- 5.3 Evaluación
- 5.4 Esquema del Modelo de intervención
- 5.5 Conclusiones de la investigación

VI. Plan

VII. Programa

VIII. Proyectos

IX. Anexo

I. Introducción

El modelo de intervención que presentamos tiene como objeto principal brindar una opción más de prevención en el consumo de drogas en los alumnos de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata"; destacando que el estudio se realizó de acuerdo a las características específicas de un área determinada y con una población específica.

Nuestra principal motivación para abordar este tema, y posteriormente dar una propuesta de intervención, fue el incremento elevado en el consumo de drogas por parte de los alumnos de nuevo ingreso a la institución antes mencionada.

Para lo cual nos dimos a la tarea de elaborar una investigación de campo y documental la cuál nos dio como resultado la elaboración de un diagnóstico mediante el cual las variables contextuales y documentales nos sirven como fundamentación para la integración del Modelo de Intervención, en donde esquematizamos de manera gráfica los datos y actividades obtenidos durante la investigación.

En cuanto al Modelo de Intervención está constituido de la siguiente manera: Inicialmente lo conforma un Plan general que tiene como objetivo la prevención en el consumo de drogas dentro de la Preparatoria N° 115 con los alumnos de nuevo ingreso. Dicho Plan presenta también consideraciones generales a nivel investigación, metodología general para la elaboración del plan de trabajo, justificación de la presentación del Plan, el área de acción, el Programa a desarrollar así como las funciones, recursos y la supervisión y evaluación sistematizada.

Posteriormente el Programa pretende coadyuvar las acciones del equipo multidisciplinario (que se formará con los profesores de la preparatoria) que trabajarán conjuntamente para el logro del objetivo general del Plan, contienen también la calendarización de las actividades, material a utilizar, presupuesto, etc.

El siguiente paso en el Modelo de Intervención fue el diseño de los proyectos, de los cuáles uno de ellos diseñado en pro de la prevención del consumo de drogas por influencia de los amigos, y el otro proyecto dirigido a fomentar la comunicación de los jóvenes dentro de su núcleo familiar.

A continuación la propuesta del Modelo de Intervención contiene un anexo en el cual se desarrolla específicamente cada sesión que se tendrá con los jóvenes en los talleres que se impartirán.

Finalmente el trabajo contiene la bibliografía que sustenta el trabajo teórico del Modelo.

II. Antecedentes

2.1 El uso de la marihuana.

La marihuana se usaba y se usa en el lejano oriente para facilitar la meditación y el éxtasis religioso, los "assassins" o "haschischiens" tomaban esta droga para hacerse feroces; en el Cairo durante los años 30, la marihuana fue el centro de una subcultura subversiva; los músicos americanos de jazz la usan socialmente y creen que incrementa su sensibilidad musical; en Inglaterra los estudiantes la toman como símbolo de rebelión.

Es de importancia vital conocer el carácter del medio en el que se fuma esta droga para poder predecir sus efectos sobre los individuos; ello se debe en parte a su capacidad para extravertir el carácter y en parte al hecho de ser una droga que, como es como el alcohol, necesita "aprenderse".

Si no existiera una sociedad de consumidores de marihuana no habría nuevos usuarios. A diferencia de los opiáceos o las anfetaminas, la marihuana no produce ni dependencia física ni efectos placenteros, inmediatos.

Para que una persona llegue a disfrutar fumando marihuana, debe existir antes una activa sociedad de fumadores que acoja la costumbre y le persuada de que las primeras sensaciones desagradables que se perciben con la marihuana, en realidad son agradables y merecen repetirse.

Este proceso de aprendizaje lleva relativamente bastante tiempo es difícil realizarlo, a menos que las personas que estén alrededor del principiante le permitan reunirse con fumadores; no resulta sorprendente descubrir los estratos sociales, donde se fuma la marihuana.

Históricamente la marihuana fue mencionada por primera vez en el año 2500 AC.; en una farmacopea china. Aquellos que consideraban inmortal el placer o la felicidad empezaron a hablar de la planta como la "liberadora del pecado" mientras que otros la consideraban un eufórico deseable o una medicina aparentemente eficaz para padecimientos tales como artritis, malaria o constipación, empezaron a hablar de ella "proporcionadora del delito". Fue utilizada principalmente con propósitos médicos y religiosos. En el periodo de los vedas se consideraba

sagrada y se describía como un pasto santo. Una leyenda dice que el ángel guardián de la humanidad vive en las hojas de la planta y otro relato describe a la planta como proveniente del néctar caído de la tierra.

El uso de la marihuana se extendió por todo el subcontinente Indico y por otras partes de Asia. Parece ser que en el Hemisferio occidental la marihuana se usó poco hasta mediados del siglo XIX, cuando empezó a ser utilizado por muchos escritores franceses y americanos.

A principios de 1900 llegó a los estados Unidos como marihuana donde fue utilizada por primera vez por los braceros mexicanos.

La marihuana es una droga mixta. El principio activo de esta droga es el tetrahidrocannabinol (THC). No es un narcótico, no es un alucinógeno, ni un psicodélico y tampoco un tranquilizante, a pesar de que algunos de los aspectos en sus acciones en algunas personas son tranquilizantes, sedantes, psicodélicos, intoxicantes y se podría designar de muchas otras maneras. En términos del conocimiento actual, la mejor descripción de la marihuana es: una droga mixta, sedante-estimulante.

La droga se utiliza casi enteramente en forma de cigarrillos hechos a mano a través de los cuales se hace la inhalación.

Las dosis más altas frecuentemente disminuyen las sensaciones agradables que se buscan, los efectos aparecen a los pocos minutos de haber fumado, o de treinta a sesenta minutos después de la ingestión oral y duran aproximadamente entre 2 y 6 horas.

Los efectos principales suceden en el cerebro pero hay también un aumento moderado en el ritmo del pulso y en la presión sanguínea, la boca y la garganta se secan, los ojos enrojecen y el apetito aumenta; no se ha encontrado evidencia de daño en los órganos del cuerpo por su uso a corto ni a largo plazo y no han ocurrido muertes aún a dosis altas. En dosis regulares actúa en el cerebro sobre la mente para originar en la persona ordinaria euforia moderada, relajación, aumento de la ausencia de ideas a veces aumento de volubilidad e hilaridad y cambios específicos en la percepción del tiempo, haciendo los minutos parecer horas.

Con dosis altas pueden ocurrir ilusiones transitorias, alucinaciones y desorganización de la personalidad al igual que con dosis altas de otras drogas. El uso regular puede causar dependencia psicológica, pero no dependencia física y probablemente no desarrolla tolerancia.

Los consumidores de marihuana manifiestan ligereza en la cabeza, sentimientos de completa relajación, tranquilidad y serenidad alguna pérdida de coordinación motriz, percepciones sensoriales intensificadas y una distorsión del tiempo. Los consumidores inexpertos y los abusadores crónicos han manifestado oscilaciones del estado de ánimo entre una gran alegría y una extrema ansiedad y alucinaciones en donde los objetos cambian de forma y de color o de ilusiones ópticas.

Los efectos más serios de la marihuana a parte de la posibilidad de dependencia psicológica son indirectos.

2.2 Cocaína.

Es la más potente de todas las drogas, estimulantes en otros tiempos los médicos disolvían o inyectaban polvo blanco y cristalino como anestésico local. Para sentir los efectos estimulantes, se inhala o se inyecta después de lo cual produce efectos similares a los de las amfetaminas "fuertes". Conforme se desarrolla la tolerancia el consumidor puede cambiar a inyecciones intravenosas, a veces combinadas con heroína para potencializar y acelerar el efecto. A pesar de que no hay seguridad de que la cocaína produzca dependencia física, el deseo de sentir sus extremadamente fuertes efectos, ocasiona dependencia psicológica.

La cocaína tiene una larga historia y se obtiene del *Erythroxylon coca*, la "planta divina" de los incas, cuyos gobernantes la utilizaron en gran medida. Tantos como diez millones de indígenas andinos de Perú, Bolivia, Colombia y Argentina; mastican regularmente las hojas de esta planta esto se hace para tolerar el frío de esas áreas montañosas para aliviar la fatiga y para reducir el hambre.

El uso en forma de hoja y como cocaína purificada, casi legal e ilegal de esta droga es limitado en las grandes ciudades de América del Sur, de América del Norte y Europa Occidental y un poco más propagado en la India y Pakistán.

Paradójicamente, la planta de la cocaína se cultiva principalmente para la compañía Coca-Cola que en décadas recientes han utilizado la hoja como agente de sabor por supuesto después de que se ha extraído toda la droga.

III. Determinación de los parámetros de la investigación

3.1 Objetivos:

- Formar y concientizar a los alumnos de las consecuencias que trae consigo la adicción a las drogas.
- Fortalecer la autoestima de los alumnos para evitar que sean presionados por los grupos consumidores de drogas.
- Crear conciencia de la importancia en el fortalecimiento de los lazos familiares, así como fomentarlos.
- Prevenir el consumo de drogas en los alumnos de la preparatoria oficial No. 115 Emiliano Zapata.
- Se formará un equipo multidisciplinario con la finalidad de prevenir el consumo de drogas en los alumnos que aún no las consumen.
- Se fomentará la integración de los jóvenes de la Preparatoria hacia su núcleo familiar.
- Prevenir el consumo de drogas en los jóvenes por influencia de sus compañeros y amigos que las consumen.

Modelo

Desde el enfoque de modelo en sistemas sociales constituye una representación abstracta de un claro aspecto de la realidad y tiene una estructura que esta formada por los elementos que caracterizan el aspecto de la realidad modelada y por las relaciones entre elementos. (Araceli Arau, 1983)

El modelo cumple tres condiciones fundamentales:

- 1° Representa una teoría. Tiene sustento teórico en la teoría de Sistemas y trabajo de campo.
- 2° Muestra las condiciones ideales en las que se produce un fenómeno al verificarse una ley o una teoría.
- 3° Constituyen una muestra particular del fenómeno debido a que se han desarrollado en un determinado sector de características específicas.

¿Qué es?

Este modelo de intervención nos va a servir para determinar la estructura lógica de las actividades y procedimientos que tendrán los objetivos de nuestra investigación. El modelo por lo tanto es la representación abstracta de sus componentes a través de su identificación y caracterización en uno o varios sistemas que nos servirá como guía en cada una de las actividades que tendremos que realizar en el problema planteado; en caso de modificarse alguno de nuestros procedimientos u objetivos, necesariamente habremos de adecuarnos hasta integramos nuevamente a nuestro modelo.

3.2 Focalización del problema.

En la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" se a incrementado el consumo de drogas en los alumnos, por influencia de los amigos que las consumen.

Los resultados obtenidos de la investigación fueron los siguientes:

En el año de 1999 se incrementó el número de adictos al consumo de la cocaína y a la marihuana principalmente, en los alumnos de la preparatoria No. 115 siendo este incremento ascendente de acuerdo al avance en su grado escolar que cursan es decir, la cifra aumenta de un grado inicial al siguiente. Y como causa principal del incremento está, la influencia de los amigos y compañeros de la escuela.

3.3 Revisión literaria.

En el programa de "Prevención de las drogodependencias en el contexto familiar" se menciona que la falta de amor, atención y comprensión hace que muchos jóvenes recurran a buscar integrarse a algún grupo en donde creen encontrar lo que no existe en su hogar y que la comunicación familiar, para explicar los riesgos a los que se encuentran expuestos con el consumo de drogas, asimismo, animarlos y participar con ellos en sus labores académicas, conocer a sus maestros, amigos, etc.; evitando así que los jóvenes sean un blanco perfecto para la drogadicción. La segunda causa de consumo de drogas en la preparatoria según los resultados de la investigación hacen referencia a la falta de comunicación con la familia y por ende la incomprensión de los padres hacia sus hijos, según testimonio de los alumnos argumentando que estos factores se derivan de la falta de amor.

El programa dirigido a la prevención de las drogas denominado "Seminario sobre la prevención familiar y escolar de drogas" que se celebró en México con la participación de expertos de Estados Unidos y representando el ámbito europeo a través de la participación del Observatorio Europeo de las Drogas, este Seminario se desarrolló en torno a la revisión de tres bloques temáticos de la máxima importancia:

Analizar la influencia de familiares y amigos en el consumo de drogas y en la prevención; analizar cuales son los principales factores de riesgo y por último cuáles son las estrategias más eficaces para el acercamiento a la familia. (1)

En donde se considera prioritaria, la intervención preventiva con familias de alto riesgo, con fuertes conflictos familiares y con graves cargas económicas. Se ha destacado la relevancia de la escuela en la prevención con adolescentes de alto riesgo y sus familias.

(1) "SEMINARIO SOBRE LA PREVENCIÓN FAMILIAR Y ESCOLAR DE DROGAS" Celebrado en México por expertos de Estados Unidos.

Las familias unidas cuyos padres saben estar presentes cuando sus hijos los necesitan, están practicando la prevención, sin pensar en ello. Si los hijos crecen con amor y sentido de seguridad, así como pueden expresarse libremente, siendo realistas y optimistas sobre sus habilidades, y pueden tomar decisiones con razones sólidas es muy probable que no desarrollen una tendencia hacia las drogas descartándose las probabilidades de que sean influenciados por amigos o compañeros.

A la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, como máximo órgano responsable de la ejecución del Plan la compete definir una política estratégica global que, desde el consenso posibilite la estabilidad de los programas y actuaciones preventivas, su constante evaluación y su progresiva mejora.

La prevención persigue básicamente:

- Sensibilizar y movilizar a la sociedad para generar una cultura de rechazo a las drogas mediante el fomento de sus propios valores y la canalización a un deporte recreativo.
- Informar y educar a nuestros ciudadanos, especialmente niños y jóvenes, para que desarrollen estilos de vida positivos, saludables y autónomos.

3.4 Hipótesis tentativa.

Los alumnos que tienen buena relación de comunicación con su familia, y crecen con amor y sentido de seguridad son menos propensos a la influencia de los amigos que consumen drogas.

3.5 Marco Teórico conceptual.

La investigación efectuada sobre la drogadicción (que es considerada como la dependencia psicológica y fisiológica de un individuo respecto a la droga), nos arrojó como resultados que, las drogas (medicamento, sustancia de efecto estimulante, deprime, narcótico o alucinógeno que puede producir hábito) en donde los más frecuentes son el cigarro (tabaco con sustancias químicas) y las bebidas alcohólicas; que aún cuando su efecto es nocivo, no son drogas prohibidas, como en el caso de la cocaína que es un alcaloide que se usa como anestésico local y que tiene acción directa sobre el sistema nervioso central creando hábito y, la marihuana con propiedades hipnóticas que producen euforia y alucinaciones así como un estado apático.

En el caso de las dos últimas drogas mencionadas son de alto consumo por los alumnos de la Preparatoria, por lo que la presente, tiene como una de sus finalidades el diseño de una propuesta de intervención dirigida a la prevención en

los jóvenes a través que desarrollen una estabilidad emocional así como valores morales en busca de reducir la probabilidad de que deseen hacerse daño a sí mismos, siendo los más vulnerables los que tienen problemas de comunicación con su familia.

3.6 Variables Documentales

Variable 1

Los jóvenes consumen drogas por la deficiente comunicación que tienen con su familia.

Variable 2

Los amigos influyen en el consumo de drogas.

Variable 3

El estilo de vida positivo y saludable como prevención del consumo de drogas.

Variable 4

Generación de una cultura de rechazo hacia las drogas.

Variable 5

Cuando se les inculca a los jóvenes valores, sentido de responsabilidad, y seguridad, no desarrollara tendencias adictivas.

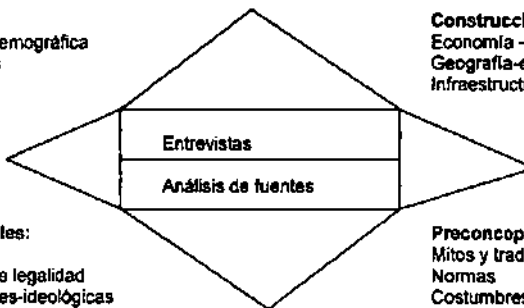
IV. Contextualización de la comunidad

4.1 Investigación cualitativa

(Hermenéutica)

Relación:
Composición demográfica
Redes sociales
Liderazgo

Saberes sociales:
Legitimidad
Leyes-Marco de legalidad
Políticas sociales-ideológicas



Construcción:
Economía –producción
Geografía-ecología
Infraestructura-servicios

Preconceptos:
Mitos y tradiciones
Normas
Costumbres

La Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" en la actualidad tiene las siguientes características:

• **Construcción:**

Infraestructura y servicios:

- 9 salones.
- 1 laboratorio químico.
- 2 aulas utilizados como bodegas.
- 1 aula para profesores.
- 1 aula para los orientadores.
- Dirección, subdirección.
- Canchas de fútbol y voleibol.
- Seis áreas verdes.
- Canchas de baloncesto.
- Canchas de voleibol.
- Cafetería.
- 4 patios (los patios traseros son usados por los alumnos para drogarse).
- 1 Baño para mujeres con 5 divisiones.
- 1 Baño para hombres con 5 mingitorios y 5 divisiones. (2)

Geografía – Ecología

La preparatoria se encuentra ubicada en Ecatepec estado de México, colonia Polígonos 3 en la calle Plutarco Elías Calles S/n, C.P. 55 230. colinda con las siguientes colonias:

Norte: Polígonos 2,
Sur: Nueva Aragón,
Este: Saucos,
Oeste: Fuentes.

En cuanto a las variables exógenas de la institución, las colonias que limitan con la Preparatoria son altamente delictivas de vandalismo que luchan entre ellas para adquirir mayor territorio de influencia a través de peleas y demostraciones de poder físico, asaltos a transeúntes y establecimientos de la zona.

En cuanto a las variables endógenas los alumnos que acuden a la institución son de las colonias de los alrededores en un 75%, y que eligen esta preparatoria por la cercanía a sus hogares.

(2) INVESTIGACIÓN DE CAMPO.

• **Saberes sociales:**

Legitimidad.-

El Reglamento de la Institución con respecto a los alumnos estipula:

- No debe haber alumnos fuera de su salón cuando tengan clases
- La hora de entrada a la escuela es a las 6:45 a.m. a 7:00 a.m.
- El uniforme es obligatorio.
- No fumar dentro de la Institución
- No ingerir bebidas alcohólicas dentro de las instalaciones
- No provocar riñas, contiendas, etc.
- Prohibido el comercio y consumo de drogas.
- Acreditar mínimo 6 materias para tener derecho a inscripción.

Políticas sociales.-

Las políticas sociales creadas por ellos mismos les indican sus propias normas de comportamiento.

Son influenciados por sus compañeros que se drogan a través de amenazas e intimidaciones.

Los alumnos que se drogan influyen sobre sus compañeros para inducirlos a través de la manipulación, para ser aceptados dentro de su grupo.

Aquellos que quieren pertenecer al grupo deberán drogarse demostrando de esta forma que quieren pertenecer al grupo.

• **Relación**

Liderazgo

En los grupos internos a la preparatoria hay Líderes carismáticos que los alumnos por sí solos reconocen, y los Líderes autoritarios que son colocados en ese puesto por su demostración de fuerza física.

4.2 Diseño de instrumento a partir del problema.

Para detectar a los alumnos que se drogan, la institución en colaboración con orientadores, directivos y profesores hace uso del siguiente instrumento que sirve sólo como parámetro que ayuda a identificar a los posibles adictos.

Guía de observación

Señales físicas:

Ojos vidriosos, enrojecidos y pupilas dilatadas

Somnoliento con gran frecuencia

Constante secreción nasal
Falta de apetito
Padece de sudores
Dolores de cabeza frecuentes
Mareos
Náusea y vómitos
Visión borrosa
Falta de concentración
Disminución de coordinación muscular
Insomnio
Muestra marcas de pinchazos en los brazos
Muestra marcas de quemaduras en las manos

Señales emocionales:

Se observa nervioso, inquieto y se irrita con facilidad
Muestra depresión o ansiedad
Tiene falta de entusiasmo o indiferencia por las cosas que antes le interesaban
Se dan cambios radicales en su carácter y personalidad

Cambios en el patrón de conducta:

Gasta mucho dinero sin que se vea en qué
Tiene nuevos amigos o cambia de grupo de amistades
Demuestra irresponsabilidad
Muestra dejadez en su vestir y aseo personal
Se ausenta de la escuela y sus notas bajan

Otros indicadores:

Sus camisas muestran manchas de sangre en las mangas
Se encuentran quemaduras en la cama o en la ropa
Se descubre una aguja hipodérmica, un gotero o una cuchara en su cuarto o entre sus pertenencias
Se encuentran en su cuarto u otro lugar de la casa, pequeños pedacitos de papel celofán que hayan estado doblados
De la casa comienzan a desaparecer cosas de valor.

Otros instrumentos son:

Guía de entrevista (anónima)

Entrevistas informales

Cuestionarios.

Estos instrumentos son utilizados y aplicados por los profesores y orientadores.

4.3 Trabajo de campo.

Todo el trabajo se realizó con apoyo y colaboración de un equipo multidisciplinario integrado por profesores que son de diferentes Licenciaturas, orientadores (Psicólogos, Pedagogos y Trabajadores Sociales) y directores.

Los Profesores: Elaboran un reporte inicial y final con los alumnos que cubren las características de la guía de observación.

Orientadores: Son quienes reciben la información por parte de los profesores y a través de entrevistas personales a los alumnos, corroboran la información y elaboran un informe que se entrega a los directivos en donde marca el incremento en el Índice de consumo de drogas y en ocasiones los nombres de los alumnos que las consumen con la finalidad de tener un registro estadístico con el incremento de la drogadicción.

Directores: Son quienes analizan la información y la documentan en el archivo. Sin que hasta el momento se tenga una propuesta tentativa que proponga un programa diseñado para la prevención del problema. Es por lo anterior necesaria la intervención de Trabajo Social en la Elaboración Programación y Aplicación de programas de prevención y disminución del consumo de drogas dentro de la institución así como actividades y talleres dirigidos a los alumnos.

4.4 Análisis de datos

El motivo por el que se ha incrementado el consumo de drogas (cocaína y marihuana) de acuerdo con la investigación previa es porque no hay programas destinados a la prevención que incluya la participación en los programas a padres de familia y profesores, los primeros porque son a quienes afecta directamente el consumo de droga en los jóvenes, por que tienen que formar una alianza y proteger a sus hijos de caer en el problema ya planteado, además de ser ellos quienes más desean el crear un ambiente sano para sus hijos. Los profesores por su relación cotidiana con los alumnos, son las personas apropiadas para guiar, dirigir y orientar a los jóvenes hacia una vida sana y saludable y, de esta forma disminuir el riesgo de caer en el consumo de drogas. De esta forma se formará un equipo en pro de la salud combatiendo este problema dentro de la Preparatoria No. 115 "Emiliano Zapata", por lo que consideramos de suma importancia la pronta intervención de Trabajo Social en busca de la disminución del problema.

Sin duda la influencia de los amigos es una variable importante seguida por la mala relación de comunicación de los alumnos con sus familiares. (principalmente con sus padres)

4.5 Variables contextuales.

1. Los estudiantes que consumen drogas influyen sobre los que no lo hacen para que las consuman.
2. Los alumnos consumen drogas para pertenecer a un grupo específico.

3. Los alumnos que tienen problemas de desintegración familiar son más susceptibles para el consumo de drogas.

V. Contrastación

5.1 Similitudes y diferencias entre las variables

Variables documentales

A Los jóvenes consumen drogas por la deficiente comunicación familiar.

B Influencia de amigos en el consumo de drogas.

C El estilo de vida positivo y saludable como prevención del consumo de drogas.

D La generación de una cultura de rechazo hacia las drogas como medida preventiva.

E Es muy probable que nunca desarrollen una tendencia hacia las drogas, al inculcarles valores como: el sentido de responsabilidad y seguridad, así como el amor. Para así poder tomar decisiones sólidas.

Variables contextuales

1 Los alumnos que consumen drogas influyen sobre los que no las consumen.

2 Los alumnos consumen drogas por necesidad de pertenecer a un grupo específico.

3 Los alumnos que tienen problemas familiares son más propensos o susceptibles

- ✓ Similitud
X Diferencia

| | A | B | C | D | E |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | X | ✓ | X | ✓ | X |
| 2 | ✓ | ✓ | X | X | X |
| 3 | ✓ | X | ✓ | X | ✓ |

✓

A - 2
A - 3
B - 1
B - 2
C - 3
D - 3
D - 1
E - 3

X

A - 1
B - 3
C - 1
C - 2
D - 2
E - 1
E - 2

A - 1. Los alumnos consumen drogas por la deficiente comunicación que tienen con su familia y son precisamente éstos los que influyen sobre los estudiantes que aún no las consumen.

A - 2. Los alumnos que tienen deficiente comunicación familiar consumen drogas por la necesidad de pertenecer a un grupo.

A - 3. Los alumnos más propensos o susceptibles al consumo de drogas son los que tienen deficiente comunicación familiar.

B - 1. La influencia de los amigos para el consumo de drogas sobre los que no las consumen.

B - 2. La necesidad de pertenecer a un grupo específico influye para el consumo de drogas.

B - 3. Los amigos que tienen problemas familiares están más propensos de caer en el consumo de drogas por la influencia de los amigos.

C - 1. Los alumnos que consumen drogas no tienen un estilo de vida positivo y saludable.

C - 2. Los alumnos que consumen drogas por la necesidad de pertenecer a un grupo específico es porque no llevan un estilo de vida positivo y saludable.

C - 3. Los alumnos que tienen problemas familiares no llevan un estilo de vida positivo y saludable por lo cual son más propensos a caer en el consumo de drogas.

D - 1 Los alumnos que consumen drogas e influyen a los que no las consumen no tienen una cultura de rechazo.

D - 2 Los alumnos que consumen drogas por la necesidad de pertenecer a un grupo específico no tienen una cultura de rechazo.

D-3 En los alumnos que tienen problemas familiares no existe una generación de cultura de rechazo hacia las drogas.

E-1 La inculcación de valores como sentido de responsabilidad y seguridad así como el amor, disminuye el riesgo de desarrollar tendencia hacia las drogas por parte de los alumnos influenciados por los amigos que sí las consumen.

E-2 Si se inculcan valores a los jóvenes, pueden tomar decisiones sólidas y no tendrían la necesidad de consumir drogas para pertenecer a un grupo específico.

E-3 Los alumnos que tienen problemas familiares desarrollan tendencia hacia las drogas y son más susceptibles de caer en el consumo de éstas.

5.2 Conclusión

De acuerdo a los resultados obtenidos de la investigación y del trabajo de campo a través de unas guías de observación, entrevistas anónimas y cuestionarios, en colaboración con los profesores del plantel, orientadores y directivos; se llegó a las siguientes conclusiones, que los estudiantes de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" que consumen drogas son de gran influencia en el aumento del índice de consumo de drogas de los estudiantes que nos las consumían ya que al inicio de ciclo escolar el índice de drogadicción es bajo y el consumo va en aumento conforme los alumnos avanzan al siguiente ciclo escolar de tal manera que en el tercer año, al final de sus estudios a nivel bachillerato el grado en el incremento de drogadicción es sumamente elevado.

Asimismo es muy notorio el hecho de que los alumnos que las ingieren desde el inicio de sus estudios (es decir los que ejercen influencia entre los que no son consumidores) es porque en su mayoría tiene deficiente comunicación familiar de acuerdo a la información proporcionada por los orientadores, falta de valores, no llevando un estilo de vida sano y no tienen bien definida una cultura de rechazo al el consumo de drogas.

Conformándose un círculo vicioso porque los alumnos más propensos y/o susceptibles a caer en estas adicciones, presentan este mismo problema (deficiente comunicación familiar o padres adictos) y sienten la necesidad de pertenecer a un grupo con características similares.

Por esta razón es conveniente y urgente proponer una solución acorde a las necesidades planteadas en la investigación y una intervención de manera inmediata con un Plan de Acción específico y acorde con las características de la institución (Preparatoria N° 115) de la población afectada (alumnos que aún no son consumidores de drogas) así como el personal académico que labora y apoya las actividades de la institución.

Es así como la propuesta de Trabajo Social es la elaboración de Plan, Programa y Proyectos de prevención para las futuras generaciones, así como elevar el autoestima de los alumnos dirigiéndolos a la asistencia a los talleres y a actividades deportivas y recreativas.

5.3 Evaluación.

A través de la aplicación y el desarrollo de los planes programas y proyectos se realizará una evaluación permanente y continua con el fin de obtener los mejores resultados y de ser necesario realizar las modificaciones y correcciones oportunas a los programas.

5.4 Modelo de intervención.

La propuesta de intervención de Trabajo Social se dirige a la prevención en el consumo de drogas.

5.5 Conclusiones de la investigación.

La investigación realizada con fecha de septiembre a febrero del año 2001 acerca de la drogadicción en la preparatoria 115 Emiliano Zapata, se sustentó en la Teoría de los sistemas de Bertalanffy expuesta primeramente en el marco teórico, y que nos fue transportando a través de una metodología, a las aplicación de cuestionarios, a una muestra representativa del 20% del total de la población, arrojando los siguientes resultados: que el 98% de los alumnos de la preparatoria #115 consumen algún tipo de droga y las más frecuentes son:

Con un 23% la marihuana, 20% la cocaína, claro está que es abocándonos a las drogas en estudio pues hay algunas consideradas "drogas sociales", que son permitidas y que una gran parte las consume, como por ejemplo el tabaco y el alcohol.

Este consumo se da según nuestros resultados a causa de la influencia de los compañeros, desintegración familiar, rebeldía y presión por parte de un grupo. Mientras que el 2% nunca ha probado ninguna droga.

Es por anteriormente dicho, que concluimos que el consumo de la cocaína y la marihuana se ha incrementado al grado de nivelarse con la adicción al tabaco y aún por encima del alcohol.

Es necesario y urgente poner un alto (frenar) el aumento del índice de consumo de drogas en esta Preparatoria, de no ser así el problema de la drogadicción en este plantel, en un tiempo no muy lejano será aún más grave; por lo que es necesaria

la ayuda de profesionales, que puedan lograr una prevención eficaz en contra de esta problemática, pues hasta el momento no se ha puesto en marcha ningún programa encaminado a la prevención del consumo de drogas.

Es por este motivo que se necesita conocer el origen del problema y diseñar programas de prevención en la zona específica y de acuerdo al diagnóstico obtenido.

VI. PLAN

Prevenir el consumo de drogas.

1. Identificación.

1.1 El área que presenta el Plan es la Comisión de Planeación y programación de la preparatoria integrado por un equipo multidisciplinario de docentes.

1.2 Los responsables de elaborar el plan son los integrantes del equipo formado en el seminario de áreas sustantivas de la licenciatura de Trabajo Social.

1.3 La fecha de elaboración del plan: el 7 de Marzo del 2001.

La fecha de iniciación del plan será del 20 de Agosto del 2001 al 5 de Julio del 2002.

2. Consideraciones generales.

2.1 De la investigación realizada se obtuvieron los siguientes resultados del cruce de variables contextuales y documentales, y donde nos da como principal problema que: La comunicación con la familia es indispensable como elemento preventivo en el consumo de las drogas debido a que el núcleo familiar es la principal instancia en dónde se les inculcan los valores universales, proporcionándoles seguridad, confianza y amor. De no ser así su propia necesidad de pertenencia y aceptación de un grupo los obliga a integrarse a un grupo en donde sean aceptados y no les importa si es de influencia negativa, porque es ahí dónde se sienten identificados y comprendidos.

Sin embargo cuando la aceptación que ellos tienen proviene del núcleo familiar disminuye la posibilidad de que sean influenciados por los amigos, compañeros o cualquier otra persona que los quiera inducir al consumo de drogas. Pero desafortunadamente, no en todas las familias de los jóvenes (que estudian en esta preparatoria), se origina un ambiente armonioso, con el cual se va de la mano, la buena comunicación en el núcleo familiar, que se les proporciona seguridad y afectividad, por lo que no necesitan acudir a amigos y/o compañeros que consumen drogas para sentirse seguros de pertenecer a un grupo con gustos similares y necesidades comunes.

En dónde se obtuvieron los siguientes datos importantes:

Los alumnos consumen drogas por la deficiente comunicación que tienen con su familia y son precisamente éstos los que influyen sobre los estudiantes que aún no las consumen, y ante la necesidad de pertenecer a un grupo.

La inculcación de valores como el sentido de la responsabilidad y seguridad así como el amor, disminuye el riesgo de desarrollar tendencia hacia las drogas por parte de los alumnos y a que la influencia de los compañeros y amigos no los afecte y que tengan la capacidad de tomar decisiones sólidas.

El resultado de las estadísticas nos indican que efectivamente hay una relación directa del consumo de drogas con la influencia de amigos de lo cuál nos interesa conocer más de cerca de través de un modelo las relaciones de este fenómeno que dan validez a nuestra hipótesis inicial.

2.2 La metodología para la elaboración del plan de trabajo será de la siguiente forma:

Elaboración del Plan que contiene Programas y proyectos enfocados a la prevención del consumo de drogas en los jóvenes, especificando en cada uno de los Programas y proyectos cada una de las actividades que se llevarán a cabo, así como las fechas de inicio y término de cada una de ellas.

El diseño servirá como propuesta para el modelo de intervención, con el fin de proponer alternativas de prevención al consumo de drogas de los alumnos de la preparatoria.

La aplicación del presente modelo está condicionada a la aceptación del Centro de Educación Continua.

2.3 Las prioridades del presente modelo se basan en los resultados que se obtuvieron de la investigación:

- Prevención del consumo de drogas a través de la familia.
- Formación de un equipo multidisciplinario a través de la comisión de programación.
- Evitar la influencia que origina la dependencia y consumo de drogas.

Consideramos que es de relevancia la elaboración del Plan que contiene Programas y Proyectos enfocados a la prevención del consumo de drogas en los jóvenes especificando en cada uno de los Programas y Proyectos cada una de las actividades que se llevarán a cabo, así como las fechas de inicio y término de cada una de ellas en la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata", turno matutino.

2.4 Los criterios adoptados para la selección de alternativas se basan principalmente en los resultados del trabajo del equipo multidisciplinario.

3. Justificación.

Con el presente trabajo se pretende modificar el índice estadístico actual de drogadicción dentro de la institución enfocado principalmente a la prevención del consumo de drogas en los alumnos y de esta manera disminuirán el número de los alumnos que se drogan.

Según nuestra investigación las problemáticas sobresalientes y, que están originando el presente programa son las siguientes:

- Los jóvenes que influyen al consumo de drogas a sus amigos y compañeros.
- La falta de programas dirigidos a atender a los alumnos que presentan el problema de la adicción.
- La deficiente comunicación que presentan los alumnos con su núcleo familiar.
- El deseo de pertenencia a un grupo en el que se sienten aceptados.

Así mismo la investigación realizada a través de documentos existentes en la institución y del trabajo de campo a través de la aplicación de cuestionarios, entrevistas y guías de observación, nos condujeron a la problemática que presenta la institución arrojando dos variables fundamentales.

- I. La influencia de los compañeros y amigos que los incitan al consumo de la cocaína y la marihuana.
- II. La deficiente comunicación con su núcleo familiar los orilla a ser propensos a caer en el consumo de las drogas, con el deseo de sentirse aceptados en un grupo.

4.- Objetivos

OBJETIVO GENERAL: Prevenir el consumo de drogas en los alumnos de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" turno matutino que aún no las consumen a través de la participación de equipo multidisciplinario, de familiares y amigos con el fin de evitar que sean influenciados por sus compañeros que las consumen.

4.1 Objetivos específicos.

- Coadyuvar las acciones del equipo multidisciplinario en función de la prevención del consumo de drogas en los alumnos de nuevo ingreso que no las consumen, a través de fomentar la integración de los jóvenes a su núcleo familiar.

- Evitar la influencia negativa de los compañeros y amigos para prevenir el consumo de drogas en los alumnos que no las consumen a través de acciones dirigidas a incrementar su autoestima.

5.- Políticas

La institución tiene sus propios estatutos a seguir y son:

- I. La participación de un equipo multidisciplinario de la planta de profesores a través de la comisión de planeación y programación.
- II. Para todas las actividades que se contemplen dentro de la institución y con los alumnos de la misma se debe seguir un trámite administrativo, que es entregar un escrito especificando los nombres de los responsables, el número de asistentes y las actividades a desarrollar.
- III. Se entregará por cada reunión un informe en el que se indique de manera general las actividades realizadas así como las conclusiones a las que se llegó y las propuestas de mejora.
- IV. Cualquier actividad a desarrollar según lo establecido en el plan, no generará ingresos o comisiones.
- V. Los alumnos no podrán salir de la institución sin previo aviso y autorización por escrito.
- VI. Cualquier actividad a desarrollar tendrá que ser forzosamente en horarios de clases.
- VII. Las instalaciones de la institución se entregarán en las mismas condiciones en las que se reciban.
- VIII. El uso del material didáctico de la institución se condicionará a la siguiente regla.
- IX. Para el préstamo del material se tendrá que pedir por escrito y con anticipación.

6.- Área de acción.

Las áreas de intervención del programa son:

| ÁREA | ACTIVIDAD |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PREVENCIÓN | <p>1.-INFORMAR</p> <p>1.1 Elaboración de carteles con información acerca del daño que ocasiona el consumo de drogas.</p> <p>1.2 Orientación a jóvenes acerca de la prevención del consumo de drogas.</p> <p>1.3 Pláticas informativas.</p> |

| | |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>2.-SENSIBILIZACIÓN</p> <p>2.1 Participación de los jóvenes en los programas dirigidos a la prevención del consumo de drogas.</p> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

7.- Programas a desarrollar.

1. Prevención del consumo de drogas en los alumnos de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" turno matutino.

Objetivo general: Coadyuvar con las acciones del equipo multidisciplinario en función de la prevención del consumo de drogas en alumnos que aún no las consumen dentro de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata"

2. Comunicación familiar

Objetivo general: Fomentar la integración de los jóvenes de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" turno matutino hacia su núcleo familiar, con la finalidad de prevenir la adicción al consumo de drogas

3. Prevenir la influencia de los amigos consumidores

Objetivo general: Evitar la influencia negativa de compañeros y amigos de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" turno matutino que los induzcan al consumo de drogas.

8.- FUNCIONES

| FUNCIONES: | ACTIVIDADES | RESPONSABLES |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 1.ORGANIZACIÓN | 1.1 Formación e integración del equipo multidisciplinario. | La dirección de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata". |
| 2. PLANEACIÓN | 2.1 Elaborar carteles (invitando a los alumnos a participar en las actividades a desarrollar con el fin de prevenir el consumo de drogas). 2.2 Elaborar volantes y trípticos que sean atractivos y en los cuales se les informará a los alumnos de las actividades que se desarrollarán con el fin de prevenir la drogadicción. 2.3 Los encargados de repartir los | La orientación educativa de la Preparatoria. Orientación y Trabajo Social. |

| | | |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>volantes y trípticos a los alumnos. Serán los mismos profesores del plantel que integran el equipo multidisciplinario.</p> <p>2.4 Elaboración de periódicos murales en donde se les informará a los alumnos de las consecuencias de las adicciones a las drogas (en cada periódico se hablará de una droga específica).</p> <p>2.5 Diseño de ecetatos que contendrán la información acorde con las conferencias, pláticas o sesiones informativas</p> <p>2.6 Conferencias a nivel general sobre las causas de las adicciones a las drogas.</p> <p>2.7 Pláticas con los alumnos acerca de las consideraciones particulares de las causas de adicción, así como propuestas de solución al problema.</p> | <p>El equipo multidisciplinario.</p> <p>Trabajo Social.</p> <p>Orientación.</p> <p>Equipo multidisciplinario</p> <p>Psicología, Pedagogía y Trabajo Social</p> |
| 3. DESARROLLO | <p>3.1 Talleres que fomentarán la integración de los jóvenes hacia su núcleo familiar.</p> <p>3.2 Dinámicas de integración y adaptación.</p> <p>3.3 Proyecciones de testimonios de adictos a las drogas.</p> <p>3.4 Trabajo grupal e individual en el que se entrevistará a los alumnos para ver sus avances.</p> | <p>Trabajo Social Psicología</p> <p>Trabajo Social Pedagogía Trabajo Social</p> <p>Trabajo Social</p> |

9.- Recursos

9.1-Recursos humanos:

Los profesores del grupo multidisciplinario que pertenecen a la comisión de Planeación y Programación, mismos que serán los que participarán en la aplicación de los diferentes programas y proyectos.

- 4 Licenciados en Trabajo social.
- 2 Licenciados en Psicología.
- 2 Licenciados en Sociología.
- 2 Licenciados en Pedagogía.

- Lic. en Ciencias de la Comunicación,
- Lic. en Periodismo,
- Lic. en Odontología,
- Médicos Veterinarios,
- 3 Licenciados en educación,
- 2 Licenciados en Derecho,
- 1 Licenciado en historia,
- 1 Licenciado en periodismo,
- 1 Licenciado en Ciencias de la Comunicación,
- Licenciados en Educación Física.

9.2.- Recursos Materiales y Físicos

| MATERIAL | CANTIDAD | CARACTERÍSTICAS |
|---------------------------|----------|---------------------|
| Aulas escolares | 2 | 25 sillas por aula |
| Proyector de diapositivas | 1 | Sencillo |
| Rotafolio | 1 | Sencillo |
| Papel Bond | 15 | Blanco |
| Pizarra | 1 | Sencillo |
| Gisces | 1 caja | Blanco |
| Cartulinas | 5 | Biancas |
| Marcadores | 10 | De colores |
| Test Psicológicos | 5 | Diferentes |
| Hojas y Lápices | | |
| Copias | | De todo el material |
| T.V. Vídeos y Películas | 1 | |

Supervisión

Los informes tendrán que dar cuenta del proceso de enseñanza aprendizaje de los jóvenes estudiantes de la preparatoria.

Si existen avances en cuanto a la información que tenían acerca del consumo de drogas, y si existe algún indicio de sensibilizar a cerca de los daños que ocasiona el consumo de las drogas.

Los reportes que se entregarán semanalmente, serán usados también para comprobar la efectividad de las acciones tomadas.

- **Reporte semanal.**

| |
|---------------------------------------|
| Fecha |
| Responsable de la Sesión o actividad. |
| Número de participantes. |
| Temática. |
| Metodología. |
| Observaciones. |
| Propuestas. |
| Conclusiones |

- **Informe mensual.**

| Informe Mensual | Fecha |
|----------------------------------|-------|
| Descripción general del proceso. | |
| Aportaciones. | |
| Problemática presentada. | |
| Aportaciones. | |
| Problemática presentada. | |
| Propuestas. | |

Evaluación

La evaluación será de manera permanente y continua, a través de los instrumentos diseñados como el test que se aplicará al inicio de la ejecución del programa y al final del mismo, con la finalidad de verificar los cambios obtenidos. Así como realizar visitas esporádicas a las familias sin previo aviso, esto con el fin de verificar que se estén dando los resultados de manera positiva y conforme a lo establecido en el programa.

Sistematización

El propósito de llevar a cabo la sistematización del Plan, Programa y Proyectos respectivamente, es la integración del conocimiento teórico – práctico, así como la formulación de estrategias y formas de intervención para la acción profesional, y comprender que la relación enseñanza – aprendizaje es un proceso de superación de la acción a través de la reflexión, el análisis y la síntesis de las experiencias desarrolladas.

VII. PROGRAMA

Integrar a los jóvenes a su núcleo familiar como forma preventiva de adicción a las drogas.

1. Identificación.

1.1 Elabora el programa la comisión de planeación y programación de la preparatoria.

1.2 Los responsables del programa son el equipo de áreas sustantivas de Trabajo Social

1.3 La fecha de aplicación será de agosto del 2001 a julio del 2002 por parte de equipo de Trabajo Social.

2.- Justificación

La deficiente comunicación de los alumnos de la preparatoria con sus familiares ha llevado a que cada vez más alumnos de la preparatoria sean conducidos al consumo de las drogas.

Es por este motivo que se pretende que a través del presente programa la relación de comunicación e integración de los alumnos de la preparatoria se dé de manera sólida con su familia.

Para lo que se requiere del equipo multidisciplinario de la comisión de planeación y programación que se encargará de las acciones dirigidas a la prevención de las drogas en los alumnos.

3.- Objetivo General

Coadyuvar con las acciones del equipo multidisciplinario en función de la prevención del consumo de drogas en los alumnos de nuevo ingreso que no las consumen, a través de fomentar la integración de los jóvenes a su núcleo familiar.

Objetivos Específicos:

- I.- Promover la integración y comunicación de los jóvenes de la preparatoria hacia su núcleo familiar.
- II.- Proporcionar la información necesaria sobre causas y consecuencias de las adicciones a las drogas.

4.- Metas.

- I. La integración y comunicación de los jóvenes con su núcleo familiar se verá mejorado en un 50% del total de alumnos que tengan este problema a través de entrevistas informales y observación constante por parte del equipo multidisciplinario.
- II. Se les proporcionará información escrita y oral sobre las causas y consecuencias al 80% de la población total de nuevos Ingresos a la preparatoria.

5. Límites

Espacio.- El programa se llevará a cabo en dos aulas de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata".

Tiempo.- El tiempo establecido para llevar a cabo este Programa será de un semestre que abarca del 21 agosto 2001 al 27 de enero del 2002.

Trabajo.- La población hacia la cual va dirigida la acción del programa son los jóvenes, que aún no consumen drogas, en la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata", que son un total de 315 alumnos del turno matutino.

6. Organización

6.1 Funciones.

FUNCIÓN PREVENCIÓN
RECURSOS

6.2 Recursos humanos:

Los profesores del grupo multidisciplinario que pertenecen a la comisión de Planeación y Programación, mismos que serán los que participarán en la aplicación de los diferentes programas y proyectos.

- 4 Licenciados en Trabajo social.
- 2 Licenciados en Psicología.

- 2 Licenciados en Sociología.
- 2 Licenciados en Pedagogía.
- Lic. en Ciencias de la Comunicación,
- Lic. en Periodismo,
- Lic. en Odontología,
- Médicos Veterinarios,
- 3 Licenciados en educación
- 2 Licenciados en Derecho.
- 1 Licenciado en historia.
- 1 Licenciado en periodismo
- 1 Licenciado en Ciencias de la Comunicación..
- Licenciados en Educación Física.

6.3 Recursos Materiales y Físicos

| MATERIAL | CANTIDAD | CARACTERÍSTICAS |
|-------------------------|----------|-------------------------------|
| Aulas escolares | 2 | 25 sillas por aula |
| Proyector de acetatos | 1 | Sencillo |
| Rotafolio | 1 | Sencillo |
| Papel Bond | 15 | Blanco |
| Pizarrón | 1 | Sencillo |
| Gis | 1 caja | Blanco |
| Cartulinas | 5 | Blanco |
| Marcadores | 10 | De colores |
| Test Psicológicos | 5 | Diferentes |
| Hojas y Lápices | | |
| Copias | | De todo el material |
| T.V, Videos y Películas | 1 | |
| Balones | 3 | Voleibol, baloncesto y Fútbol |

7.- Calendarización

| Actividades | Agosto | Septiembre | Octubre | Noviembre | Diciembre | Enero |
|-------------------------|--------|------------|---------|-----------|-----------|-------|
| Carteles | 20-24 | | | | | |
| Invitación a participar | 24-31 | | | | | |
| Sesiones de Integración | | 17 y 24 | | | | |

| | | | | | | |
|------------------------------------|--|--|------------------|------------|------|---------|
| Talleres, dinámicas grupales | | | 1,8,15, 22,29 | | | |
| Actividades deportivas | | | | 5,12,19,26 | | |
| Actividades culturales | | | | | 3,10 | 7,14,21 |
| Evaluación | | | | | | 28-31 |

8.- Presupuesto

Todos los recursos materiales son proporcionados por la institución así como las instalaciones, sólo que los recursos humanos que trabajaran en el programa no obtendrán ningún ingreso a parte de sus sueldos base.

9.- Control

Como instrumento de control del programa se entregará semanalmente un reporte por parte del equipo multidisciplinario a los coordinadores del programa (en éste caso a trabajo social) y contiene los siguientes datos.

10.- Supervisión

Esta se realizará por los coordinadores del programa, asistiendo mensualmente a las actividades programadas. Y por parte de los directivos en visitas esporádicas y sin previo aviso durante el tiempo de duración del programa (seis meses) y en caso de existir algún problema para el seguimiento de tal programa se realizarán modificaciones en su momento y a través de la entrega de informes mensuales a los responsables del programa.

Otra forma de control serán los reportes semanales que se entregara al área coordinadora del programa por la comisión de planeación y programación.

11.- Evaluación

La evaluación será de manera permanente y continua, a través de los instrumentos diseñados como el test que se aplicará al inicio de la ejecución del programa y al final del mismo, con la finalidad de verificar los cambios obtenidos. Así como realizar visitas esporádicas a las familias sin previo aviso, esto con el fin

de verificar que se estén dando los resultados de manera positiva y conforme a lo establecido en el programa.

Sistematización

En el proceso de recuperación de la experiencia se analizarán los cambios de conducta de los jóvenes al interior de su familia y de esta hacia los jóvenes, para verificar si la comunicación familiar es una alternativa eficaz de prevención hacia el consumo de las drogas; dicho proceso será permanente durante el tiempo que dure la ejecución del programa.

En cuanto al grupo multidisciplinario que estará colaborando en la ejecución del programa, se analizarán los aportes proporcionados a los jóvenes, así como las experiencias con los mismos jóvenes y su integración con los demás profesionales que integran el equipo multidisciplinario y reflexionar sobre las experiencias del equipo y su trabajo con los jóvenes.

VII: PROYECTO

"Prevención de la influencia de los amigos consumidores"

1. Identificación

- 1.1 El equipo de Trabajo Social se encargará de elaborar el programa.
- 1.2 Trabajo Social es responsable por la misma elaboración, aplicación y evaluación del programa.
- 1.3 La fecha de presentación del programa será el 7 de febrero.

2.- Justificación

De acuerdo con los resultados arrojados de la investigación realizada, se demuestra que la principal causa del aumento del índice sobre el consumo de drogas es la influencia de los amigos que son consumidores hacia los jóvenes que no lo son; por lo tanto en pro de disminuir el alto índice de alumnos consumidores de drogas es fundamental y necesario desarrollar y ejecutar un Plan de prevención contra las drogas y justamente dicho Plan está dirigido de forma preventiva hacia

la principal causa de la adicción y que es: la influencia de amigos. Según los resultados que se obtuvieron de la investigación

3.-Objetivo General

• Evitar la influencia negativa de los compañeros y amigos para prevenir el consumo de drogas en los alumnos que no las consumen a través de acciones dirigidas a incrementar su autoestima.

Objetivos específicos:

I.. Fomentar la autoestima de los alumnos

II.- Prevenir el incremento en el número de adictos por influencia de los compañeros y amigos.

4.- Metas.

I. Los alumnos tendrán un nivel de autoestima elevado en un 60% del total de la población de nuevo ingreso a través de talleres y dinámicas de grupo.

II. Disminuirá el número de adictos en las siguientes generaciones de alumnos de la preparatoria en un 80% del total de alumnos de nuevo ingreso.

5.- Límites

Espacio.- El programa se llevará a cabo en dos aulas de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata".

Tiempo.- El tiempo establecido para llevar a cabo este Programa será de un semestre que abarca del 21 agosto 2001 al 27 de enero del 2002.

Trabajo.- La población hacia la cual va dirigida la acción del programa son los jóvenes, que aún no consumen drogas, en la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata", que son un total de 315 alumnos del turno matutino.

6.- Organización

6.1 ACTIVIDADES

Pláticas.

En las pláticas los alumnos tendrán la libertad de expresar cuales consideran ellos que son las causas más frecuentes que los orillan a las adicciones de las drogas y conjuntamente con el equipo multidisciplinario darán posibles soluciones a la prevención del consumo de drogas.

Elaborar carteles.

En los cuales se difundirán los valores familiares y preservación de los mismos.

Talleres.

Los cuales fomentarán la integración de los jóvenes a su núcleo familiar, así como fomentar una buena comunicación con los mismos en pro de prevenir de esta forma el consumo de las drogas en los jóvenes.

Dinámicas grupales de integración y convivencia familiar.

Se formarán equipos de fútbol, voleibol y baloncesto, además se realizarán torneos con el fin de que los alumnos se integren a una actividad deportiva y se alejen de las influencias que los conlleva al consumo de drogas.

6.2 Recursos Humanos,

Los profesores del grupo multidisciplinario que pertenecen a la comisión de Planeación y Programación, mismos que serán los que participarán en la aplicación de los diferentes programas y proyectos.

- 4 Licenciados en Trabajo social.
- 2 Licenciados en Psicología.
- 2 Licenciados en Sociología.
- 2 Licenciados en Pedagogía.
- Lic. en Ciencias de la Comunicación,
- Lic. en Periodismo,
- Lic. en Odontología,
- Médicos Veterinarios,
- 3 Licenciados en educación,
- 2 Licenciados en Derecho.
- 1 Licenciado en historia.
- 1 Licenciado en periodismo.
- 1 Licenciado en Ciencias de la Comunicación.
- Licenciados en Educación Física.

6.3 Recursos Materiales y Físicos

| MATERIAL | CANTIDAD | CARACTERÍSTICAS |
|-----------------|----------|--------------------|
| Aulas escolares | 2 | 25 sillas por aula |

| | | |
|------------|--------|-------------------------------|
| balones | 3 | Voleibol, baloncesto y fútbol |
| Rotafolio | 1 | Sencillo |
| Papel Bond | 10 | Blancos |
| Pizarrón | 1 | Sencillo |
| Gises | 1 caja | Blancos |

7.- Calendarización

| Actividades | Agosto | Septiembre | Octubre | Noviembre | Diciembre | Enero |
|-------------|--------|------------|------------------|-----------------|-----------|-------------|
| | 20-24 | | | | | |
| | 24-31 | | | | | |
| | | 17 y 24 | | | | |
| | | | 1,8,15, 22,29 | | | |
| | | | | 5,12,19,2 6, | | |
| | | | | | 3,10 | 7,14,2 1 |
| | | | | | | 28-31 |

8.- PRESUPUESTO

Todos los recursos materiales son proporcionados por la institución así como las instalaciones, sólo que los recursos humanos que trabajaran en el programa no obtendrán ningún ingreso a parte de sus sueldos base.

9.- CONTROL

Como instrumento de control del programa se entregará semanalmente un reporte por parte del equipo multidisciplinario a los coordinadores del programa (en éste caso a trabajo social) y contiene los siguientes datos.

- **Reporto semanal.**

Fecha

Responsable de la Sesión o actividad.

Número de participantes.

Temática.

Metodología.

Observaciones.

Propuestas.

Conclusiones

- **Informe mensual**

Informe Mensual

fecha

Descripción general del proceso.

Aportaciones.

Problemática presentada.

Aportaciones.

Problemática presentada.

Propuestas.

10.- SUPERVISIÓN

Esta se realizará por los coordinadores del programa, asistiendo mensualmente a las actividades programadas. Y por parte de los directivos en visitas esporádicas y sin previo aviso durante el tiempo de duración del programa (seis meses) y en caso de existir algún problema para el seguimiento de tal programa se realizarán modificaciones en su momento y a través de la entrega de informes mensuales a los responsables del programa.

Otra forma de control serán los reportes semanales que se entregara al área coordinadora del programa por la comisión de planeación y programación.

Evaluación

La evaluación será de manera permanente y continua, a través de los instrumentos diseñados como el test que se aplicará al inicio de la ejecución del programa y al final del mismo, con la finalidad de verificar los cambios obtenidos. Así como realizar visitas esporádicas a las familias sin previo aviso, esto con el fin de verificar que se estén dando los resultados de manera positiva y conforme a lo establecido en el programa.

Sistematización

En el proceso de recuperación de la experiencia se analizarán los cambios de conducta de los jóvenes al interior de su familia y de esta hacia los jóvenes, para verificar si la comunicación familiar es una alternativa eficaz de prevención hacia el consumo de las drogas; dicho proceso será permanente durante el tiempo que dure la ejecución del programa.

En cuanto al grupo multidisciplinario que estará colaborando en la ejecución del programa, se analizarán los aportes proporcionados a los jóvenes, así como las experiencias con los mismos jóvenes y su integración con los demás profesionales que integran el equipo multidisciplinario y reflexionar sobre las experiencias del equipo y su trabajo con los jóvenes.

EXPECTATIVAS DE MODELO

Se tiene como finalidad del modelo de intervención generar una metodología de intervención (tanto a la Institución como a nosotros licenciados en Trabajo Social) al problema planteado, sentar la base para otras intervenciones de Trabajo Social e ir mejorando cada vez más en la elaboración de Modelo de intervención. Que es lo que nos va a abrir espacios laborales propios de Trabajo Social; asimismo cambiar la visión que se tiene sobre nuestra profesión.

Este modelo de intervención es el principio de los muchos que se van a elaborar ya más en forma posteriormente cuando estemos insertos en el campo laboral. Como experiencia es muy gratificante el hecho de poder ver los resultados de la intervención profesional de Trabajo Social en un problema social y de índole social preventivo.

PROYECTO

1.-Autoestima en los jóvenes

2.- Responsables

La responsabilidad de la elaboración del proyecto será del equipo de Trabajo Social.

3.- Justificación

La finalidad de realizar este proyecto es para que de alguna manera los jóvenes tengan un soporte emocional con el cual no sea tan fácil caer en la influencia de amigos consumidores de drogas, puesto que en el transcurso de la investigación realizada pudo notarse que los jóvenes son más susceptibles a iniciarse en dicho consumo cuando sufren de inestabilidad emocional que les provoca tomar decisiones que afecten a su persona es por esto que se pretende fomentar y reforzar el autoestima antes de que pudieran ser blancos perfectos del consumo de drogas dentro de la Preparatoria.

Quienes impartan el taller de autoestima a los jóvenes estudiantes serán las personas capacitadas para hacerlo: Trabajadores Sociales y Psicólogos los primeros porque son los encargados de la planeación y ejecución del proyecto además de estar más involucrados e interesados en la prevención del consumo de drogas en esta institución educativa y los segundos por que son los que tienen más conocimientos respecto al tema de la autoestima por esas razones es esencial la elaboración y ejecución de dicho proyecto.

4.- Objetivos

Objetivo General: Propiciar y/o fomentar la autoestima en los jóvenes como forma de prevención hacia el consumo de drogas.

Objetivo específicos:

- Identificar habilidades y limitaciones de sí mismos.
- Identificar aspiraciones personales y sociales de los jóvenes.
- Motivar a los jóvenes para que acepten sus características propias.
- Analizar como la autoestima que poseen afecta su conducta.

5.- Servicios

La población beneficiada de este proyecto serán los alumnos de nuevo ingreso, y los de segundo año, que cursan en la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" turno matutino.

6.- Metas

- Que los jóvenes entiendan la importancia que tiene el prevenir el consumo de drogas, y una forma de lograr esta prevención es propiciar y estimular la autoestima en cada joven.
- Identificar habilidades y aspiraciones de los jóvenes, como forma de prevención en el consumo de drogas, fomentando la integración de los jóvenes a una actividad propicia de acuerdo a sus habilidades y destrezas.
- Analizar el como la autoestima influye en la conducta de los jóvenes a través de los talleres y dinámicas grupales.

7.- Límites

Espacio.- 2 aulas de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata"

Tiempo.- Se ocuparán dos horas a la semana con un total de 400 horas

8.- Organización

8.1.- Actividades

Realizar una plática con los jóvenes en relación con el tema de autoestima para poder continuar con un taller referente al tema.

Taller de autoestima.

Sesiones de crecimiento e intercambio de experiencias en los jóvenes

Reforzar la autoestima de los jóvenes mediante la identificación de eventos significativos y positivos durante su vida.

Detectar la percepción que los jóvenes tienen de sí mismos.

Formar conductas que incrementen la autoestima en los jóvenes.
Taller de motivación personal.

8.2.- Técnicas

Observación

Entrevistas

8.3.-Recursos humanos

2 psicólogos

2 pedagogos

3 trabajadoras sociales

8.4 Recursos materiales

2 aulas

5 pliegos de papel manila

5 plumones

1 rotafolio sencillo

1 pizarrón

9.- Calendarización

| Actividades | Agosto | Septiembre | Octubre | Noviembre | Diciembre | Enero |
|-------------|--------|------------|------------------|-----------------|-----------|-------------|
| | 20-24 | | | | | |
| | 24-31 | | | | | |
| | | 17 y 24 | | | | |
| | | | 1,8,15, 22,29 | | | |
| | | | | 5,12,19,2 6, | | |
| | | | | | 3,10 | 7,14,2 1 |
| | | | | | | 28-31 |

10.- Presupuesto

Los recursos materiales serán otorgados por la institución educativa (Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata") no habrá pago de honorarios del personal requerido.

11.- Control

Se llevará a cabo por medio de informes elaborados por los psicólogos y pedagogos respecto al taller y un reporte mensual por parte de los licenciados en trabajo social. Dichos reportes tendrán los contenidos especificados en los formatos anteriormente mencionados.

12.- Supervisión

Esta será llevada a cabo por los propios trabajadores sociales, a través de los informes semanales y mensuales, asimismo será continua y permanente dicha supervisión.

13.- Evaluación

Esta será simultánea a la supervisión, es decir continua y permanente de igual manera será llevada a cabo por las trabajadoras sociales y al término del proyecto se hará una evaluación final.

14.- Sistematización

Se reconstruirá la experiencia (el trabajo con los jóvenes), analizando el como se actuó y la forma en que vivió el proceso en la realidad, en este proceso es importante la identificación de necesidades o problemas, asimismo es importante el análisis de la metodología que se empleo, a partir de las técnicas que se aplicaron y de los objetivos alcanzados.

PROYECTO

1. Comunicación de los jóvenes dentro de su núcleo familiar

2.- Responsables

La responsabilidad de la elaboración del proyecto será del equipo de Trabajo Social.

3.- Justificación

Este proyecto tienen como fin el propiciar y fomentar la comunicación dentro de la familia de los jóvenes, de esta manera se podrá prevenir el consumo de drogas y disminuir el índice del consumo dentro de esta institución. Para llevar a cabo la prevención es necesario conocer las principales causas que originan el problema, en este caso una de esas causas que originan el consumo de drogas es la deficiente o nula comunicación familiar, por esta razón se lleva a cabo la elaboración del siguiente proyecto.

4.- Objetivos

Objetivo General: Fomentar la comunicación familiar en los jóvenes preparatoria oficial "Emiliano Zapata".

Objetivo específicos:

- Sensibilizar a las familias de los jóvenes acerca del riesgo que corren los jóvenes, con el consumo de drogas.
- Participación de las familias de los jóvenes en las actividades desarrolladas dentro del Plan "Prevención de las drogas".

5.- Servicios

La población beneficiada de este proyecto serán los alumnos de nuevo ingreso, y los de segundo año, que cursan en la preparatoria oficial "Emiliano Zapata" así como cada una de sus familias.

6.- Metas

-Que se dé una buena comunicación al interior de los grupos familiares a los pertenecientes por los jóvenes, esto se podrá constatar mediante la observación en el comportamiento de los jóvenes, así como las dinámicas aplicadas en el taller con la finalidad antes mencionada.

-Lograr que las familias de los jóvenes comprendan que en la prevención del consumo de drogas, es esencial la comunicación familiar y la participación activa de la misma.

7.- Límites

Espacio.- 2 aulas de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata"

Tiempo.- Se ocuparán dos horas a la semana con un total de 400 horas

8.- Organización

8.1.- Actividades

Participación de la familia en los eventos recreativos y culturales que se realicen en la preparatoria oficial "Emiliano Zapata".

Sesiones de comunicación con jóvenes y su respectiva familia.

8.2.- Técnicas

Observación

Entrevistas

8.3.- Recursos humanos

2 psicólogos

2 pedagogos

3 trabajadoras sociales

8.4 Recursos materiales

2 aulas

5 pliegos de papel manila

5 plumones

1 rotafolio sencillo

1 pizarrón

9.- Presupuesto

Los recursos materiales serán otorgados por la institución educativa (Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata") no habrá pago de honorarios del personal requerido.

10.- Control

Se llevará a cabo por medio de informes elaborados por los psicólogos y pedagogos respecto al taller y un reporte bimestral por parte de los licenciados en trabajo social.

11.- Supervisión

Esta será llevada a cabo por los propios trabajadores sociales, a través de los informes, asimismo será continua y permanente dicha supervisión.

El hecho de ser continua y permanente permite darse cuenta de la funcionalidad de la metodología, así como las técnicas e instrumentos utilizados permitiéndonos modificarlos en caso de no ser los apropiados con el objetivo de alcanzar las metas establecidas así como los objetivos planteados.

Esto es detectar los problemas y desviaciones de las actividades programadas para procurar su solución.

12.- Evaluación

Será continua y permanentemente por lo que se realizará simultáneamente con la supervisión, pero cada una con su propia característica que las hace diferentes.

Se analizarán las actividades llevadas a cabo así como sus resultados, si hubo realmente comunicación en las familias y si esto influyó para disminuir el riesgo de caer en el consumo de drogas. Esto es verificar si la planeación surtió efecto en cuanto a la prevención del consumo de drogas. Se confrontará lo que se ha realizado con los objetivos previos, investigando también porqué ha ocurrido.

La evaluación puede tener dos modalidades principales:

Como última etapa, o bien como proceso permanente de control operacional. En este proyecto tendrá que ser como ya se mencionó anteriormente continua y permanente

13.- Sistematización

Esta será de acuerdo al cambio de actitud de los jóvenes y su familia y si este cambio influyó para disminuir el riesgo de caer en el consumo de drogas. Se analizará dicho cambio y se podrá negar o afirmar de que para la prevención del consumo de drogas es imprescindible la buena comunicación familiar en los jóvenes.

ESQUEMA DEL MODELO DE INTERVENCIÓN

1. Problemática presentada.

El consumo de drogas es un problema latente en nuestra sociedad y cada vez aumenta el número de personas que ingieren drogas.

Desde épocas remotas, se han utilizado las drogas por diferentes razones para comprender la invasión de las drogas en la vida social vamos a partir de los hechos sociales primeros, que son las necesidades humanas tal como se manifiestan por el consumo de drogas.- La droga permite eliminar, durante un tiempo determinado una alteración de las facultades físicas y psíquicas; el problema no es otra cosa que una manifestación de la "cuestión social" de la necesidad vivida y sentida de una revolución social, pero manifestada bajo una forma y un estado de alteración sentida individualmente que nos obligan a considerar normal y natural.

El hecho de que éstos hombres no puedan adaptarse aun sistema social que los produce, los piensa y los juzga en valor de uso, constituye la razón convenida de la existencia de la necesidad y uso de toda gama de psicotrópicos.

Así está claro que es precisamente el rechazo del uso de la vida social lo que engendra esto que se conoce con el nombre de malestar.

Existen diversidad de males según la agudeza de su percepción y traducen en la necesidad de suspender el trastorno en determinadas situaciones vividas, lo que sería imposible sin la cooperación de éste auxiliar químico que es la droga.

La necesidad de la droga, sentida como tal, reclama aquel producto considerado como remedio de todas aquellas situaciones que resultarían sin ella, intolerables modificándolas al permitir a la vez superarlas y eludir la conciencia turbada por la experiencia de la dificultad vivida.

La primera función de la droga es proporcionar artificialmente la satisfacción reclamada impidiendo la conciencia de los "males".

Con algunas raras excepciones, los primeros consumidores de las drogas han sido siempre los señores aristócratas, burgueses, patrones, burócratas y pacas de todas las especies que en sus pequeños juegos de sociedad se iniciaron en el disfrute de las drogas, producto del lujo desconocido por las masas vulgares.

A fines del siglo XIX y a principios del siglo XX la burguesía de occidente disfrutaba todavía de sus últimas exclusivas libertades; era el privilegio de la sociedad más encopetada el reunirse para tomar o inyectarse la droga en buena compañía. En estas condiciones el carácter de ilegalidad no podía ser conferido al uso de estas drogas de las que disfrutaban precisamente los autores de la ley. Fue necesario, para que un tabú seguido muy pronto de una legislación específica la sancionara, que las drogas llegaran a las masas, las cuales hicieron un uso de ellas contrario a las necesidades precisas de los dueños.

Actualmente son utilizadas no para fines religiosos ni para aliviar el dolor en caso de enfermedades, sino para "estar en ambiente" "entraren onda" o simplemente para evadir la realidad. Las drogas en este caso específicamente la marihuana y la cocaína los jóvenes la consumen: a) Curiosidad, b) Presión, c) Problemas emocionales y/o familiares.

Por tal situación se elabora una propuesta de intervención de Trabajo social, en dicho problema con la participación de otros profesionales interesados en la salud de la población, específicamente la población juvenil optimizando los recursos materiales y humanos para su funcionamiento y ejecución.

2. Marco Teórico.

Para lograr la elaboración de la propuesta de intervención es necesario mencionar las definiciones de aquellos conceptos que se manejarán durante el desarrollo de la misma, esto para tener un marco teórico que lo sustente.

La prevención es la etapa que antecede y siempre es mejor prevenir que curar, puesto que ayudar a las personas especialmente los jóvenes desarrollan una estabilidad emocional y unos valores morales que puedan reducir la probabilidad de que deseen hacerse daño a sí mismos o a otros al usar indebidamente o abusar de ciertas sustancias. La prevención es una idea muy sencilla teóricamente pero se requiere de tiempo y dedicación en la práctica.

Se entiende como modelo desde el enfoque de sistemas sociales, constituye una representación abstracta de un cierto aspecto de la realidad y tiene una estructura que está formada por los elementos que caracterizan el aspecto de la realidad moderada y por las relaciones entre elementos.

El modelo cumple tres condiciones fundamentales:

1. Representa una teoría. Tiene sustento teórico en la Teoría de Sistemas y Trabajo de Campo.
2. Muestra las condiciones ideales en las que se produce un fenómeno al verificarse una ley o una teoría.
3. Constituyen una muestra particular del fenómeno debido a que se han desarrollado en un determinado sector de características específicas.

Este modelo está basado en la hermenéutica, tomando en cuenta los siguientes aspectos:

1) Relación:

Composición demográfica.
Redes sociales.
Liderazgo.

2) Saberes sociales:

Legitimidad.
Leyes-Marco de legalidad.
Políticas sociales-ideológicas.

3) Construcción:

Economía-producción.
Geografía-ecología.
Infraestructura-servicios.

4) Preconceptos:

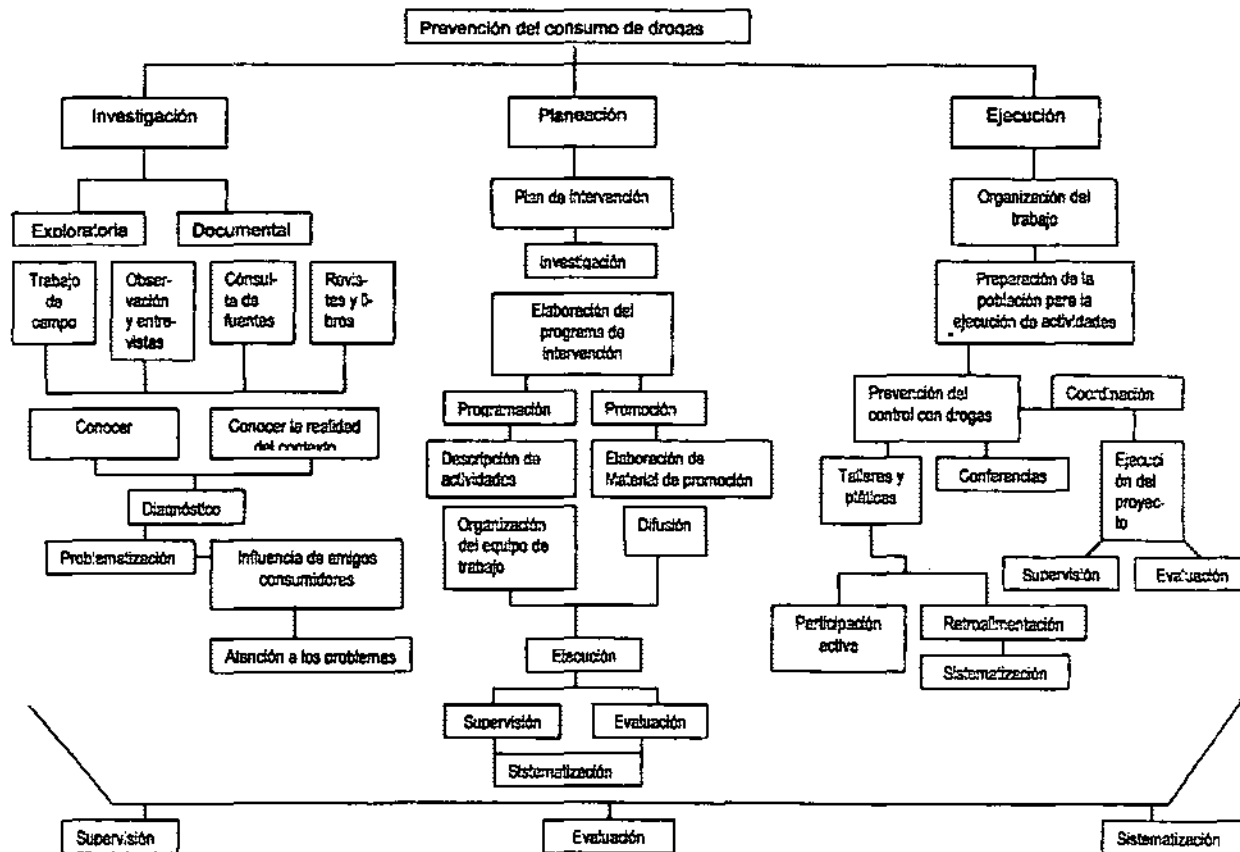
Mitos y tradiciones.
Normas.
Costumbres.

3. Objetivo general.

Se pretende concientizar a los alumnos sobre el daño que ocasiona el consumo de drogas, así como fortalecer la autoestima en los jóvenes y simultáneamente a esto propiciar la comunicación familiar de los jóvenes, todo esto encaminado a la prevención del consumo de drogas en la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata".

4. Esquematización de la reestructuración de la propuesta de intervención profesional a continuación se presenta un esquema de la propuesta de intervención de Trabajo social, respecto a la prevención de consumo de drogas.

4. Esquematización de la reestructuración de la propuesta de intervención profesional a continuación se presenta un esquema de la propuesta de intervención de Trabajo social, respecto a la prevención de consumo de drogas.



5. Descripción de la propuesta de intervención profesional.

Teniendo decidido el problema en cuestión, el siguiente paso tendrá que ser la planeación, pues sin esta no se podrá trabajar, puesto que sin una planificación se trabaja a ciegas. En todas las actividades cotidianas del ser humano se realiza una planeación por ejemplo al salir a trabajar se piensa a que hora hay que levantarse para prepararse e ir al trabajo, con cuanto tiempo se cuenta para llegar a tiempo, que transporte se va a utilizar, y el presupuesto necesario para cubrir esta necesidad. Todas las personas realizan una planeación diariamente pero no se percatan de la importancia de esta.

Respecto al quehacer profesional dicha planeación se realiza anticipadamente y por escrito tomando en cuenta los pasos a seguir, para fines de esta planeación nos basamos "*Gua para la elaboración de instrumentos operativos*" del Maestro Carlos Arteaga Basurto. Por que contienen lo necesario para la elaboración de un Plan, Programas y Proyectos

En primera instancia se tendrá que realizar una investigación pues es la base de cualquier estudio con seriedad, la investigación a realizar se va a dividir en dos tipos:

Exploratoria y documental.

Investigación exploratoria y descriptiva.

La investigación exploratoria sirve de base para la descriptiva.

La primera tiene por objeto familiarizarnos con el problema de estudio y seleccionar, a adecuar o perfeccionar, los recursos y los procedimientos disponibles para una investigación posterior. Esta investigación permite visualizar lo necesario como: instrumentos y técnicas que se requerirán más adelante para seguir avanzando en la investigación inicial. Es un acercamiento al problema para saber la metodología más adecuada y emplearla de una manera apropiada.

La investigación descriptiva tiene por objeto exponer las características de los fenómenos. Tiene carácter diagnóstico cuando se propone establecer relaciones casuales entre distintos fenómenos.

Investigación documental.

La investigación documental se caracteriza por el empleo predominante de registros gráficos y sonoros como fuentes de información. Generalmente se lo identifica con el manejo de mensajes registrados en la forma de manuscritos e impresos, por lo que se le asocia normalmente con la investigación archivística y bibliográfica. En concepto de documento, sin embargo, es más amplio. Cubre por

ejemplo: micropelículas, microfichas, diapositivas, planos, discos, cintas y películas.

El trabajo de campo se apoya en los documentos para la planeación del trabajo y la interpretación de la información recolectada por otros medios. Cuando la investigación documental precede a la de campo, en la relación que media entre los estudios exploratorios frente a los descriptivos, se reduce al mínimo el peligro de duplicar innecesariamente los trabajos. En esta investigación se conoce más a fondo el problema, se tiene más información y esto permite tener las variables, formular hipótesis, elaborar marco teórico, plantear objetivos e implementar la metodología. Ya con todo lo anterior se procede a la elaboración del diagnóstico que nos permite averiguar las causas que originan el problema, en este caso el consumo de drogas

El diagnóstico nos permite la captación de situaciones problemas más evidentes que permiten una acción inmediata.

Describe explica y a veces predice hechos que acontecerán en la realidad existente ya después se realizará una planeación, esto con el fin de guiar las actividades, y no trabajar a ciegas.

Dicha planeación deberá responder a las preguntas tales como: ¿Qué se quiere hacer?, ¿Porqué se quiere hacer?, ¿Cómo se va a hacer?, ¿Para qué se va a hacer?, ¿Quién lo va a hacer?, ¿Quién lo va a costear?, etc.

Por lo que la planificación determina los fines, objetivos, metas, medios y recursos con que se cuenta, así como el tiempo en que se ejecutarán, determinando si se llevarán acabo acorto, mediano o largo plazo.

Después se procederá a hacer la programación de las actividades a desarrollar que nos permita llevar un orden lógico y prioritario, procurando dar respuesta a las preguntas antes formuladas.

La acción de programar consiste en decidir anticipadamente lo que hay que hacer. Se trata de prever un futuro deseable y señalar los medios para alcanzarlo. La programación se apoya en los resultados del diagnóstico planteando una meta definida.

La determinación de los recursos disponibles es muy importante ya que es indispensable saber los medios e instrumentos que se van a utilizar, contemplando los recursos humanos, financieros, materiales y técnicos.

Para finalizar se propone una estrategia de acción "La estrategia es el conjunto de operaciones que se establecen durante la programación con la intención de lograr los objetivos propuestos, durante la etapa de ejecución, la estrategia es lo que permite, adecuar el proceso ejecutivo a los hechos coyunturales no previstos".

Dentro de la organización se asignarán las actividades a cada uno de los profesionales que participarán en el programa dentro de la función de planeación, destacan las actividades de promoción y difusión, que nos ayudarán a través de la información que se proporcionará a los jóvenes respecto al programa "Prevención de la drogadicción".

Para esto es importante elaborar el material necesario de promoción, como son carteles en donde muestre el daño que origina el consumo.

Una vez teniendo la planeación se procederá la ejecución de la misma, empezando por la organización del trabajo y del profesionales que colabora "Prevención del consumo de drogas". Dentro de la cual se fomenta la participación activa y consciente de los jóvenes estudiantes.

Por último se llevarán a cabo todas las actividades programadas: impartición de pláticas, conferencias, sesiones informativas, talleres; así como la elaboración de carteles, periódicos murales, diseños de acetatos y proyecciones.

Durante el proceso se tendrá que llevar a cabo la supervisión, evaluación y sistematización del Plan.

La supervisión se realizará de manera continua, permanente y responsable la cual nos va a permitir obtener resultados de las actividades ejecutadas, con el fin de verificar si se está cumpliendo de manera correcta la prevención del consumo de drogas, detectando los posibles errores así como los éxitos de las actividades utilizando las técnicas de observación y entrevista.

La supervisión nos va a conducir a la realización de una evaluación, la cuál va a contrastar lo planeados con los resultados y al mismo tiempo da pie para realizar ajustes a las actividades o procedimientos utilizados.

La evaluación como la supervisión van de la mano para cada una conserva sus propias características con las cuales no se pueden confundir ni dejar de hacer solo una (ya sea la supervisión o la evaluación).

La evaluación se entiende en dos momentos:

- Durante el proceso, lo que se le conoce como evaluación continua con la que se mide el desarrollo de las acciones que nos permite corregir los posibles errores detectados durante la ejecución del plan.
- Evaluación final, esto es una vez terminada la ejecución del plan, se realiza un análisis comparando los resultados logrados y los esperados.

Los criterios que se tomen en cuenta al momento de evaluar deberán referirse a: Los procedimientos, los objetivos, las metas y la participación de la población (en este caso los jóvenes estudiantes de la Preparatoria) para conocer en que medida se alcanzaron y el porqué del fracaso si es que lo hubiera.

Los procedimientos se refieren a:

Investigación del problema a estudiar,

Diagnóstico que nos permite saber el origen del problema en cuestión,

Intervención profesional,

Planeación,

Ejecución,

Supervisión,

Evaluación y

Sistematización

El objetivo principal del Plan es la prevención del consumo de drogas en los alumnos de la Preparatoria N° 115 "Emiliano Zapata" turno matutino, a través de acciones del equipo multidisciplinario en función de fomentar la integración de los jóvenes a su núcleo familiar. Así como evitar la influencia de amigos o compañeros consumidores en alumnos que aún no consumen drogas.

La meta es la integración y comunicación de los jóvenes y evitar la influencia negativa de los amigos y compañeros consumidores, esto último a través de acciones dirigidas a incrementar la autoestima de los jóvenes.

La población directamente beneficiada con este Plan son los jóvenes estudiantes, e indirectamente la familia nuclear de cada joven que participe activamente en la prevención del consumo de drogas.

Como último punto se realizará una sistematización en la cual se le va a dar cuerpo teórico al conocimiento extraído de la realidad intervenida a través de la descripción y reflexión del desarrollo de la experiencia.

Metodología de la propuesta de intervención.

La instrumentación es parte esencial en el desarrollo del programa "Prevención del consumo de drogas", ya que por este conducto se lleva un registro y control de toda la información recopilada, así como de los resultados obtenidos, la recolección de datos se efectúa por medio de observaciones, cuestionarios y entrevistas; además se auxilia a través de fuentes secundarias tales: Fuentes bibliográficas.

La observación es la técnica que se utiliza durante el desarrollo de la experiencia de manera continua e indispensable.

Para la realización de la investigación exploratoria los datos obtenidos, son aquellos que fueron captados a través de la observación. La guía de observación nos permite organizar los datos identificados que sirven de apoyo en la elaboración del diagnóstico dentro de la guía de observación, tenemos los siguientes puntos:

- Señales físicas,
- Señales emocionales,
- Cambios en el patrón de conducta.

Las entrevistas son instrumentos destinados a recolectar información necesaria para los objetivos planteados en la investigación. Es necesario conocer las características de la población con la cual se va a trabajar, como son: edad y estado emocional.

Es necesario tener conocimiento acerca de los daños ocasionados por las drogas sus consecuencias así como las causas que originan el inicio hacia el consumo de drogas, para así poder elaborar un plan avocado a la prevención del consumo del consumo de drogas dirigido a los jóvenes de la preparatoria.

En el anexo se encuentra la información que se presentará a los jóvenes acerca del daño que ocasiona el consumo de drogas y la forma de prevenir dicho problema.

Los talleres, las conferencias, las pláticas y todas las actividades llevadas a cabo, tendrán información respecto a la prevención del consumo de drogas esta información es la siguientes:

- Daños físicos y emocionales que producen el consumo de cocaína y marihuana,
- Repercusiones familiares y sociales a causa de dicho consumo,
- Posibles causas que inducen al consumo de drogas,
- Cómo prevenir el consumo de drogas.

CONCLUSIONES

El problema de la adicción a las drogas, no son las drogas en sí sino encontrar el motivo del porqué se consumen a tal grado que llega a ser una necesidad (equivalente a las biológicas) de ingerir las drogas. No es un problema que deba resolver el gobierno, es cuestión de todos y cada uno de los ciudadanos, el saber cuidar nuestra salud y nuestra propia integridad física y moral; pues el problema del consumo de drogas es, responsabilidad de quien las consume, pero, surge otro problema y es el que aunque seamos adultos muchas de las veces no sabemos tomar decisiones acertadas, esto se debe a que no tenemos una cultura de rechazo hacia lo que nos provoque algún daño en contra de nuestra persona a este caso, el ingerir drogas específicamente marihuana y cocaína. Dicha cultura tendría que empezar desde que estamos pequeños, con la inculcación de valores como: amor y seguridad, dichos valores tendrían que ser propiciados dentro del núcleo familiar que es donde nos formamos como personas y por lo tanto son los cimientos con los que vamos creciendo y por ende, nos puede ayudar a ser personas seguras de sí misma y por lo consiguiente sentirnos amados y no tener necesidad alguna de atentar contra nuestro organismo, otra manera de hacer prevención es el llevar un estilo de vida sano, esto quiere decir que el tiempo libre sea utilizado en actividades culturales y recreativas, así no se tendrá la oportunidad de pensar en ingerir drogas.

Las personas que consumen drogas lo hacen en su mayoría por las razones antes mencionadas, sienten que no son amadas, por que no saben tomar decisiones apropiadas y no tienen una cultura de rechazo hacia las drogas.

En este caso los jóvenes inician el consumo por curiosidad, por presión social, esto quiere decir que no quieren quedar mal con los amigos y/o compañeros, o simplemente para estar "en onda" o "ponerse a la moda", otra razón es para pertenecer a un grupo y sentirse seguro e identificado dentro de éste. Y curiosamente se genera un círculo vicioso, es decir los jóvenes consumidores de droga buscan a otros jóvenes con características similares (las ya mencionadas anteriormente) para poder influir sobre éstos y que caigan en el grave problema de la adicción a las drogas. Es así como se llega a la necesidad urgente de frenar el aumento del consumo de drogas en los jóvenes, de la Preparatoria N° 1115 "Emiliano zapata" turno matutino. Previendo a los jóvenes que aún no son consumidores, con un Plan que contiene Programas y Proyectos enfocados a la prevención del consumo de drogas.

ANEXO

Diseño de cartel:

Elaborado en papel manila

Colores: azul, rojo, verde, amarillo y naranja

Redacción: que sea breve, y que despierte la curiosidad de los jóvenes.

Ejemplo:

| oye | |hey | | si, tu |

¿estás enterado de los daños que ocasionan las drogas?

SI entonces, asiste a las pláticas y talleres
Que se impartirán muy pronto, aquí en
Tu Preparatoria.

NO Pues, infórmate asistiendo a las
Pláticas informativas que se impartirán aquí en tu Preparatoria.

Esta muy pendiente de las fechas en las que empezarán estas pláticas y talleres.

| OYE| |TU QUE ERES JOVEN|

| QUE TIENES GANAS DE TRIUNFAR EN LA VIDA|

|QUE ESTAS ÁVIDO DE VIVIR EXPERIENCIAS INTERESANTES|

|TE INTERESA SOBRESALIR|

|Y TIENES UN FUTURO PROMETEDOR|

¿ SABES LOS PELIGROS A LOS QUE TE ENFRENTAS?

ESTAS EN UNA ETAPA MUY PADRE PERO TAMBIÉN PELIGROSA

¿QUIERES SABER PORQUE? PUES, ENTONCES ASISTE A LAS PLÁTICAS QUE SE LLEVARÁN A CABO EN LA PREPARATORIA.

Ejemplo de volantes:

¿ ya estás enterado del Programa de prevención hacia el consumo de drogas, que se llevara a cabo en la Preparatoria? ¿ no? Pues te lo informamos, empezará en Agosto del año 2001 y concluirá en Enero del año que entra, es decir, que tendrá duración del próximo semestre escolar.

Contamos con tu participación ¡ ASISTE!
Te aseguramos que te gustara.

Se imprimirán 400 volantes y estos serán distribuidos a todos los alumnos que cursen la Preparatoria, así como al personal docente que labora en esta institución educativa.

PERIÓDICO MURAL:

Se realizarán 3 periódicos murales, los cuales se colocarán en lugares estratégicos de la Preparatoria como son: patio trasero, canchas de fútbol y voleibol, así como en la cafetería.

Dicho periódico será elaborado por los propios chicos que estudian en la Preparatoria, que tengan interés de cooperación en tal programa.

PLÁTICAS:

Al inicio de las pláticas se llevara a cabo una técnica acorde para romper el hielo entre los jóvenes o en su defecto que se de una integración más estrecha entre ellos mismos.

En las pláticas se dará la información acerca de:

- daños físicos y emocionales que ocasiona el consumo de droga.
- Riesgo que corremos todos de caer en esta adicción, pero en especial los jóvenes
- Causas que originan iniciarse en tal consumo
 - Falta de comunicación familiar
 - Influencia de amigos consumidores

- Curiosidad
- Valores
- Prevención del consumo de drogas.

TALLERES

Estos se impartirán con los temas de:

- A) autoestima
- B) Actividad
- C) Comunicación familiar

CONFERENCIAS

Tendrán lugar una al inicio de la ejecución del plan y otro al término; esto nos permitirá conocer el aprovechamiento y mejoramiento de los conocimientos que los jóvenes tienen respecto al fenómeno de la drogadicción, se pretende llegar a una sensibilización del grave problema que es el consumo de drogas, y asimismo concientizar a los jóvenes de esta Preparatoria de la importancia que tiene la prevención, en este caso, hacia el consumo de drogas.

AUDIOVISUALES

| | |
|-----------|-----------------------------|
| TÍTULO | Como cuates (P:E 008) |
| AUDIENCIA | Padres de familia y jóvenes |
| DURACION | 21 minutos |
| FORMATO | Película 16 mm |
| | Video NTSC |
| | ¾ pulgada |
| | VHS |
| | ½ pulgada (betamax) |

SINOPSIS:

Película motivacional dirigida a padres de jóvenes, realizada en San Lorenzo Tezonco, zona marginal de la ciudad de México, la cinta muestra como la falta de comprensión de los padres, el autoritarismo del papá y la sumisión de la madre generen un ambiente de incomunicación de ellos hacia los hijos, una incompreensión de sus necesidades sexuales, afectivas y problemas cotidianos. Esto genera un ambiente hostil e insoportables para Roberto, hijo en etapa de adolescencia, quién corta con su núcleo familiar y termina buscando refugio en las drogas.

| | |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| TITULO | El saxofón |
| AUDIENCIA | Jóvenes, padres de los mismos y profesionales que trabajen con Adolescentes y jóvenes. |
| DURACION | 26 minutos |
| FORMATO | Película 16mm Video NTSC ¾ pulgada VHS |

SINOPSIS:

Película motivacional dirigida a padres de jóvenes, muestra como la falta de comunicación entre padres e hijos provoca algunas actitudes comunes entre los jóvenes.

Los padres de Bruno deciden tener pocos hijos en función de atenderlos mejor, olvidando la parte afectiva; Bruno quiere ser saxofonista, su padre olvidándose de que en su juventud, él también quiso dedicarse a la música y desilusionado porque tuvo que dedicarse a buscar empleo y abandonar el proyecto, no establece un lazo de comunicación con Bruno; el plática con sus amigos quienes tienen de alguna manera el mismo problema, y le aconsejan irse de su casa. Bruno al tratar de robar un auto, recibe un balazo, el accidente cambia las cosas y Bruno recibe el apoyo de su padre.

En el proyecto "Prevención de la influencia de los amigos consumidores"

La plática que se llevara a cabo tendrá los siguientes contenidos:

- Plan de vida
- Distinción entre lo que más les conviene, de acuerdo al plan de vida y lo que menos les conviene a los jóvenes.
- Llevar un estilo de vida positivo y saludable.

COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

El ser humano desarrolla la capacidad de comunicarse dentro de su núcleo familiar. A partir de los mensajes emitidos por los diferentes miembros de su familia, el niño aprende ciertas reglas de comunicación que le permitirán posteriormente, interactuar dentro de su medio social. La comunicación requiere de dos interlocutores: el emisor, que es aquél que envía un mensaje, o sea, del que parte la información; y el receptor, que codifica e interpreta el mensaje al recibir la información. Son formas de comunicación el llanto, el lenguaje, los movimientos corporales, los gestos, los sonidos, el tono de la voz, así como el dibujo, la pintura, el juego, la escultura, la música, la escritura, etc. Los lenguajes verbales y no verbales de un emisor pueden ser congruentes o contradictorios entre sí, lo cual hace compleja la comunicación.

El ser humano es socialmente dependiente desde su nacimiento, y es la familia, en primera instancia, la que ofrece el contexto para crecer, desarrollarse y comunicarse. El recién nacido establece sus primeras relaciones con su madre y con su padre. Ellos le dan la oportunidad de sobrevivir, procurándole la satisfacción de sus necesidades tanto físicas como emocionales, lo cual le permitirá aprender a expresar su afecto y a adquirir un sentido de identidad y de pertenencia, con el fin de lograr una confianza básica y una seguridad para actuar.

Al ejercer sus funciones educativas, los padres crean en el individuo un marco de referencia ético-cultural que le permite a este modelar su conducta, desarrollar sus propios valores y aceptar o rechazar las normas sociales. En la medida que esto se realiza de manera congruente y sobre la base del afecto, el niño crecerá como un individuo integrado. De acuerdo a la forma en que se lleve a cabo esta enseñanza, el niño aprenderá el concepto de autoridad y la manera de comunicar sus necesidades.

A través de la convivencia con los hermanos, el niño vive un proceso de socialización que le ayudará a compartir, tolerar la frustración, competir, cooperar, manejar sentimientos de celos y rivalidad, así como tener relaciones interpersonales positivas o sortear las negativas. Con base en los valores y pautas de interacción de cada sociedad, la familia crea sus propios patrones, normas y reglas de conducta, que permiten a cada uno de sus miembros expresar su afecto, tomar decisiones y negociar sus problemas. Los patrones familiares son dinámicos y pueden hacer frente y adaptarse a los cambios que se requieren en cada uno de los momentos por los que atraviesa el desarrollo de las relaciones familiares.

El crecimiento de los hijos es un factor importante para cambiar las reglas de la familia. Cada etapa que alcanzan los hijos muestra una serie de desafíos diferentes que obligan a buscar nuevos patrones de relación. Una de las etapas críticas de la familia es la llegada de los hijos a la adolescencia. Muchas de las familias que, hasta entonces, habían tenido una buena comunicación que les permitía un equilibrio familiar, en este momento lo pierden y no es fácil recuperarlo.

Sin embargo es posible lograr una nueva forma de comunicación que permita la independencia de cada uno, si existe la disposición de las partes en conflicto. Durante la juventud es crucial la búsqueda de identidad, esto hace que el cuestionamiento y la rebeldía sean necesarias en esta etapa. La religión, la sociedad, la política, las normas de la casa y la sexualidad son jerarquizadas dentro de un nuevo panorama, que puede o no coincidir con la de los padres.

Los sentimientos en esta etapa son ambivalentes, se sienten a la vez niños y adultos, y con esta misma ambivalencia son tratados por los adultos. El joven debe definirse y tratar de aceptarse como individuo con pensamientos propios, diferentes a los de sus padres, para lograr esto, puede sentir que sea necesario "derribar a los ídolos", lo cual puede ser muy doloroso y poco soportable para ellos.

Es importante tener en cuenta que muchas veces son los padres los que necesitan apoyo, ya que se encuentran tan inestables como los mismos jóvenes. Ellos necesitan entender el proceso por el que están atravesando sus hijos, tal vez no

podieron vivir su propia adolescencia como hubieran querido o quizá les haya muy difícil terminarla y asumir un rol de adultos; esto da como resultado que compitan con sus hijos, que surja la envidia o la lucha por el poder.

El despertar sexual de los hijos pone en evidencia la sexualidad de los padres y esto puede producir enfrentamientos familiares, esta y otras actitudes que se presentan en esta etapa pueden dar origen al conflicto en la familia. Cuando no hay posibilidad de solución o negociación, el joven puede buscar algo que lo rescate, entonces piensa en huir de casa, casarse o embarazarse para satisfacer su necesidad de compañía. También logra evadirse de situaciones intolerables a través de la droga, el alcohol, o adopta una conducta delictiva, como muestra de su inconformidad.

Tanto el conflicto familiar como su resolución dependen del tipo de interacción que se da entre los miembros, las repercusiones de la dinámica familiar en el joven pueden ser de diversas modalidades, de acuerdo al tipo de familia en la que se desarrollen.

A continuación se describen algunos ejemplos de interacción familiar:

FAMILIAS RIGIDAS en las que no se permiten nuevas reglas, tienen muchas dificultades en el momento en que el crecimiento y el cambio son necesarios, insisten en mantener los modelos anteriores de interacción, son incapaces de aceptar que sus hijos han crecido y tienen nuevas necesidades; es por ello que a los jóvenes no les queda otra salida que someterse, con toda la carga de frustración que esto implica, o rebelarse en forma muy drástica y destructiva.

FAMILIAS SOBREPOTECTORAS se observa una gran preocupación por brindar toda clase de protección y bienestar a sus miembros, al grado de hacer esfuerzos desproporcionados por darles todo. La sobreprotección retrasa el desarrollo del autonomía, de la competencia y del crecimiento del joven lo que los hace indefenso, incompetente e inseguro.

FAMILIAS AMALGAMADAS la felicidad depende de hacer todas las actividades juntos, impidiendo todo intento de "individuación". Es difícil para el joven vivir esta situación ya que él necesita independencia y privacidad, y los deseos de lograrla son vistos como amenazadores por los demás miembros de la familia.

FAMILIAS EVITADORAS DE CONFLICTOS tienen muy baja tolerancia a la presión, son personas con poca autocrítica, que no aceptan la existencia de problemas, y por lo tanto, no permiten el enfrentamiento y la solución de los mismos. Sus miembros aprenden a negociar las situaciones conflictivas y con frecuencia, es el hijo que al llegar al límite no aguanta la represión y explota causando una crisis familiar totalmente sorpresiva.

FAMILIAS CENTRADAS EN LOS HIJOS en estas los padres no pueden enfrentar los conflictos como pareja y desvían la atención hacia los hijos, dependiendo de estos la estabilidad de la pareja y la satisfacción marital, dentro de este medio, el joven no puede crecer y se vuelve dependiente, pues al separarse rompería el equilibrio familiar.

En el caso de familias con un solo padre es usual que el adolescente adopte el rol de la pareja ausente. Así el joven que juega con un rol diferente, no puede vivir su etapa, se comporta como adulto, esta lleno de problemas y responsabilidades y

existirá la probabilidad de que cuando sea mayor regrese a vivir la juventud externóneamente.

FAMILIA SEUDO-DEMOCRETICA es aquella en donde los padres son incapaces de disciplinar a los hijos, y con la excusa de ser flexibles, no logran establecer los límites necesarios, permitiendo que los hijos hagan lo que quieran. El símbolo de autoridad es confuso, el adolescente se manifiesta con una competitividad desmedida, destructiva y sin límites.

FAMILIAS INESTABLES en las que las metas son inseguras, difusas, no se plantean sino que se improvisan, el joven se vuelve inseguro, desconfiado, temeroso y experimenta gran dificultad en el desarrollo de su identidad. Nuevas formas de transacción deben crearse en el medio familiar conforme las necesidades del joven se transforman.

Es necesario que tanto los padres como los jóvenes aprendan a comunicar sus sentimientos y a expresarlos de manera honesta y no agresiva, cuidando la forma de transmitir el mensaje, utilizando un lenguaje preciso y congruente tanto en lo verbal como en lo no verbal. Es importante conocer el beneficio del uso de algunas tácticas como iniciar las oraciones con el pronombre "yo" y asumir así la responsabilidad de lo que se expresa, o cambiar la forma imperativa de ordenar por un "me gustaría".

Tácticas como estas hacen más efectiva la comunicación y evitan los obstáculos que tanto dificultan el entendimiento. Si el proceso de comunicación se lleva a cabo de manera eficaz, los hijos podrán sentir la confianza de expresar sus sentimientos, de acercarse para aclarar dudas y de solicitar orientación ante sus interrogantes. La familia tiene la posibilidad de reencontrarse y reestablecer el equilibrio, si busca la manera modificar su forma de comunicación, facilitando así la adaptación de las relaciones familiares ante la independencia y la búsqueda de la identidad de los jóvenes.

Por el contrario si los canales de comunicación quedarán cerrados, se crearía una resistencia al cambio con resultados negativos para la familia en general y particularmente para el joven que inicia su nueva vida. La conducta del joven no es solo el resultado de su personalidad, y de la etapa por la que esta pasando, sino un reflejo de la interrelación y la comunicación que se da en su familia.

MATERIAL DE APOYO

Lápices, papel, pizarrón, gises y bola de estambre. Instrumento de evaluación

EJERCICIOS:

La telaraña

Lío familiar

Carta a mí(s) padre (s)

EJERCICIOS OPCIONALES:

Canasta de frutas

Comunicación funcional y disfuncional en la familia

Sección de apoyo instruccional

Sección ¿es verdad que? Sobre comunicación con los padres

Sección de actividad en casa

El buzón

DISTRIBUCION DEL TIEMPO

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Presentación | (10 minutos) |
| Evaluación inicial: exploración de conocimientos Y especificación de variables Psicosociales | (40 minutos) |
| Ejercicio: la telaraña o canasta de frutas | (20 minutos) |
| Ejercicio: llo familiar | (15 minutos) |
| Exposición de premisas y contenido | (10 minutos) |
| Ejercicio: carta a mi(s) padre(s) | (15 minutos) |
| Análisis de la sección ¿es verdad que? Sobre Comunicación familiar | (10 minutos) |
| Asignación de la actividad en casa | |

PROCEDIMIENTO:

1.- Saludar al grupo e indicar que el curso que van a recibir se llama planeando tu vida. Comentar con los jóvenes porque es necesaria la prevención hacia el consumo de drogas y anotar sus razones, pues servirán de base para conocer sus expectativas. Hacer un breve resumen de los pasos que se siguieron para la elaboración de este programa y los resultados obtenidos.

2.- Solicitar a los jóvenes que llenen un cuestionario que permitirá al educador evaluar el curso. Distribuir el cuestionario y solicitar que lo contesten sin consultar a nadie.

3.- Realizar el ejercicio la telaraña o canasta de frutas

4.- Realizar el ejercicio llo familiar

5.- Introducir el tema de la comunicación con los padres, exponiendo los objetivos correspondientes y apoyándose en la sección premisas y contenido,(ver comunicación familiar); hacer notar que por investigaciones que se han realizado, se sabe que poco menos del 20% de los padres hablan acerca de las necesidades y aspiraciones con sus hijos. Preguntar a los jóvenes porque creen ello que para los

padres es tan difícil hablar con sus hijos acerca de las drogas. Pedir a los jóvenes que emitan ideas acerca de las ventajas que presentarían para los padres hablar con sus hijos de drogas, escribir las respuestas que den los jóvenes en el pizarrón.

6.- realizar el ejercicio carta a mi(s) padre (s)

7.- Distribuir a cada joven una copia de la sección ¿es verdad que....? y analizarla con ellos

8.- Explicar el ejercicio que deben hacer como actividad en casa y asegurarse que quede claro.

SUGERENCIAS PARA LA ENSEÑANZA

- Hacer énfasis en la importancia de la familia en la prevención del consumo de drogas.
- Explicar que existen diferentes formas de comunicarse y mejorar la interacción familiar y social y que cada situación familiar es diferente. Por ello requiere estrategias diferentes.
- Procurar que sean ellos quienes sugieran las opciones para realizar una comunicación eficaz.
- Escuchar sus dudas y contestarlas dentro del contexto de los conceptos básicos.
- Estimular al grupo para que opine sobre las alternativas que existen para mejorar la comunicación.
- Cerrar la sesión después de terminados los comentarios e invitar al grupo a que asista a las siguientes reuniones.

EJERCICIOS:

EL BUZÓN

Objetivo:

Proporcionar a los participantes un medio para aclarar de manera personal anónima sus dudas sobre los diferentes aspectos de la comunicación.

DESARROLLO

- Indicar a los miembros del grupo que al finalizar cada sesión, podrán anotar sus dudas y sugerencias en forma anónima, en una tarjeta u hoja de papel y depositarlas en el buzón (una caja de madera o de cartón).
- Recordar al grupo diariamente la finalidad del buzón
- Revisar el buzón todos los días

- Contestar las dudas o comentar las sugerencias recibidas al término de cada sesión, o bien, en la siguiente.
- No olvidar que aunque en las preguntas o comentarios los jóvenes pidan privacidad, las respuestas deben darse a todo el grupo. Manejar este punto explicando el beneficio de compartir tanto para el individuo como para el grupo.

LA TELARAÑA

Objetivo:

Que los jóvenes rompan la tensión inicial, conociendo a los integrantes del grupo.

DURACIÓN

20 minutos

MATERIAL

Una bola de estambre

DESARROLLO:

- Indicar al grupo que realizarán una actividad de integración con el fin de que se conozcan, ya que convivirán por varios días
- Advertir a los participantes que estén atentos a los datos de sus compañeros, pues el ejercicio es de memorización
- Pedir a los participantes que se coloquen de pie formando un círculo
- El educador inicia el ejercicio tomando una punta de estambre y se presenta ante el grupo diciendo su nombre, el lugar donde estudia o trabaja y su interés por participar en el curso.
- Al terminar su presentación, lanza la bola de estambre a otro compañero, quién a su vez deberá presentarse de igual manera y sostendrá el estambre por un punto antes de lanzar la bola nuevamente
- Esta secuencia se repite hasta que todos los participantes queden enlazados en una especie de telaraña.
- Una vez que todos se han presentado, el (la) último(a) joven que habló debe regresar la bola de estambre al que se la envió repitiendo los datos expuestos por dicho compañero, quién a su vez, deberá repetir datos de quién le precedió. Este procedimiento se continúa en sentido inverso al que se inició, de manera que la bola de estambre se vaya enredando nuevamente y termine en las manos de quién inicio el juego, esto es, el educador.
- Cerrar el ejercicio permitiendo que los participantes comenten sus experiencias sobre la dinámica grupal.
- Si los integrantes del grupo ya se conocen de tiempo atrás, pedir que den una información diferente a su nombre (por ejemplo: en que lugar hicieron sus

estudios primarios, alguna anécdota acerca del origen de su nombre, su pasatiempo preferido, etc.)

LÍO FAMILIAR

OBJETIVO:

Identificar las formas de distorsión en la comunicación familiar

DURACIÓN

15 minutos

MATERIAL

Pizarrón y gises

Tarjeta con el mensaje: " fijate que Carlos y Javier se pelearon con Roberto porque éste no les devolvió el dinero que le habían dado a guardar, pues me lo presto para rescatar el reloj de mi papa que habla empeñado con Jesús".

DESARROLLO

- Pedir 5 voluntarios a los cuales se les asignarán los papeles de :papá, mamá tío, hermano (a) y joven, quienes saldrán del salón con excepción del joven.
- El educador lee el mensaje al joven y se le pide al tío que entre al salón.
- El joven debe decirle el mensaje que le dio el coordinador
- Se le pide al hermano(a) que entre al salón y el tío le transmite el mensaje que recibió del joven.
- Se le pide a la mamá que entre y el hermano (a) le da el mensaje que recibió del tío.
- Se le pide al papá que entre al salón y la mamá le da el mensaje que recibió del hermano(a).
- El padre finalmente escribirá en el pizarrón el mensaje que recibió de la madre.
- El educador escribirá el mensaje original y se compararán ambos mensajes.
- Propiciar la discusión alrededor de la comunicación en la familia y la distorsión del mensaje, analizando las respuestas de las diferentes personas ante el mensaje.
- Cerrar el ejercicio comentando la importancia de confirmar la información que se recibe para no provocar confusiones en la comunicación.

CARTA A MI (S) PADRE(S)

OBJETIVO:

Facilitar la comunicación entre el joven y sus padres.

DURACIÓN: 15 minutos

MATERIAL

Hojas de papel en blanco, lápices o plumas.

DESARROLLO:

- Solicitar a los jóvenes que escriban una carta dirigida a sus padres o a alguno de ellos. En esta carta comentarán algún aspecto de la comunicación que existe en su núcleo familiar, y de la importancia que tiene esta para la prevención del consumo de drogas, algo que no hayan podido hablar con él (ella o ellos) y del cual les gustaría hablar.
- Preguntar si algún voluntario quisiera leer su carta al grupo. Si nadie quiere leerla, pedir que comenten su experiencia: los que la escribieron, como se sintieron y los que no lo hicieron, explicar sus razones.
- Sugerir como actividad en casa que entreguen la carta a su destinatario considerando las posibles consecuencias de ello.

NOTICIERO ESCOLAR

OBJETIVO:

Realizar un diagnóstico del problema del consumo de sustancias psicoactivas dentro del ambiente escolar y el ambiente en el que los jóvenes del grupo se desenvuelven.

DURACIÓN : 40 minutos

MATERIAL

Lápiz, papeles pequeños, tubos o envases que puedan ser utilizados como micrófonos.

Nota: crear en el aula un ambiente que simule el "Centro de noticias" con sus oficinas de redacción que son los equipos. Por ejemplo poner un escritorio con un anuncio que indique el nombre de la emisora radial; con papel y cartón hacer los micrófonos, etc.

DESARROLLO:

- Este ejercicio se basa en la actividad en casa sobre el problema del consumo de drogas en la comunidad.
- El educador señalará a los jóvenes que diariamente a través de las noticias, el periódico o por el contacto directo nos enteramos que los jóvenes usan drogas y conocemos cómo los afecta tanto a ellos como a las personas que los rodean.

- A continuación explicar que se van a dividir en equipos de 4, 5 y 6 personas y que el ejercicio consiste en elaborar "Cables periodísticos de última hora" acerca de lo que ellos conozcan o saben en relación al consumo de drogas, y las soluciones que ellos consideran, se podrían dar al problema. Los cables noticiosos deben de ser sobre hechos concretos y redactados como tales. Ejemplo: "información de la colonia Santa Fe confirma que el uso de drogas por los jóvenes de esa colonia, obedece a la falta de apoyo que tienen por parte de sus padres para realizar otro de actividades recreativas. Por tal razón los padres de familia y maestros de la comunidad se han organizado para crear fuentes alternativas de diversión para sus hijos, como por ejemplo, construir una cancha de fútbol, realizar un concurso de pintura y poesía crear una biblioteca, etc.
- El educador pedirá que cada grupo elija un nombre apropiado para presentarse en el noticiero, por ejemplo: "Radio veloz".
- Una vez que cada equipo ha elaborado sus cables, se realiza la plenaria donde cada equipo lee los cables elaborados en forma de noticiero. Los otros equipos mientras tanto anotan si hay información que no conocían, o si no están de acuerdo con lo que el grupo está diciendo para ser discutido al final.
- Al terminar la presentación se discutirán con todo el grupo los diferentes cables, estimulando al grupo para sacar una conclusión en cuanto al problema de consumo de drogas en su medio y las alternativas de solución más viables.

CAMPOS DE FUERZA

OBJETIVO: Analizar los factores negativos que inducen al consumo de drogas y los factores positivos que ayudan a prevenirlo.

DURACIÓN: 30 minutos

MATERIAL:

Hojas de papel, lápices, gises y pizarrón.

DESARROLLO

- El educador señala como diariamente el joven se enfrenta a situaciones que podrían llevarlo a consumir drogas, y destaca la importancia de que aprenda a identificar tanto estos factores negativos, como aquellos positivos que le ayudan a hacer frente a esta situación.
- Explicar que con el ejercicio que se va a realizar se quieren ver estos factores positivos y negativos y se les pide que se organicen en equipos de 4 o 5 personas.
- Entregar a cada grupo una gráfica donde deben anotar los factores que ellos consideran en un medio, que podrían inducirlos al consumo de drogas, en la sección "fuerzas negativas"; y en otra sección fuerzas positivas que les permitan encontrarse en la situación de hoy, sin consumir drogas.

- Cada grupo presenta en plenaria sus conclusiones, se comparan entre sí y se saca a partir de la discusión una gráfica representativa del conjunto.
- Una vez elaborada la gráfica final, se discute para analizar más a fondo las fuerzas negativas para dar soluciones, y mantener las positivas.

Nota: a continuación se encontrará el cuadro guía para realizar el ejercicio. Los factores deben colocarse en orden de importancia.

Fuerzas positivas

- 4.
- 3.
- 2.
- 1.

-
- 1-
 - 2.
 - 3.
 - 4.

Fuerzas negativas

PÓSTER, LÁMINA O AFICHE (opcional)

OBJETIVO

Presentar en forma simbólica la opinión de los adolescentes sobre los factores que inducen al consumo de drogas.

DURACIÓN: 30 minutos

MATERIAL:

Revistas, cartulinas, tijeras, pegamento blanco, plumones o marcadores, material de desecho (hojas de árbol, pedazos de cartón, tela, etc.)

DESARROLLO:

- El educador introducirá el ejercicio señalando que existen una serie de factores que interactúan entre sí, conduciendo a los jóvenes al consumo de drogas, para experimentar los cambios en el estado de ánimo o de conducta que estas son capaces de producir y que igualmente pueden alcanzarse a través de otros medios.
- A continuación pedir al grupo que se organice en equipos de 4 ó 5 personas y explicar que el ejercicio consiste en hacer un póster en el que se muestre los diferentes factores por los que un adolescente puede recurrir al consumo de drogas.

- Una vez elaborado el póster, cada equipo lo presentará a los demás para realizar la discusión.
- Se le pide a alguno de los participantes que haga una descripción de los elementos que están en el póster, para que a continuación los otros miembros del grupo interpreten el mismo.
- Luego los miembros del grupo que ha elaborado el póster explican a sus compañeros lo que para ellos significa.
- Al finalizar el educador hará una síntesis y estimulará al grupo a elaborar conclusiones, apoyándose en la información que se les dará en el transcurso del Programa.

ACTIVIDAD EN CASA

OBJETIVO:

Identificar la importancia que tiene el problema del consumo de drogas tanto a nivel local como a nivel internacional.

INSTRUCCIONES

- Buscar en revistas y periódicos, noticias relacionadas con el consumo de drogas, ver la frecuencia con que aparecen, los temas a los que hace referencia (estadísticas, tráfico, consumo, consecuencias, etc.), la manera como se transmiten.

EVALUACIÓN

- Al iniciar la siguiente sesión analizar lo investigado tratando de determinar cuáles son los principales factores asociados con el consumo de drogas, la importancia que ha adquirido como problema a nivel mundial y en contraste que se está intentando hacer para combatirlo.

¿es verdad que ? FACTORES DE RIESGO EN EL CONSUMO DE DROGAS.

1. ¿Es mejor permanecer dormida con un sedante, que discutir con los padres?
Falso. La comunicación clara y abierta con los padres es la alternativa más positiva para solucionar conflictos y problemas.
2. ¿ los consumidores de drogas son criminales?
Falso. Los individuos adictos a las drogas, se involucran en actos criminales, principalmente para obtener dinero, no porque se hayan convertido en criminales a causa del consumo de drogas.

3. ¿ las drogas incrementan el trabajo creativo?

Falso. Aunque algunos artistas y jóvenes estudiantes afirman que mediante el uso de drogas, han podido realizar sus obras o mejores trabajos, numerosos estudios han demostrado que las drogas al actuar sobre el sistema nervioso central interfieren con los procesos de pensamiento.

4. ¿ es seguro usar drogas cuando uno esta manejando y operando una máquina?

Falso. Las drogas actúan sobre el sistema nerviosa central alterando la capacidad de respuesta del individuo con respecto a lo que sucede a su alrededor. Dependiendo de la droga consumida, el individuo responderá en forma lenta o exageradamente rápido y brusco, ocasionando accidentes.

CLASIFICACIÓN DE LAS DROGAS

OBJETIVOS:

- Que los jóvenes conozcan los diferentes tipos de drogas, sus efectos y sus consecuencias.
- Que los jóvenes cuenten con el conocimiento necesario para tomar decisiones responsables frente a consumir o no drogas.

PREMISAS Y CONTENIDO

Existe un gran número de sustancias que causa adicción. Algunas más perjudiciales para la salud que otras. Así por ejemplo, el café, el chocolate, y los refrescos (gaseosas) de cola causan adicción con efectos tóxicos a largo plazo sin que se haya comprobado que producen deterioro cerebral. Por otro lado, sustancias tales como el tabaco, producen adicción física y psicológica provocando trastornos de los sistemas circulatorio y respiratorio e inclusive la muerte. Otras sustancias como el alcohol, los disolventes, la cocaína, la heroína el LSD, y la mezcalina, al causar adicciones provocan deterioro cerebral e igualmente a la muerte.

Estas sustancias se clasifican en:

DEPRESORAS: son aquellas que disminuyen u obstaculizan la actividad del sistema nervioso central, entre las sustancia que se conocen como depresoras están: el alcohol, los sedantes, los barbitúricos o tranquilizantes, los inhalantes y los narcóticos o estupefacientes.

ESTIMULANTES: son sustancias que excitan o aumentan la actividad del sistema nervioso central. Ejemplos: la cafeína, la nicotina, la cocaína, el basuco, y las anfetaminas.

ALUCINÓGENOS: También conocidos como psicodélicos, son sustancias del tipo LSD, que actúan sobre el sistema nervioso central, provocando alucinaciones, delirios, pérdida del contacto con la realidad, y trastornos permanentes como la psicosis (locura). Durante mucho tiempo, la marihuana también era considerada como un alucinógeno, pero actualmente se clasifica aparte.

Nota: como parte del trabajo, solo se describirá a la cocaína y la marihuana.

Cocaína ¿ que es?

Es un alcaloide que se extrae de las hojas de coca. Según el procedimiento químico al que se somete, se obtiene: pasta de coca (tratando las hojas con un solvente, como la gasolina), base libre (cocaína altamente purificada en forma de cristales), clorhidrato de cocaína (obtenido al tratar la pasta de coca con ácido clorhídrico) y basuco.

¿Cómo se consume?

La cocaína se inhala, se fuma o se inyecta.

¿Qué efectos tiene?

Los efectos inmediatos son: dilatación de las pupilas, elevación de la presión sanguínea, aceleración del ritmo cardíaco y respiratorio, aumento de la temperatura del cuerpo.

El consumo regular por inhalación llega a ulcerar la membrana mucosa de la nariz. Provoca dependencia psicológica y fisiológica; en el usuario se crea la sensación de que no puede vivir sin ella, la tolerancia a la droga se desarrolla con rapidez.

El polvo en base libre, también conocido como crac, provoca una adicción muy fuerte. Los efectos se empiezan a sentir antes de 10 segundos: aceleración de pulso, dilatación de pupilas, elevación de la presión sanguínea, pérdida de apetito, insomnio, alucinaciones táctiles, paranoia y ataques de apoplejía (paralización súbita a veces completa de la función cerebral).

Consecuencias:

Las personas que consumen cocaína, generalmente se irritan fácilmente, sienten hormigueo en la piel. La adicción ocurre con facilidad y es muy difícil de combatir, es tan fuerte la necesidad de consumo que se desarrolla, que para los cocainómanos se convierte en su única meta en la vida conseguir los medios necesarios para poder consumir cocaína. Se abandona todo: familia, amigos, trabajo. Se comportará de manera diferente, robará, mentirá, hará todo por conseguir cocaína.

A largo plazo sufre depresión, lesiones nasales y pulmonares y una pérdida importante de peso. Es muy probable que el uso de cocaína lleve a la psicosis. Esta sustancia influye en los procesos bioquímicos cerebrales que regulan los impulsos nerviosos básicos tales como comer o huir del dolor y el peligro, por lo cual su uso lleva a la pérdida de la capacidad de sentir y satisfacer las necesidades básicas de alimentación, sueño, cuidado físico, interés por la propia vida. Puede producir convulsiones y en grandes dosis, paro respiratorio y cardíaco y, por consiguiente, la muerte.

Marihuana ¿ qué es?

La marihuana es la droga ilegal basada en los aceites de las hojas y las semillas de la planta llamada cannabis sativa. Produce efectos sedantes, estimulantes y a veces alucinaciones. Su efecto se debe a la sustancia conocida como

tetrahydrocannabinol (THC). Es también conocida como: marihuana, cocho, mamba, barillo, cosa verde.

¿Cómo se consume? Se fuma en cigarrillo o en pipa.

¿Qué efectos tiene?

Los efectos de la marihuana, al igual que los de otra droga son complejos. La intensidad y duración de los principales efectos dependen de la concentración, de la dosis de la persona, y del contexto en el que se consume. A nivel de percepción subjetiva, la marihuana produce euforia, excitación, falta de hilación en las ideas, errores para juzgar en donde se esta (espacio) y que hora o día es (tiempo), alucinaciones, impulsos irresistibles. A nivel físico produce incremento del ritmo cardíaco, irritación (enrojecimiento) de los ojos, resequedad de boca y garganta, aumento de apetito. Entre otros efectos provoca estados de risa incontrolable, alteraciones visuales, auditivas y gustativas; estados temporales de confusión: lentitud, debilidad de la memoria inmediata y la comprensión, reducción de la capacidad para realizar tareas que requieren concentración y coordinación, tales como manejar máquinas o conducir automóviles. Los riesgos inmediatos de las alteraciones visuales, auditivas y reflejas son los accidentes de tránsito que generalmente perjudican también a otras personas.

Las investigaciones más recientes indican que el consumo de marihuana puede dañar de manera permanente las vías respiratorias y que su humo contiene 50% más sustancia cancerígenas que el humo del tabaco. También puede producir paranoia y psicosis. Además crea dependencia psicológica.

Consecuencias:

Además de los efectos cancerígenos y psicológicos mencionados antes, aún no hay mucha información acerca de los efectos a largo plazo. Se sabe, de las investigaciones más recientes realizadas en jóvenes que el uso de marihuana interfiere en el desarrollo sexual al disminuir el conteo de espermatozoides en los hombres y alterar el ciclo de menstruación de la mujer. El principal peligro del uso de esta droga, es que generalmente se esta en contacto con proveedores y/o usuarios de los productos más peligrosos. Estas personas, para ganar más dinero, tratan de convencer a los jóvenes para que prueben otras drogas, y como ya se sabe, la juventud es la etapa en la que el joven tiene problemas de identificación y de seguridad, problemas que son aprovechados comercialmente por los proveedores o usuarios de drogas, para convencerlos de que prueben sustancias más tóxicas y costosas.

MATERIAL DE APOYO

Pizarrón y gises

Ejercicios:

La pifata

En río revuelto ganancia de pescadores

Sección de actividad en casa

Sección ¿ es verdad que...?

DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO

| | |
|----------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Evaluación de la actividad en casa | (10 minutos) |
| Exposición de las drogas, apoyándose en la sección de Premisas y contenido | (50 minutos) |
| Ejercicio la piñata | (40 minutos) |
| Ejercicio en río revuelto ganancia de pescadores | (20 minutos) |
| Asignación de la actividad en casa | (10 minutos) |

PROCEDIMIENTO

1. Integrar al grupo mediante la revisión de la actividad en casa asignada en la sesión anterior.
2. Realizar el primer acercamiento al tema, preguntando al grupo:

- ¿Qué saben ustedes acerca del alcohol, tabaco, y drogas?
- ¿Qué diferencias creen que existen entre los medicamentos y las drogas?
- ¿Cuáles son los efectos de estas drogas?
- ¿Por qué creen que la gente usa drogas?
- ¿Creen que el consumo de drogas es un problema en nuestro medio? ¿Porqué?
- ¿Qué problemas puede causar el uso de drogas?
- ¿Porqué es importante que la gente conozca los efectos de las drogas?

3. Anotar las diferentes aportaciones en el pizarrón, ampliar la información y corregir conceptos erróneos basándose en la sección de premisas y contenidos.
4. Proceder a la realización del ejercicio: la piñata
5. Realizar el ejercicio en río revuelto ganancia de pescadores, basándose en la sección ¿es verdad que? Sobre la clasificación de las drogas y distribuir a los jóvenes una copia de dicha sección.
6. Asignar la actividad para realizar en casa, asegurándose que quede clara.

SUGERENCIAS PARA LA ENSEÑANZA

- Comentar sobre la vergüenza y el temor que sienten algunos jóvenes que consumen drogas y de sus familiares al acudir a solicitar ayuda especializada para el tratamiento.
- Aclarar que el problema del consumo de drogas tiene solución, si se recurre a tiempo en busca de ayuda, de lo contrario puede tener consecuencias a veces irreversibles.
- Permitir a los jóvenes que expresen sus dudas y comentarios al respecto.
- Procurar que los jóvenes tomen conciencia de que aunque algunas drogas producen inicialmente efectos placenteros, los efectos subsecuentes son muy negativos a corto y largo plazo.
- Comentar con el grupo que la utilización de drogas tiene efecto a largo y corto plazo, que impiden el logro de las expectativas futuras.

- Explicar que es importante conocer todo lo referente al consumo de drogas, incluyendo sus consecuencias, para poder hacer frente a la presión externa y tomar decisiones responsables.

EJERCICIOS

LA PIÑATA

OBJETIVO:

Sintetizar la información obtenida acerca de las drogas, en relación con sus efectos, forma de consumo y consecuencias.

DURACIÓN: 40 minutos

MATERIAL:

Una piñata (se puede elaborar con cartulina o una bolsa de papel grueso), tarjetas, una soga, un palo un trapo para vendar los ojos, cinta adhesiva.

DESARROLLO:

- El educador introduce la dinámica haciendo referencia a los aspectos tratados durante las sesiones anteriores y la importancia de dominar la información, para evitar verse involucrados en el problema del consumo de drogas.
- Después se cuelga la piñata de un lugar lo suficientemente alto para que puedan golpearla. La piñata estará llena de tarjetas en las que se han escritos los diferentes elementos del contenido.
- El grupo se forma en fila, como en el juego, y se vendan los ojos del que tiene que golpear, al romperse la piñata todos se lanzan a recoger tarjetas.
- Se realiza una plenaria en la que cada quien coloca las tarjetas que recogió, según el rubro al que pertenezcan, teniendo en cuenta los colocados en el pizarrón.
- Al finalizar, el educador sintetiza lo expuesto, complementa y anima al grupo a elaborar conclusiones.

EN RÍO REVUELTO GANANCIA DE PESCADORES

OBJETIVO:

Relacionar argumentos falsos a favor del uso de drogas con las respuestas que los combaten y desmienten

DURACIÓN: 20 minutos

MATERIAL:

Papel en forma de pez, hilo grueso, clips doblados en forma de anzuelos, palos, cinta.

DESARROLLO:

- Iniciar el ejercicio haciendo la referencia al papel de las influencias sociales en el proceso de inducir a los niños a probar las drogas y la importancia de aprender a reconocer esas presiones y las técnicas para resistirse a las presiones que inducen al consumo de drogas.
- El coordinador con anticipación ha preparado los peces de papel, en los cuales se escriben los argumentos en pro del uso de drogas y aquellos que los combaten, utilizando la sección ¿ es verdad qué....? Ejemplo:

Una o dos copitas
No son ningún
Problema

el alcohol aún en pequeñas
cantidades es perjudicial
para la salud

PRO

CONTRA

- El educador hace un círculo pintado con una tiza o gis dentro del cual se colocan todos los peces.
- Se forman grupos de 4 ó 5 personas según sea el número de participantes y a cada uno se le da un anzuelo (una cuerda con un clip abierto).
- Se aclarará que el equipo que pesqué más será el ganador y que quien pise el círculo o saque un pez con la mano debe regresar toda su pesca.
- Una vez pescados todos los peces, se cuentan para ver que equipo ha sido el ganador.

Luego cada grupo debe aparear su pesca, el equipo ganador presenta primero sus Peces en orden y los demás complementan hasta que todos los peces queden integrados.

- Durante este proceso se va discutiendo el porqué del ordenamiento de cada pez en determinado lugar.
- El educador complementa las aportaciones del grupo y hace la síntesis correspondientes.

VI. ACTIVIDAD EN CASA

OBJETIVO:

Identificar los principales problemas que existen a nivel comunitario relacionados con el consumo de drogas.

INSTRUCCIONES

- Investigar el Índice de enfermedades y muertes causadas por el consumo de drogas.

- Entrevistar a médicos, trabajadores sociales, o psicólogos en centros de tratamiento para consumidores de drogas.

VII. Preguntas guía

- ¿Cuál es la sustancia que más se consume?
- ¿Quiénes acuden a buscar ayuda?
- ¿Qué problemas presentan?
- ¿Qué tipo de servicios les brindan?

EVALUACIÓN

Al iniciar la siguiente sesión analizar la información adquirida teniendo en cuenta las preguntas guía.

¿ Es verdad que...?

1. ¿ Para quedar bien con los amigos hay que usar drogas?

Falso. Se debe decir no al uso de drogas, aunque los amigos las usen y nos presionen para que las usemos.

2. ¿ Las drogas ayudan a huir de los problemas?

Falso. Los problemas deben enfrentarse, buscando y evaluando alternativas de solución; y no huyéndoles mediante el uso de drogas.

3. ¿ Las drogas incrementan el deseo sexual?

Falso. Con el uso de drogas se experimenta una disminución de las inhibiciones, pero ésta va acompañada de pérdida de interés sexual y falta de respuesta sexual (falta de erección, impotencia, frigidez, no es posible llegar al orgasmo).

4. ¿ La autoestima aumenta con los estimulantes?

Falso. Al contrario, una forma de demostrar una alta autoestima es evitando el consumo de drogas.

5. ¿ La marihuana ayuda a presentar buenos exámenes?

Falso. Algunos usuarios de marihuana afirman que lo hacen con el fin de incrementar su nivel de concentración y aprendizaje; sin embargo los estudios demuestran que las consecuencias más alarmantes del uso de esta droga, por los jóvenes se hacen evidentes en la actividad escolar o laboral. Los usuarios presentan apatía, pérdida de ambiciones, disminución de capacidad para llevar a cabo planes a largo plazo y dificultad para concentrarse.

6. ¿ Se puede dejar de consumir drogas en cualquier momento que se desee?

Falso. el uso frecuente y continuo de drogas crea dependencia, por lo que los consumidores que deseen dejar de utilizarlas requieren asistencia profesional, a fin de evitar o disminuir los síntomas del síndrome de abstinencia.

7. ¿ Es seguro utilizar varias drogas combinadas?

Falso. La combinación de estas, por ejemplo al alcohol y la cocaína, puede incrementar el efecto de cualquiera de ellas, produciendo consecuencias altamente peligrosas e incluso la muerte.

8. ¿ Excepto unos cuantos problemas de salud, la cocaína no causa efectos negativos?

Falso. Uno de los peligros que tiene la cocaína para todos sus usuarios es que rápidamente produce dependencia física y psicológica. El costo de este hábito puede llevar a problemas financieros, actos ilícitos, con el fin de obtener dinero para comprar la droga, y otros muchos problemas personales, laborales y escolares.

9. ¿ El alcohol y el tabaco se consideran drogas?

Verdadero. Estas son drogas, dado que actúan sobre el sistema nervioso central alterando su funcionamiento. Estas sustancias pueden alterar el estado de ánimo, causar cambios en el organismo y producir dependencia.

INFORMACIÓN PARA EL EDUCADOR

Señales de alarma

Debido a que los efectos de las drogas varían mucho en las personas, es relativamente difícil establecer quién, cómo y cuándo esta consumiéndolas. Sin embargo, los expertos han encontrado algunas manifestaciones que pueden ser señales de alarma, avisos de que algo anda mal y que requiere atención inmediata, los cuales es importante que sean conocidos por los educadores y padres de familia a fin de detectar a tiempo el problema de drogas. Algunas de estas manifestaciones son:

Indicios de drogas

- Posesión de diversos artefactos y accesorios que se requieren para consumir las drogas; pipas, papel para enrollar cigarros, lamparitas, tapas metálicas quemadas.
- Posesión o evidencia de drogas, plantas o semillas características, hojas en ceniceros o en bolsillos, portafolios, morrales, etc.
- Olor a drogas, aroma de incienso u otras fragancias usadas para "despertar".

Identificación con la cultura de la droga

Denota una evidencia vaga de consumo:

- Ropa, adornos y accesorios de vestir con lemas alusivos a las drogas.
- Charlas o bromas que muestran preocupación por el tema de las drogas.
- Agresividad al discutir sobre este tema en particular
- Síntomas de deterioro físico
- Revelar otra evidencia de consumo pobre coordinación psicomotora, habla incoherente, arrastre de la lengua al hablar.
- Olvidos, la atención solo puede ser mantenida por breves períodos, dificultad para concentrarse.
- Apariencia sucia, vestir descuidado, falta de higiene y aseo personal
- Ojos irritados, pupilas dilatadas.

Cambios en el aprovechamiento escolar o bien,
En el desempeño escolar

- Dificultad para aceptar responsabilidades
- Deshonestidad que se manifiesta como mentiras, robos, estafas, etc.
- Problemas con la policía o las autoridades.
- Cambio de amistades. Se muestra evasivo al hablar acerca de los nuevos amigos
- Cambios impredecibles en el estado de ánimo. Hostilidad o cólera injustificada, sigilo.
- Poca motivación, energía baja, autodisciplina laxa, autoestima pobre
- Posesión de grandes cantidades de dinero, cuya procedencia no quiere reconocer o no puede justificar.
- Cambios de intereses o menor interés en actividades a las que antes dedicaba un tiempo y esfuerzo considerables.

VIII. TRATAMIENTO

El consumo de drogas avanza por etapas, desde el uso ocasional al uso habitual y por lo general se consumen diversas drogas antes de llegar a la total dependencia de cualquiera de ellas. Dependiendo de la etapa en la que se encuentre el individuo requerirá de un tratamiento especializado pues no es lo mismo la persona que consume dosis bajas de alguna droga por pura curiosidad, que aquel que lo hace con frecuencia, o el que lo hace para evitar el síndrome de abstinencia.

Lo más importante es reconocer que se está consumiendo alguna droga, y tomar conciencia de que se necesita ayuda. Inmediatamente se debe recurrir a alguna institución especializada en el tratamiento de la drogadicción. Ahí se recibirá orientación y tratamiento según el tipo de sustancia empleada, la cantidad que ha sido consumida y la duración del hábito.

En general, se recomienda que al tratamiento acuda no solo la persona directamente afectada, sino también su familia, a quién se le brindará atención especializada en forma integral por parte de médicos, trabajadores sociales, psiquiatras, psicólogos, y terapeutas ocupacionales, para lograr restaurar el curso de la vida de la persona.

IX. ACERTIVIDAD Y COMUNICACIÓN VERBAL

Objetivos:

- Que al terminar la sesión los jóvenes puedan expresar lo que quieren de manera directa, clara y abierta
- Que al terminar la sesión puedan defender lo que quieren
- Que los jóvenes entiendan la importancia de una adecuada comunicación
- Identificar conductas asertivas.

PREMISAS Y CONTENIDO

La interacción que se da en las relaciones interpersonales puede ser una importante fuente de satisfacción, si existe una comunicación abierta y clara; más si esta comunicación es confusa y agresiva, suele originar problemas. Poder comunicarse de manera abierta y clara es una habilidad que puede ser aprendida a través de un entrenamiento. Uno de los componentes de la comunicación clara y abierta es la acertividad, esta se refiere a defender los derechos propios expresando lo que se cree, se siente y se siente de manera directa y clara y en un momento oportuno. Especialistas en acertividad (Aguilar Kubli, 1988 y Flores Galaz, 1989) ofrecen algunas características de una persona asertiva, entre las que se encuentran:

- ve y acepta la realidad
- actúa y habla con base en hechos concretos y objetivos
- toma decisiones por voluntad propia
- acepta sus errores y aciertos
- utiliza sus capacidades personales con gusto
- no siente vergüenza de usar sus capacidades personales
- es auto afirmativo, siendo al mismo tiempo gentil y considerado
- no es agresivo, esta dispuesto a dirigir así como a dejar que otros dirijan
- puede madurar, desarrollarse y tener éxito, sin resentimiento
- permite que otros maduren, se desarrollen y tengan éxito.

No se debe confundir la acertividad con la agresividad. La primera consiste en hacer valer los derechos propios diciendo de manera abierta y clara lo que uno piensa, quiere y siente, respetando a las otras personas.

Ser asertivo implica la habilidad de saber decir " no" y "si" de acuerdo a lo que realmente se quiere decir. Por ejemplo: "no quiero tener relaciones sexuales", si quiero tener relaciones sexuales pero si usas un condón", "no me importa lo que otros piensen, yo estoy seguro de querer ir a esa fiesta", "no voy a probar marihuana aunque todos los demás la prueben".

La agresión se refiere a la expresión hostil, frecuentemente poco honesta, fuera de tiempo y con el objetivo de ganar o de dominar, haciendo que el otro pierda o se

sienta mal. La conducta agresiva generalmente rompe la comunicación, mientras que la asertividad la fomenta. Por otro lado esta la pasividad que se refiere a dejar que los demás digan, o decidan por uno, implica falta de lucha, falta de control, mucha frustración e impotencia; produce coraje y obstaculiza el logro de metas. En la comunicación otro problema puede ser la interpretación. Esta se refiere a la explicación que se da al lenguaje con base en elementos que no fueron expresados de manera explícita y que generalmente solo muestran lo que uno quiere o teme.

En lo que se refiere a la comunicación de sentimientos es importante saber que todos tenemos el derecho de expresar lo que sentimos, lo que necesitamos, lo que pensamos, lo que creemos, de manera explícita y que generalmente solo muestran lo que uno quiere o teme.

Todos hombres y mujeres, niños y jóvenes e igualmente los adultos tenemos ese derecho, no podemos dejar que nadie nos quite ese derecho. En muchos grupos culturales existe un rechazo a la expresión de sentimientos en especial por parte de los hombres, no expresar lo que realmente se siente puede llevar a incrementos de estrés, de ansiedad, de problemas en el trabajo, en las relaciones sociales y familiares, inclusive a problemas en el campo de la sexualidad; se ha visto que una vez que una persona es capaz de empezar a expresar lo que siente de manera clara y abierta, otros la respetan y aprecian más y logra así una reciprocidad en la comunicación. Es decir, una comunicación clara y abierta tiene una alta probabilidad de provocar como respuesta en otras personas comunicación de este mismo tipo.

Estudios en el área de comunicación, sobre aspectos personales, han encontrado que una vez que la gente se expresa abiertamente, siente alivio y experimenta una mejoría en sus relaciones con las otras personas. Una de las áreas en las que más se ha llevado a cabo estudios es en el de relaciones de pareja y de padres-hijos. En estas áreas se ha visto que el lograr expresar claramente lo que siente y se desea, evita malos entendidos, permite la verdadera satisfacción de necesidades y el establecimiento de relaciones constructivas para todas las personas.

Es importante recordar el derecho que todos tenemos de decir no. No es de mala educación decir no o sí cuando se esta o no de acuerdo.

Comunicarse abiertamente y de manera asertiva, implica una serie de factores, a saber:

1. identificar lo que se siente, lo que se piensa y lo que se quiere, es decir, reconocer qué es lo que realmente se siente adentro.
2. Aceptar pensamientos, sentimientos, creencias. Una vez que se tiene claro lo que se siente, piensa o cree, es importante desarrollar la capacidad de aceptarlo. Esos sentimientos, creencia y pensamientos son nuestros, no tiene caso negar lo que se cree o se siente, ya que estos pensamientos van a dirigir en gran medida nuestra conducta. Están allí las creencias y no podemos ocultar los sentimientos; por lo tanto, lo mejor que podemos hacer es entenderlos y aceptarlos como parte nuestra.

3. Controlar los sentimientos que impidan la comunicación, una vez que se identifican y aceptan los sentimientos el siguiente objetivo es controlarlos, de tal manera que no se permita que el temor o la ansiedad hagan que no podamos expresar lo que queremos decir.
4. Buscar el momento y la situación oportuna para decir lo que se quiere decir. Recordar que el ser asertivo implica consideración a otros. Lo que en un momento puede ser visto como asertivo, en otro puede ser percibido como irrelevante o como agresivo. Así por ejemplo decirle a nuestro papá que necesitamos dinero, para libros en un momento en el que está preocupado, porque lo corrieron de su trabajo, puede tomarse a mal. Intentar hablarle a nuestra pareja sobre un problema personal requiere de esperar un momento en el que estén ambos tranquilos y a solas.
5. Ser específicos al expresar nuestros sentimientos, deseos, o pensamientos y no interpretar los mensajes de los demás. Esto significa hablar de manera clara y directa, sin ideas vagas ni ambiguas. También es importante evitar actuar o responder por interpretación. Hablar directamente y sin interpretaciones evita confundir a quién nos oye. Asimismo evita la creación de resentimientos surgidos por la interpretación. Por ejemplo, en vez de decir de manera sarcástica "que bueno que soy importante en tu vida", se puede ser más claro y directo al expresar: "me gustaría que me dijeras que signífico para ti".

En lugar de interpretar diciendo: "¿lo que pasa es que no me comprendes", preguntar ¿me hago entender?. Expresar de forma clara y abierta los sentimientos y pensamientos es el paso que más práctica necesita, ya que implica convertir en palabras lo que se siente o piensa. Lo primero que se tiene que hacer es usar la comunicación positiva usando la palabra "yo": "yo no quiero", "yo necesito", "yo creo", "yo considero". Al principio puede causar vergüenza, pero si se practica frente a un espejo o con personas de confianza se va facilitando.

6. Una vez habiendo aclarado la situación y lo que se va a decir, es importante dar respuestas y concretas de manera rápida.
7. Una vez habiendo practicado esta parte, lo siguiente es comunicar lo que se entendió, esto se refiere a transmitirle a la otra persona si se apoya o no lo que se está diciendo. Para esto es necesario ofrecer una respuesta que refleje si se entendió o no lo que se dijo. Si no se entendió se deberá decir algo así como "yo no entendí, ¿me podrías volver a explicar?" si se cree que se entendió, se recomienda confirmar lo que se dijo la otra persona, diciendo algo así como "lo que quieres decir es que no estás de acuerdo conmigo", "lo que me dices refleja que estas enojado", "yo entiendo que este triste", ¿estás diciendo que si vas a ir conmigo mañana a las diez de la mañana?"

MATERIAL DE APOYO

Pizarrón, gises, hojas en blanco, lápices, una canasta bolsa o recipiente cóncavo.

Ejercicios:

El navío

Aprendiendo a ser asertivo

Ejercicios opcionales:

Habla mi yo
Piensa rápido y habla claro

Sección de apoyo instruccional

Sección ¿ es verdad que...? una copia para cada joven

Sección de actividad en casa:

El buzón

DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Evaluación de actividad en casa | (10 minutos) |
| Exposición de los objetivos de premisas y contenido | (15 minutos) |
| Ejercicio habla mi yo | (40 minutos) |
| Análisis de la sección ¿es verdad que...? sobre Asertividad y comunicación verbal | (15 minutos) |
| Asignación de la actividad en casa | |

PROCEDIMIENTO

1. Exponer los objetivos del curso
2. Explicar brevemente los principios de la comunicación abierta y clara, de su importancia en toda relación interpersonal y la diferencia entre agresividad, pasividad, y asertividad, apoyándose en la sección premisas y contenido.
3. Enseñar la importancia de saber decir no o sí, y que hacerlo no es de mala educación. Enfatizar la importancia de decir lo que realmente se siente, al expresar "no quiero" o "sí...con la condición de que..." señalar que no hay razón para dejarse presionar por amigos cuando no se desea hacer lo que ellos quieren, y recordar que se puede huir de la situación como una opción para eliminar la presión social.
4. Explicar el problema de usar la interpretación en la comunicación.
5. Realizar el ejercicio el navío
6. Aplicar el ejercicio aprendiendo a ser asertivo
7. Analizar la sección ¿ es verdad que?.. sobre asertividad y comunicación verbal
8. Es importante integrar la sesión analizando los siguientes puntos con el grupo: 1) ¿en que situaciones van los jóvenes a aplicar lo aprendido? 2 ¿qué personas creen ellos que se van a oponer o a mostrar sorprendidas de estos cambios en cada uno de ellos? 3) ¿tienen clara la diferencia entre pasividad, asertividad y agresividad y las implicaciones de cada una? 4) ¿qué tan asertivos creen que son y cómo pueden ser aún más?
9. Explicar la actividad en casa, enfatizando la importancia de la comunicación positiva y asertividad.

SUGERENCIAS PARA LA ENSEÑANZA

- Hacer claras las diferencias entre agresividad, pasividad y asertividad, poniendo ejemplos ilustrativos de cada conducta.
- Fomentar en los adolescentes a que expresen sus dudas sobre las diferentes formas de comunicación
- Procurar que los jóvenes ejemplifiquen cada forma de conducta analizada.
- Recordar que el asertivo requiere práctica y decisión para lograr que sea una forma de respuesta natural y espontánea.
- Enfatizar que la asertividad no garantiza que la comunicación se dé, pues para ellos se necesita que las dos (o más) personas así lo quieran y tampoco van a ser siempre bien recibidos los comentarios y/o respuestas asertivas. En nuestra cultura no nos educan para ser asertivos, pero es un buen momento para empezar.
- Fomentar un ambiente de competencia y agilidad en el que se favorezcan las respuestas rápidas y efectivas.

EJERCICIOS

OBJETIVO

Aprender a responder clara y rápidamente ante la presión de los demás.

DURACIÓN 30 minutos

MATERIAL:

Una pelota de alambre, unicel o tela, premios (por ejemplo: dulces, galletas, paletas, etc.) sección de apoyo instruccional.

DESARROLLO

- Explicar a los jóvenes que la actividad a realizar será responder de manera asertiva ante las líneas de presión que se les digan y que requiere mucha atención de su parte (ver la sección de apoyo instruccional).
- Indicar a los jóvenes que formen un círculo dentro del cual se ubicará el instructor.
- Iniciar el juego diciendo una frase y después arrojando la pelota a alguno de los jóvenes al tiempo que se le dice la línea de presión.
- El joven tendrá que contestar rápidamente y de manera asertiva ante la presión y devolver después la pelota al instructor. Si no contesta asertivamente tendrá que salir del círculo.
- El educador repetirá esta secuencia con todos los jóvenes, de tal manera que al final se quedarán los que sean más asertivos, quienes serán los ganadores.
- Al final entregar un premio simbólico a los triunfadores (aplausos, galletas, dulces, etc).

- Cerrar el ejercicio comentando la importancia de la comunicación asertiva para lograr relaciones constructivas.

APOYO INSTRUCCIONAL

- Si no haces el amor conmigo voy a pensar que eres inmadura
- anda, prueba un poquito de droga, el que no arriesga no gana
- solo los maricones no fuman, prueba un poquito.
- Si ensayas desde ahora a hacer el amor serás más popular entre los amigos.
- Tus papás no saben lo que dicen, una emborrachadita a todos nos cae bien.
- Fuma un poco, si no, voy a creer que no me tienes confianza
- Me perderás si no te acuestas conmigo
- Todos tienen relaciones sexuales, tu eres la única que es virgen todavía
- Si fueras realmente macho te aventarías
- Si en realidad crees que vales, te acostarás conmigo
- Nadie usa condón, no se por que quieres que yo use
- Es divertido tomar riesgos así que no hay que usar anticonceptivos
- Mucha gente tiene bebés a nuestra edad, deberías aventarte, a ver que pasa
- ¿Quieres que usemos condón porque crees que tengo SIDA?
- No quieres acostarte conmigo porque eres homosexual

Nota: el instructor podrá reconstruir las frases según el lenguaje utilizado por los jóvenes en su región.

APRENDIENDO A SER ACERTIVO

OBJETIVO:

Aprender a evaluar que tan asertivo se es
 Aprender a comunicarse de manera clara y abierta
 Aprender a dar respuestas asertivas.

DURACIÓN: 40 minutos

MATERIAL:

Dos canastas, cajas o cualquier recipiente cóncavo donde poner papeles y prendas pequeñas, papeles con frases que impliquen la elaboración de expresiones asertivas (ver apoyo instruccional)

DESARROLLO

- Exponer el objetivo del ejercicio
- Exponer la importancia de comunicarse de manera clara y abierta
- Recordar lo que quiere decir ser asertivo y como lograrlo

- Poner las frases escritas en papeles doblados en el otro recipiente(ver apoyo instruccional)
- Pedir a cada miembro del grupo que ponga una prenda en un recipiente
- Sacar una prenda y pedir al dueño que se identifique
- Pedirle que saque uno de los papелitos y siga las instrucciones que se indican
- Seguir con esta actividad hasta que todos hayan tenido oportunidad de leer una frase y aplicarla
- Felicitar a la persona cuando desempeñe correctamente la tarea y plantear otras formas de haber seguido la instrucción cuando no haya sido la correcta.
- Cerrar el ejercicio discutiendo con el grupo las dificultades que tuvieron y como las superaron.
- Este ejercicio puede tensionar a los jóvenes pero el objetivo es que puedan expresar su opinión aunque seguramente no les va a ser fácil. Situaciones como estas se dan en la vida diaria.

APOYO INSTRUCCIONAL

EJEMPLO DE INSTRUCCIONES QUE SE ESCRIBIRÁN EN PAPELES INDIVIDUALES.

Di algo con lo que estas en desacuerdo con el maestro

Di quién del grupo ha sido honesto y porqué

Crítica constructivamente el curso

Expresa tu posición con respecto a tener o no tener relaciones sexuales

Expresa tu posición en relación a que los hombre jóvenes tengan relaciones sexuales con una prostituta.

HABLA MI YO

OBJETIVOS:

- Aprender a hablar en primera persona, usando la palabra yo.
- Asumir la responsabilidad de nuestros actos usando la palabra "yo"
- Aprender a expresar los deseos, sentimientos y pensamientos propios la palabra "yo"

DURACIÓN: 40 minutos

MATERIAL:

Canasta, bolsa, o cualquier recipiente cóncavo donde poner papeles;

Pizarrón, gises, frases con peticiones vagas escritas en papeles que se habrán recortado y doblado con anterioridad.(ver sección de apoyo instruccional)

Sección de apoyo instruccional

DESARROLLO

- Exponer el objetivo del ejercicio y la importancia de aprender a hablar con seguridad y responsabilidad.
- Pedir al grupo que se divida en dos equipos y se asignen los nombres que deseen, escribir los nombres en el pizarrón
- Indicar a los jóvenes que el ejercicio a realizar va a tener como base el juego de timbiriche.
- Exponer las reglas del juego:
 - 1) Un joven de cada equipo, alternadamente, pasará al frente a sacar un papel de la canasta (caja o bolsa), que contiene una frase escrita de manera vaga. La tarea consiste en decir la frase en voz alta ante todo el grupo usando el pronombre "yo".
 - 2) El educador será el juez que determine si la forma en que se cambió la frase de vaga a específica, usando la palabra yo, es correcta.
 - 3) En caso de que la evaluación del educador sea positiva se tendrá derecho a poner una rayita en el timbiriche, el cual previamente se habrá dibujado en el pizarrón
 - 4) El equipo que llene más cuadrillos con la inicial de su nombre será el ganador. Continuar con esta actividad hasta que se acaben las frases o el tiempo lo permita.
- Premiar con un fuerte aplauso al equipo ganador
- Cerrar el ejercicio resaltando la importancia de aprender a hablar expresando nuestros verdaderos sentimientos y deseos.

APOYO INSTRUCCIONAL

HABLA MI YO

Es posible que si estoy de humor
Vaya contigo a la fiesta

yo no quiero ir a la fiesta
contigo.

Tal vez si hacemos algo para que
No me embarace, voy a acostarme
Contigo

me acostaré contigo solo si
usas condón

Muchas personas me dicen que
Soy guapa, pero no sé si lo soy

quiero saber tu opinión
acerca de mi apariencia
Física

Como que lo de probar drogas me
Hace dudar

Yo no quiero probar drogas

He pensado en la posibilidad de que
Algún día tú y yo tengamos relaciones
Sexuales.

Yo quiero tener relaciones
sexuales contigo

No estoy tan segura de que sea buena
Idea tener relaciones sexuales

Yo no quiero tener rela-
ciones sexuales contigo

He pensado que aunque soy buena
En la escuela, tal vez no esta bien
Que te haga tu trabajo.

Yo no te voy a hacer tu
trabajo

Estoy confundido acerca de si
Aceptar o no el regalo

Yo no puedo aceptar ese
regalo, muchas gracias.

He pensado de que si me llamas
Con más frecuencia, probablemente
Irá mejor la relación

Yo quiero que me llames
con más frecuencia

Tal vez si me quisieras no serías tan
Agresiva

Yo necesito que ya no seas
agresiva conmigo

Ya se que no te importo

Yo quiero que me digas lo
Que sientes por mí.

PIENSA RÁPIDO Y HABLA CLARO (OPCIONAL)

OBJETIVO:

Distinguir las frases asertivas de las que no lo son

DURACIÓN: 30 minutos

MATERIAL:

Pizarón, gises premios (por ejemplo galletas, paletas, dulces, etc.)

Sección de apoyo instruccional.

DESARROLLO

- Formar a dos equipos con los adolescentes
- Indicar que la tarea a realizar consiste en identificar el tipo de frase que se les dirá
- Explicar que las frases que se les dirán tendrán características de pasividad, interpretación o bien serán oraciones asertivas.(ver sección de apoyo instruccional) leer las frases al azar y dar un minuto para que cada equipo identifique el tipo de frase. Indicar a los jóvenes que deberán alzar la mano como señal de que ya identificaron el tipo de frase y para que se les de la oportunidad de explicar las razones de su clasificación.
- Anotar un punto a favor del equipo que contestó, si la respuesta es correcta, en caso contrario se le restará al equipo un punto.
-
-

PIENSA RÁPIDO Y HABLA CLARO (OPCIONAL)

OBJETIVO:

Distinguir las frases asertivas de las que no lo son:

DURACIÓN:

30 minutos.

MATERIAL:

Pizarrón, gises, premios (por ejemplo: galletas, paletas, dulces, etc) Sección de apoyo instruccional.

DESARROLLO

- Formar dos equipos con los adolescentes.
- Indicar que la tarea a realizar consiste en identificar el tipo de frase que se les dirá.
- Explicar que las frases que se les dirán tendrán características de pasividad, agresividad, interpretación o bien serán oraciones asertivas.
- Leer las frases al azar y dar un minuto para que cada equipo identifique el tipo de frase. Identificar a los adolescentes que deberán alzar la mano como señal de que ya identificaron el tipo de frase y para que se les dé la oportunidad de explicar las razones de su clasificación.
- Anotar un punto a favor del equipo que contestó, si la respuesta es correcta, en caso contrario se le restará al equipo un punto.
- Al término de las frases, sumar los puntos obtenidos por cada equipo y dar un premio a los ganadores (galletas, dulces, aplausos, etc)
- Pedir a l equipo perdedor que cambie a frases asertivas las oraciones que nuevamente se leerán.
- Cerrar el ejercicio comentando con los jóvenes las dificultades que tuvieron para realizar la actividad. ¿Qué frases les hicieron más sencillas de identificar y cuáles fueron más difíciles?
- Recordar a los jóvenes que con la práctica constante la comunicación asertiva se facilita.

APOYO INSTRUCCIONAL

Pasiva: Tomaré el refresco que me traigas.

Pasiva: Emplearemos el método anticonceptivo que tú desees.

Pasiva: Cuando tú tengas tiempo saldremos, yo puedo esperar

Pasiva: Si quieres tal vez puedo probar un poquito.

Pasiva: Regresaré a casa a la hora que tú me quieras llevar.

Agresiva: No voy a estar esperándote toda la vida.

Agresiva: ¡Eres tan lento(a) que me desesperas!

Agresiva: No me interesa que estés ocupado (a), vamos a salir.

Agresiva: Tú tienes que obedecerme porque eres mi novio(a).

Agresiva: Eres un miedoso que no quiere probar cosas nuevas.

Interpretativa: Por la forma en que me miras, creo que te gusto.

Interpretativa: Hace dos días que no me hablas, será que ya no te intereso.
Interpretativa: Siento que soy algo especial para ti.
Interpretativa: Lo que pasa es que me odias.
Interpretativa: Aceptaste salir con migo porque seguramente quieres algo.
Asertiva: Me encanta salir contigo, pienso que eres una gran persona.
Asertiva: No deseo ser tu novio(a) pero podríamos ser buenos amigos. Asertiva: Hoy no puedo ir al cine pero ¿te parece que vayamos el sábado?
Asertiva: Aunque todos usen drogas yo no las voy a usar.
Asertiva: No quiero tener relaciones sexuales.

Actividad en casa

Objetivos:

Practicar la comunicación asertiva.

Instrucciones:

- Pedir a los jóvenes que piensen 4 ó 5 cosas que hayan querido decir y no hayan podido, las escriban observando como lo hubieran dicho antes y cómo la harían ahora asertivamente. Sugerirles que, si es posible, busquen a alguien con quien tengan dificultad para comunicarse y le digan algo de lo que han callado.

Evaluación

- Disponer en la siguiente sesión de algunos minutos para analizar:
¿Cómo se sintieron al comunicarse de manera asertiva?
¿Qué dificultades encontraron para comunicarse asertivamente?
¿Qué respuestas recibieron a los comentarios que hicieron?

¿ES VERDAD QUE...?

Acertividad y comunicación verbal

1. ¿Es verdad que una manera de demostrar madurez es ocultar nuestros sentimientos?
• Falso La madurez no consiste en ocultar nuestros sentimientos sino en saberlos expresar. Una persona madura es aquella que domina sus emociones y no deja que éstas dominen su conducta.
2. ¿Es verdad que al comunicar claramente nuestros sentimientos y nuestros deseos a nuestra pareja se pierde el romanticismo?
• Falso Mantener una comunicación sencilla y clara con la pareja, elimina malos entendidos y dirige la relación hacia objetivos comunes, redundando en una confianza más estrecha con la pareja y por lo tanto, en una forma de romanticismo más abierto y dinámico.
3. ¿Es verdad que sólo el hombre puede decir abiertamente lo que siente y piensa?
• Falso Culturalmente al hombre se le educa para que exprese de manera firme; a la mujer para que no diga lo que piensa sino únicamente lo que siente y de manera indirecta. No existe ninguna razón válida para que la mujer no pueda

ejercer su derecho de manifestar lo que genuinamente siente, piensa o desea. Tal vez el mayor obstáculo que tiene la mujer para poder expresarse abiertamente sea su propio miedo.

4. ¿Es verdad que la mujer que manifiesta abiertamente lo que desea, piensa o siente pierde feminidad?
 - Falso El que una mujer exprese con claridad sus emociones y/o pensamientos, es un signo de madurez emocional y no tiene por qué ser considerada como poco femenina.
5. ¿Es verdad que con los papás no se puede ser asertivo?
 - Falso Si se tiene claro lo que se desea y esto no daña a los demás, el mantener nuestra posición hasta lograr el objetivo puede hacerse tanto con los papás, con los amigos, con la pareja y hasta con desconocidos.
6. ¿Es verdad que si ya se comunicó alguna vez, no hace falta repetirlo?
 - Falso Muchas veces lo que decimos no queda claro la primera vez y, si se plantea de formas diferentes o en repetidas ocasiones se va aclarando. Solamente hay que recordar que el cómo lo hacemos y cuándo lo hacemos es importante.
7. ¿Es verdad que si alguien no acepta algo que se les dice no vale la pena insistirle?
 - Falso Frecuentemente no aceptamos algo que se nos dice la primera vez; por ejemplo que debemos adelgazar, que no debemos salir con un muchacho(a) que nos puede hacer daño, que no debemos tener relaciones sexuales, que no debemos arreglarnos tanto, etc., pero si se nos plantea en contextos diferentes o de manera diferentes, tal vez podamos entender y aceptar mejor el mensaje.
8. ¿Es verdad que la gente pasiva vive más tranquila consigo misma que los que son asertivos?
 - Falso La gente que no se arriesga a tomar decisiones y a exigir sus derechos tenderá a sentirse más inconforme consigo misma que aquella que si toma decisiones y se atreve a decir sí o no cuando se requiere.
9. ¿Es verdad que ser asertivo requiere práctica?
 - Verdadero Si alguien no tiene la costumbre de ser asertivo, o si ha aprendido que es dañino serlo, necesitará práctica. Una buena forma es que se plantee a sí mismo situaciones en las que tiene que ser asertivo y frente a un espejo o a solas practique sus respuestas. Después podrá empezar a practicarlas frente a otra persona.

VALORES

Objetivos

- Que los jóvenes exploren los valores personales que se manejan en la juventud.
- Que los jóvenes comparen los valores que los adolescentes poseen, con los valores de sus familiares, parejas y amigos.
- Que los jóvenes identifique y expresen sus valores más relevantes.
- Que los jóvenes conozcan una clasificación general de valores.

Premisas y contenido

Cuando se habla de valores, se hace referencia a lo que debería ser, y no a lo que es. Los valores son guías que orientan la conducta de los seres humanos. Un claro reconocimiento de los valores que poseemos contribuye a tomar decisiones congruentes con lo que creemos, nos ayuda a resistir la presión de otros y a evitar los sentimientos de culpabilidad y frustración al actuar en función de los valores de otros.

Los valores que un individuo posee reflejan los valores dominantes de una sociedad. Están directamente relacionados con necesidades cambiantes de las organizaciones sociales, por lo cual varían históricamente, y tienen expresiones distintas en los diversos contextos y niveles socioeconómicos.

De una manera general, los valores pueden clasificarse con base en tres dimensiones: sistémica, extrínseca e intrínseca (Hartman, 1973). La dimensión sistémica se refiere a los valores derivados de las reglas y normas que prevalecen en la sociedad, a conceptos básicos o cardinales, por ejemplo: lo bueno y lo malo, la verdad y la mentira, lo honesto y lo deshonesto, etc. Cuando esta dimensión es la que prevalece sobre las demás, se pueden generar prejuicios y dogmas así como rigidez en el pensamiento y forma de actuar.

La dimensión extrínseca hace referencia al pensamiento práctico. Dentro de esta dimensión más que valorar al objeto en sí, se valoran las propiedades útiles que caracterizan a un objeto determinado. Por ejemplo, la escuela se valora porque es donde aprendemos, donde convivimos con amigos, donde pasamos ratos agradables, etc. Esta dimensión permite apreciar algo al considerar sus propiedades y los diversos contextos en los que puede ser útil.

La dimensión intrínseca hace referencia a aquello que involucra directamente los afectos y cogniciones del individuo, por ejemplo: los conceptos "mi vida", "mi familia", "mi amigo", aluden a valores intrínsecos pues tienen un significado íntimo y particular para cada individuo. El sentimiento, razonamiento o conducta que compromete al sujeto con los que valora es lo que hace de aquello que aprecia algo singular, diferente y especial.

La jerarquía de valores va de lo sistémico a lo intrínseco. Un concepto cardinal como "la bondad" (valores sistémicos) tiene más sentido si se le ubica en un contexto específico como la "escuela" (valor extrínseco) y adquiere un significado especial y singular cuando hace referencia a una persona específica: "la bondad de mi amigo" (valor intrínseco).

La diferente importancia que un sujeto le concede a cada uno de sus valores hace que su jerarquía de valores sea personal y única. Cada individuo va formando a lo largo de su vida su propia escala de valores, por oposición o aceptación de los valores prevalecientes en los grupos sociales a los que pertenece.

Los valores comienzan a adquirirse desde la niñez. Casi sin darse cuenta, el niño va adoptando ciertos valores a través de los mensajes familiares, de la educación recibida en la casa, en la escuela y con los amigos. Al llegar a la juventud, los valores aprendidos sufren modificaciones. Usualmente, los adolescentes tienden a cuestionar o rechazar los valores adquiridos en su niñez como una forma de autoafirmarse como individuos independientes. Como resultado de dicho cuestionamiento los jóvenes tienden a adoptar patrones de conducta de modelos, artistas, líderes o personajes ajenos, a quienes, en su afán de transformación,

idealizan y desean imitar pero que no necesariamente corresponden a su realidad objetiva y específica.

El que los valores se modifiquen de acuerdo con la época y cultura en la que se viva, así como la influencia que ejercen los medios de comunicación como transmisores, modeladores y moldeadores de un estilo de vida artificial, pero sugestivo, provoca confusión y crisis de valores en el joven. Por ello, aunque la crisis de valores durante la adolescencia es un proceso característico del desarrollo humano, es conveniente orientar al adolescente respecto a la importancia de que él (ella) tenga clara su propia escala de valores, desarrollando y manteniendo una actitud crítica y reflexiva ante los mensajes que reciba.

En la cultura latinoamericana y particularmente dentro de la sociedad mexicana, la influencia que ejerce la familia en la generación de los valores favorece que el joven aprenda que complacer a otros es lo socialmente aceptable, y cuestionar es "rechazado socialmente". Esto no es siempre verdad puesto que el cuestionamiento razonado y objetivo puede conducir a nuevos patrones de conducta que hagan del adolescente una persona más responsable y libre. Por ejemplo, en vez de que un(a) joven " acepte" irreflexiblemente tener relaciones sexuales, cediendo a la pasión de su compañero (a), puede cuestionarse a sí mismo(a) por algo que realmente quiere hacer, si se va a sentir bien u orgulloso(a) por hacerlo, si con ello va a dañar a otros ni a sí mismo (a). Es más, puede platicarlo con su compañero (a) y llegar a un acuerdo sobre la conveniencia, el tiempo y las condiciones de su práctica o debut sexual.

Finalmente, hay que recordar que los valores que se poseen son las guías que norman nuestra conducta y ésta es la credencial de presentación con la que nos mostramos con quienes nos rodean. Así mismo, es importante hacer énfasis que el joven que se valora y respeta así mismo, tiene más probabilidades de que los demás también lo valoren y respeten.

Material de apoyo

Pizarrón, hojas en blanco, lápices, cerillos y tarjetas blancas.

Ejercicios:

- Amor con barreras
- Fuego de amor
- Caso juzgado

Ejercicios opcionales:

- El naufragio
- Matriz de valores

Sección de apoyo instruccional

Sección ¿Es verdad que...? Una copia para cada adolescente.

Sección de actividad en casa

El buzón.

Distribución del tiempo

- Evaluación de la actividad en casa (10 minutos)
- Realización del ejercicio amor sin barreras (20 minutos)
- Exposición de los objetivos de la unidad y explicación de lo que son valores, como se clasifican e identifican los valores, cómo se adquieren y modifican.
- Realización del ejercicio "fuego de amor" (30 minutos)
- Realización del ejercicio "Caso juzgado" (30 minutos)
- Análisis de la sección ¿Es verdad que...?
sobre valores
- Asignación de actividades en cada.

Procedimiento

1. Realizar el ejercicio "Amor con barreras".
2. Exponer los objetivos a cubrir en esta unidad.
3. Exponer claramente los diferentes tipos de valores que posee el ser humano, apoyándose para ello en la sección de premisas y contenido.
4. Confirmar que los jóvenes entendieron bien lo que es un valor, pidiendo voluntarios que expresen su propia definición de valor.
5. Realiza el ejercicio "Fuego de amor"
6. Realiza el ejercicio "Caso juzgado"
7. Analiza los mitos sobre valores y distribuir a cada joven una copia de la sección ¿Es verdad que...?
8. Explicar el ejercicio que deberán llevar a cabo en casa, asegurándose de que quede claro.

Sugerencias para la enseñanza

- Hacer énfasis en que los valores son apreciaciones u opiniones personales y que todos tienen derecho de expresar libremente sus opiniones, aún cuando éstas sean distintas o incluso se contrapongan a las de los demás.
- En caso de tener acceso a material audiovisual y si el tiempo lo permite, se recomienda proyectar alguna película, dónde se exponga el conflicto de valores característico de la juventud.
- Si se emplea la película, al término de la proyección abrir un espacio de debate sobre el material observado.

AMOR CON BARRERAS

Objetivo:

Identificar y verbalizar diferentes posiciones en los valores personales.

Duración:

20 MINUTOS

Material:

Pizarrón, gises. Hojas blancas y lápices.

Sección de apoyo instruccional.

Desarrollo

- El educador indicará que contará con una historia acerca de las personas cuyos nombres estarán anotados en el pizarrón.
- Contar la historia (ver apoyo instruccional)
- Después de contar la historia, indicar a los jóvenes que en una hoja en blanco escriban los nombres de los personajes de la historia y los califiquen del 1 al 10 de acuerdo con la actitud que consideren más adecuada, correspondiendo la calificación de 1 a la actitud más inadecuada y el 10 a la actitud más adecuada. Dicha calificación deberá asignarse de forma individual. Dar 5 minutos para esta actividad.
- Cerrar el ejercicio comentando con el grupo lo siguiente:
Todas las personas actúan conforme a sus valores.
Los valores se van adquiriendo desde la niñez y van cambiando de acuerdo a las influencias familiares y sociales que se reciben.
Las personas manifiestan diferentes actitudes en función a sus valores y, a pesar de su diversidad, es importante aprender a respetarlos.

Apoyo instruccional

Anotar en el pizarrón:

Ana.

Jorge, novio de Ana.

Eduardo, compañero de clase de Ana.

Ruth, amigo de Ana.

Raúl, amigo de Ana.

Decir al grupo que va a narrar una historia acerca de los personajes cuyos nombres aparecen en el pizarrón:

Jorge y Ana son novios y piensan que han encontrado ya a su pareja ideal. Jorge fue a buscar trabajo fuera de la ciudad, pero sufrió un accidente y está en el hospital. Ana se ha enterado del accidente y desea ir a Jorge. Jorge ha conseguido un carro y se ofrece a llevarla a cambio de que ella tenga relaciones sexuales con él. Ana duda, pues ya en varias ocasiones Eduardo le ha propuesto lo mismo y le pregunta a Ruth qué es lo que debe hacer. Ruth le dice "haz lo que te parezca

mejor". Ana decide aceptar la proposición de Eduardo. Cuando Ana ve a Jorge le cuenta lo sucedido; éste rompe con ella y le dice que ya no le puede tener confianza. Ana regresa muy triste a su escuela, se encuentra a Raúl y le cuenta todo lo que le ha pasado; éste le dice que quiere ser su novio y que lo que sucedió no le importa.

FUEGO DE AMOR

Objetivo:

Explorar los valores personales del adolescente en cuanto a la sexualidad.

Duración:

30 minutos

Material:

Tarjetas A: actividad personal

Tarjetas B: actividad grupal

Desarrollo:

- Antes de iniciar esta sesión el educador deberá haber copiado los enunciados de la sección del apoyo instruccional, escribiéndolas en tarjetas individuales, haciendo dos grupos, uno correspondiente a las tarjetas que contengan los temas y enunciados de la actividad individual (tarjeta A) y otro, conteniendo los enunciados de la actividad grupal (tarjeta B). Dichas tarjetas deberán tener al reverso la letra A ó B de acuerdo al grupo al que pertenezcan.
- Dividir al grupo en equipos de 10 personas como máximo.
- Pedir a los jóvenes que hagan un círculo por equipo, al centro del cual se pondrán las dos pilas de tarjetas, de tal manera que se vean las letras A ó B.
- En cada equipo se pasará un cerillo encendido de mano a mano. A quien se le apague, tomará una tarjeta de la pila de tarjetas A.
- El integrante que saque la tarjeta deberá leerla en voz alta y contestar, comentar u opinar sobre el enunciado que ha leído.
- Una vez que se haya expresado, deberá sacar una tarjeta de la pila de tarjetas B y leerá ante su equipo las instrucciones que contiene.
- De acuerdo con la instrucción leída los demás integrantes del equipo tendrán que realizar la actividad solicitada.
- Una vez concluida la actividad grupal, el integrante que sacó las y tarjetas encenderá nuevamente un cerillo y lo pasará de mano en mano hasta que se apague.
- Aquel miembro al que le haya apagado el cerillo volverá a iniciar la secuencia de selección de tarjetas, hasta que el tiempo lo permita.
- Cerrar el ejercicio comentando la experiencia de los equipos.

Apoyo instruccional

Tarjetas A

Masturbación

Situación: Si estuvieras en el baño masturbándote y de repente entra tu mamá, ¿qué harías?

Acto sexual

Situación: ¿Con quién crees que te sentirás mejor al hacer el amor, con alguien a quien amaras, a con alguien que te atrajera mucho sexualmente?

Uso de anticonceptivos para mujeres

Situación: Al hacer el amor, ¿Te gustaría que tu pareja usara condón?

Uso de anticonceptivos (para hombres)

Situación: Al hacer el amor, ¿te gustaría que tu pareja usara óvulo?

Virginidad (para mujeres)

Situación: Si ya no fueras virgen y pensaras en casarte, ¿se lo dirías a tu novio?

Virginidad (para hombres)

Situación: Si tuvieras una novia que ya no fuera virgen y te lo dijera, ¿te casarías con ella?

Uso de anticonceptivos

Situación: Estás a punto de tener relaciones sexuales, y te das cuenta que tanto a ti como a tu pareja se les olvidó el anticonceptivo ¿qué harías?

Relaciones sexuales

Situación: ¿Qué piensas de que la mujer tome la iniciativa para tener relaciones sexuales?

Educación sexual

Situación: ¿Crees que es mejor tener relaciones sexuales con una sola persona, o con varias?.

Higiene sexual

Situación: Quieres mucho a tu pareja y estás a punto de tener relaciones sexuales con él / ella, pero te das cuenta que tiene irritados los genitales y crees que tiene una enfermedad sexualmente transmisible. ¿Qué harías?

Preferencia sexual

Situación: Si de repente te enteraras que tu mejor amigo (a) es homosexual, ¿qué harías?

SIDA

Situación: A un familiar cercano acaban de diagnosticarlo como cero positivo. ¿cómo reaccionarías?

Tarjeta B

Algún (a) voluntario (a) expresará con mímica lo que tú dijiste.

Pide a un (a) compañero(a) que haga una crítica de lo que expresaste.

Pregunta a tu equipo en general si está de acuerdo con lo que dijiste. No importa que esto provoque una discusión.

Dile a alguno(a) de tus compañeros(as) que comenten algo sobre lo que dijiste como si él (ella) fuera tu papá (mamá).

Pide a dos compañeros que digan un prejuicio o mito sobre el tema

Pide un aplauso al equipo si está de acuerdo con lo que dijiste y un ¡buuu...! si no lo está.

Pregúntale a algún (a) compañero(a) qué haría en la situación que te tocó.

Pide a algún(a) compañero(a) que haga alguna pregunta sobre el tema sobre el que acabas de hablar.

Pide algún(a) compañero(a) su comentario ubicándose en el papel de la otra persona a la cual se refiere la situación.

Que algún compañero(a) que no esté de acuerdo con lo que expresaste exponga sus razones.

Pide a alguien que cuente alguna anécdota que conozca sobre el tema que acabas de leer.

Pide a algún(a) compañero(a) que aporte alguna idea novedosa u original al tema leído.

Pide algún(a) compañero(a) su comentario ubicándose en el papel de la persona a la cual se refiere la situación.

Que algún (a) compañero(a) que no esté de acuerdo con lo que expresaste exponga sus razones.

CASO JUZGADO

Objetivo:

Practicar la expresión libre de los valores y el respeto por los valores de los demás.

Duración:

30 minutos.

Desarrollo

- Dividir al grupo en dos equipos a los que se les asignarán los papeles de fiscales y abogados.
- Indicar al grupo que la actividad en la que todos participarán será "el juicio sobre el aborto", en la cual los abogados defenderán la práctica del aborto, los fiscales la acusarán y el educador será el juez.
- Durante el juicio tanto los abogados como los fiscales podrán discutir acerca de lo adecuado o inadecuado del aborto, expresando su opinión respecto si es un método de control natal bueno o malo, si consideran conveniente o no la posibilidad de practicar el aborto en la adolescencia.
- Opcionalmente el educador dará tanto a los abogados como a los fiscales una lista una lista en pro y en contra del aborto. Conceder de 10 a 15 minutos para desarrollar el juicio.
- Transcurridos los 10 ó 15 minutos de "juicio", el juez decidirá un receso indefinido, pues se tendrá cuidado de no forzar una conclusión de rechazo o aceptación del aborto.
- Favorecer la expresión de los valores personales de los muchachos y el respeto ala opinión de cada uno.
- Cerrar el ejercicio haciendo énfasis en que una de las mejores formas de relacionarse con los demás es teniendo claro cuáles son nuestros valores personales y respetando los valores de los demás.

EL NAUFRAGIO (OPCIONAL)

Objetivos:

Clarificar los valores personales y sociales.

Duración:

45 minutos

Desarrollo

- Dividir al grupo en cuatro equipos.
- Relatar la siguiente historia, solicitando a los jóvenes que se pongan en la siguiente situación: Ustedes son un grupo de personas que iban en un barco que naufragó, llegan a una isla desierta y saben que va a tener que vivir allí el resto de su vida.
- Solicitar que cada uno de los equipos precisen por escrito los valores que regirán en esta nueva sociedad; (por ejemplo distribución del trabajo, reglas para la expresión de la sexualidad, para la reproducción del grupo). Dar 15 minutos para esta actividad.
- Pedir que cada equipo presente sus conclusiones al resto del grupo.
- Reunir al grupo y discutir los siguientes puntos:
Formas en las que nuevas situaciones llevan a cambios de valores.
Maneras en las que se confrontan los valores personales con los de otras personas.
La importancia de los valores como base de la estructura social.

Cuáles son los diferentes tipos de valores(extrínsecos, intrínsecos, sistémicos) que se plantearon.

LA MATRIZ DE VALORES (OPCIONAL)

Objetivo:

Identificar y comparar los valores del adolescente con los valores de las personas importantes para él.

Duración:

45 minutos

Material:

Hojas de papel en blanco, lápices, pizarrón, gises. Sección de apoyo instruccional.

Desarrollo

- Introducir la actividad a realizar comentando con los jóvenes que una forma de identificar los valores personales que tenemos es comparándolos con los valores de las personas que son importantes para nosotros, ya que de alguna forma, son ellos los que influyen en el desarrollo de nuestros valores.
- Repartir a cada joven una hoja de papel en blanco y lápices. Pedir que tracen una matriz de doble entrada donde en los rengores pondrán en primer lugar, el pronombre "yo" y en los siguientes renglones los parentescos de las personas importantes para el joven. En las columnas se escribirán los conceptos a evaluar.
- El educador podrá ejemplificar la instrucción anterior, trazando una matriz de doble entrada en el pizarrón
- Indicar a los jóvenes que la actividad a realizar consiste en poner en el cuadro correspondiente alguna de las tres opciones: a) es bueno, b) es malo y c) no sé.
- En el primer renglón calificará cada uno de los conceptos que expresan diferentes valores. Posteriormente, los adolescentes calificarán tales conceptos de acuerdo con los que supongan contestarían las personas que ellos identificaron en la primer columna.
- Dar 10 minutos para que realicen el llenado de la matriz.
- Formar equipos de tres o cuatro miembros y dar 10 minutos para que: a) comparen las diferencias de valores entre las personas importantes para el joven y ellos mismos, b) identifiquen las semejanzas y diferencias y c) discutan a qué factores se deben tales semejanzas y diferencias.
- Solicitar voluntarios para que expresen las observaciones que se generaron en cada equipo. Dar 10 minutos aproximadamente para ellos.
- Cerrar el ejercicio comentando con los jóvenes que los valores son cambiantes, que cada generación tiene ciertos valores culturales y morales que la caracterizan y aunque a ellos les parezcan anticuadas algunas ideas de antaño, tales valores sirvieron, en su momento, para orientar la conducta de quienes en este entonces eran jóvenes adolescentes.

Apoyo Instruccional

Lista de conceptos a valorar.

- 1.- La mujer debe ser virgen hasta que se case.
- 2.- Tener un bebé en la adolescencia.
- 3.- Realizar un aborto si se embaraza en la adolescencia.
- 4.- Que la mujer tenga relaciones sexuales antes de casarse.
- 5.- Usar anticonceptivos en la juventud.
- 6.- Protegerse con el condón para evitar enfermedades sexualmente transmisibles.
- 7.- Fumar frente a los padres.
- 8.- Casarse en la adolescencia.
- 9.- Masturbarse.
- 10.- Tener relaciones sexuales con prostitutas.

ACTIVIDAD EN CASA

Objetivo:

Comparar los valores individuales con los de personas importantes para el joven.

Instrucciones

- Pedir a los jóvenes que en una hoja en blanco escriban los cinco valores más importantes para ellos.

Evaluación

- Al principio de la siguiente sesión dispones de algunos minutos para comentar las experiencias de los adolescentes al realizar la actividad en casa.
- Sugerirles que discutan acerca de la posibilidad de compartir su ordenamiento con otras personas, por ejemplo algún amigo (a), los padres y/o hermanos.

¿ES VERDAD QUE...?

- 1.- ¿Es verdad que una vez que adquieren los valores éstos ya no se cambian?
 - Falso. Durante nuestra vida vamos adquiriendo valores, algunos de los cuales están muy arraigados en nosotros pues desde chicos nos los inculcaron. Sin embargo, es una decisión personal el mantenerlos o no vigentes.
- 2.- ¿Es verdad que nuestra conducta sería un desastre si no tuviéramos valores?
 - Verdadero. Los valores sirven como esquemas o apoyo para guiar nuestra conducta. Cuando tenemos claros cuáles son nuestros valores, creemos en ellos porque realmente los entendemos y actuamos de acuerdo con ellos.

- 3.-¿Es verdad que los valores de la gente triunfadora son más importantes que los valores que tiene la gente común.?
- Falso. Cada uno tiene su propia tabla de valores porque la vida de cada quien es única. En ese sentido, tanto los valores de la gente que destaca como aquellos de la gente común son igualmente dignos de respeto.
- 4.-¿Es verdad que debo tener los mismo valores que mis padres?
- Falso. Se pueden tener los mismos valores que nuestros padres o familiares, pero ello no es un obligación. Durante la infancia, y la juventud los valores paternos sirven como guías de acción. Una vez que se alcanza la madurez emocional, psicológica y socioeconómica, el individuo puede decidir si continua con los valores inculcados, los modifica, o elimina.
- 5.-¿Es verdad que la gente liberada no tiene valores?
- Falso. Todos tenemos valores que influyen en nuestra conducta, aún la gente más liberada. Cuando la conducta de una persona parece estar fuera de lo normal ello, más que evidenciar que carezca de valores, es una muestra de que sus valores están en crisis o sufren una distorsión al compararlos con los valores de la gente común.
- 6.-Es verdad que cuando sea adulto voy a tener los mismos valores que en la adolescencia?
- Falso. Muy frecuentemente en la juventud, nos tratamos de revelar ante los valores que tiene nuestra familia o los adultos importantes para nosotros. Ya en la edad adulta, volvemos a considerar y, a veces, a adoptar los valores ante los que nos habíamos revelado años antes.

AUTOESTIMA

Objetivos:

- Que al finalizar los jóvenes la sesión hayan identificado habilidades y limitaciones de sí mismos.
- Que los jóvenes identifiquen sus aspiraciones personales y sociales.
- Que los jóvenes analicen cómo la autoestima que poseen afecta su conducta.
- Que los jóvenes acepten sus características propias.
- Que el joven incremente su autoestima.

Premisas y contenido.

A la capacidad de tener confianza y respeto por sí mismo se le llama autoestima.

Es propiciada por el nacimiento, o tal vez antes, ya que el hecho de que el niño se sienta deseado por sus padres le va a dar la posibilidad de sentirse esperado y querido. De lo contrario, el niño crecerá con un sentimiento de rechazo y baja estima. Es en el núcleo familiar donde el niño adquiere las bases que necesita para una autoestima adecuada, que le permite sentirse apto para la vida, o con una autoestima inadecuada que lo haga percibirse como un ser inepto para enfrentarse al futuro.

ser humilde". Estas son frases que escuchamos comúnmente y corresponden a las necesidades sociales. Los individuos con una baja autoestima están más sometidos a los patrones vigentes, mientras que una adecuada autoestima se asocia con un reconocimiento de cualidades y defectos y una mayor conciencia de los alcances y limitaciones para luchar y obtener condiciones de vida.

En la adolescencia la autoestima se debilita, ya que uno de los factores importantes como la imagen corporal cambia y se da la confusión de roles.

En esta etapa el joven cuestiona, rechaza, pregunta y necesita que los adultos le ayuden a valorar sus logros con el fin de fortalecer su posición y estima. Hay que sentir al adolescente, tener fe en él, ya que esto le permitirá internalizar en sí mismo y ser un adulto responsable, con una alta autoestima y capaz de luchar por sus convicciones. El adolescente siente la necesidad de independencia, de ser reconocido, de buscar su propia identidad.

La autoestima deberá ser sentida como la esencia de sí mismo.

No necesita reconocimientos externos; la verdadera autoestima posee el reconocimiento interno, es la fe y respeto por nosotros mismos y es captada a través del amor, el respeto y la fe con la que nos nutrieron desde niños.

Una buena autoestima nos permite crecer, ser libres, creativos, alegres, amistosos, amorosos, sentimos plenos y con la capacidad de dar y recibir.

(La docena mágica de la autoestima (branden, 1968)

- 1.- Saber y aceptar que todos tenemos cualidades y defectos.
- 2.- Saber que todos tenemos algo bueno de los cual tenemos que sentirnos orgullosos.
- 3.- Poder liberarnos de conceptos negativos sobre nosotros mismos.
- 4.- Aceptar que todos somos importantes.
- 5.- Vivir responsablemente de acuerdo con la realidad, reconociendo lo que nos gusta y lo que no nos gusta.
- 6.- Aprender a aceptarnos a través de lo que sentimos y de lo que somos.
- 7.- Liberarnos de la culpa al evaluar lo que queremos y pensamos.
- 8.- Actuar de acuerdo a lo que deseamos, sentimos y pensamos, sin, tener como base la aprobación o desaprobación de los demás.
- 9.- Sentimos responsables de nosotros mismos, ya que el hacemos responsables de la propia existencia genera confianza en nosotros mismos y en los demás.
- 10.- Vivir auténticamente al aprender a ser congruentes entre la forma de sentir y de actuar.
- 11.- Fomentar la autoestima en los otros, ya que la honestidad, al fomentar la autoestima de las personas que nos rodean, refleja nuestra propia autoestima.
- 12.- Hollar la valentía de amarnos como personas y comprender que ese es un derecho propio que todos tenemos.

CONOCIÉNDOME

Objetivos:

Identificar cualidades y defectos de sí mismo.

Duración:

20 minutos.

Material:

Hojas blancas y lápices.

Desarrollo.

- Introducir el tema de autoestima comentando que cada persona tiene tanto cualidades como defectos, que es importante conocerlos para poder manejarlos y así sentirse satisfechos consigo mismos y con los demás.
- Solicitar a los adolescentes que saquen una hoja en blanco y escriban en ella tres cualidades y tres defectos que identifiquen en sí mismos. Conceder 10 minutos para esta actividad.
- El educador indicará que cada adolescente conservará la lista que hizo, comentará el ejercicio preguntando: ¿Qué les costó más trabajo identificar, sus cualidades o sus defectos? Y ¿A qué atribuye su dificultad para identificar sus cualidades o defectos?
- Cerrar el ejercicio reforzando los comentarios de los jóvenes, apoyándose para ello en la sesión de premisas y contenido correspondiente a esta sesión.

DULCES RECUERDOS

Objetivo:

Reforzar la autoestima del adolescente

Mediante la identificación de eventos

Significativos y positivos durante su vida.

Duración:

40 minutos.

Material:

Papel en blanco tamaño oficio o cartulina y lápices.

DESARROLLO

- Indicar a los adolescentes que la actividad a realizar consiste en situar gráficamente el (los) lugar (es) de su casa donde hayan pasado los momentos más agradables de su vida.
- Repartir las hojas o cartulinas entre los adolescentes y pedirles que dibujen un plano de su casa.
- Una vez concluido el plano, pedir a los adolescentes que localicen en éste, con base en sus recuerdos: a)el lugar que más utilizaron para sentirse a gusto, b) el lugar que les trae más gratos recuerdos, c)el lugar que más les gustaba en la niñez, d)el lugar que sentían mas suyo
- Pedir a los adolescentes que formen equipos de tres o cuatro miembros para que compartan sus vivencias.

- Pedir a un representante de cada equipo que comparta con el grupo algún comentario gracioso o especialmente interesante que a su parecer haya ocurrido al interior de su equipo.
- Cerrar el ejercicio comentando que cada sujeto tiene en si mismo algo de lo cual puede sentirse orgulloso o satisfecho y ello lo hace especial a los ojos de los demás y que recordarlo ayuda a conservar nuestra autoestima.

COMO ME VEN, ME TRATAN

Objetivo:

Favorecer conductas que incrementen la autoestima del adolescente.

Duración:

25 minutos

Material:

Hojas en blanco, marcadores y cinta adhesiva.

D E S A R R O L L O

- El educador explicará a los adolescentes que el ejercicio que van a realizar consiste en identificar solamente cualidades en las personas con quienes se relacionan.
- Pegará en la espalda de cada adolescente una hoja en blanco.
- Dividirá al grupo en 2 equipos de 10 personas.
- Indicará que cada integrante del equipo escribirá una cualidad en las hojas de sus compañeros de equipo, de tal manera que al concluir la actividad cada adolescente tenga escritas en su hoja como 8 cualidades.
- El educador deberá estar muy pendiente de que ningún adolescente quede rezagado, es decir, sin cualidades escritas en su hoja. Dar 10 minutos para la realización de esta actividad.
- Al terminar, los adolescentes que examinarán su lista y evaluarán si se identifican con las cualidades que les fueron asignadas.
- Pedirá un voluntario para que lea su lista en voz alta. Una vez que le haya leído, preguntará si el (ella) sabía que tenía esas cualidades.
- Preguntará al grupo en general que sintieron al leer su lista.
- Cerrar el ejercicio subrayando la importancia de poder encontrar cualidades positivas en la gente que nos rodea, así como de reconocer que la gente pudo ver en nosotros cosas positivas que nosotros mismos no conocíamos, sin olvidar que también tenemos características negativas.

TODOS VALEMOS (OPCIONAL)

Objetivo:

Simbolizar la percepción que el adolescente tiene de si mismo.

Duración

25 minutos

Material:

Plastilina

Desarrollo

- El educador explicará a los participantes que deberán reflexionar acerca de sí mismos.
- Dar a cada adolescente una barra de plastilina y pedir que se represente a sí mismo positivamente a través de un símbolo (por ejemplo, si un participante desea representar que es libre puede diseñar una paloma). Dar un tiempo de 10 minutos para la elaboración de la tarea
- Al terminar solicitar a los participantes que de manera individual y voluntaria, expresen sus sentimientos acerca del trabajo realizado.
- Comentar con todo el grupo la importancia de la auto percepción en el incremento de la autoestima.
- El educador cuidará que todos los miembros del grupo ejecuten la tarea y se representen de forma positiva. Es importante promover la ayuda mutua, si algún participante tiene dificultad para realizar el trabajo.

EL ESPEJO (OPCIONAL)

Objetivo:

Identificar en sí mismo (a) cualidades y habilidades positivas.

Duración:

40 minutos

Material:

Sección de apoyo instruccional

DESARROLLO

- Describir y explicar a los adolescentes los principales factores psicosociales que intervienen en el desarrollo de la autoestima durante la adolescencia, empleando para ello de 10 a 15 minutos.
- Indicar la actividad indicando el objetivo a cumplir en este ejercicio.
- Distribuir una hoja de apoyo instruccional a cada adolescente.
- Indicar que la actividad a realizar consiste en colocar en la sección del espejo que corresponda, qué cualidades o características positivas se reconocen en sí mismos, empleando para ello dibujos o palabras (por ejemplo adjetivos). Dar 10 minutos para esta actividad.
- Dividir al grupo en parejas e indicarles que comenten entre sí el ejercicio. Algunos puntos que se les pueden sugerir son: a) qué habilidades o cualidades les costó más trabajo identificar, b) por qué creen que tienen tales características, c) cómo creen que pueden mantener o aumentar la imagen positiva que les refleja cada espejo acerca de sí mismos. Dar 10 minutos para esta actividad.
- Integrar al grupo pidiendo que algún (nos) voluntario (s) expresen lo que sintieron y/o pensaron durante la realización del ejercicio..
- Concluir la técnica comentando que la clave de la autoestima está en identificar y desarrollar las características positivas que cada uno posee.

APOYO INSTRUCCIONAL

Piensa que estás en una sala llena de espejos y cada uno refleja una imagen positiva y especial de ti. Esa imagen es lo que tú reconoces como cualidades en ti mismo (a). Ahora haz un dibujo y/o describe las cualidades que poseas de acuerdo al espejo al que te asomas.

MI FÍSICO ES

MI CARÁCTER ES

COMO AMIGO (A) SOY

COMO HIJO (A) SOY

COMO PAREJA SOY

COMO ESTUDIANTE SOY

COMO HERMANO (A) SOY

LA MALETA DE LA VIDA (OPCIONAL)

Objetivo

Identificar en si mismo (a) alcances y limitaciones.

Duración:

30 minutos

Material:

Hojas con el dibujo de una maleta en el lado izquierdo y un baúl en el lado derecho

DESARROLLO

- Iniciar la actividad especificando el objetivo a cumplir en este ejercicio.
- Introducir el tema de autoestima explicando que en cada persona hay aspectos positivos y negativos, que cada individuo tiene un valor muy especial por el solo hecho de ser hombre o mujer, y que de cada quien depende ir aumentando las características negativas.
- Distribuir a cada adolescente una hoja blanca con una maleta y un baúl dibujados, así como lápices o colores.
- Pedir que escriban en el baúl "lo que me llevo " y en la maleta " lo que dejo "
- Indicar al grupo que imaginen que van a realizar un viaje muy especial, el viaje de su vida, y que necesitan hacer una maleta también muy especial para que viajen con éxito.
- Especificar que la actividad a realizar consiste en que identifiquen en sí mismo (as) aquellas características que cada adolescente suponga que servirán para su viaje, dibujando o describiendo tales características en la maleta que trazaron en la hoja.
- Aclarar que así como se eligen los vestidos o trajes más bonitos para ir de viaje, así tendrán que identificar en sí mismos las características más positivas, descartando las negativas, las cuales deberán ser descritas o representada en el baúl que dibujaron en su hoja. Dar 10 minutos para esta actividad.
- Pedir dos o tres voluntarios para que expongan ante el grupo las características de sí que decidieron llevar al viaje y aquellas que dejaron el baúl.

- Algunos puntos que pueden discutirse con el grupo son: a) qué características les costó más trabajo identificar, las positivas o las negativas, b) a que creen que se deba tal dificultad, c) cómo creen que pueden aumentar sus característica positivas y disminuir o modificar las negativas.
- Cerrar el ejercicio reforzando en cada adolescente su capacidad para auto-analizarse, coincidiendo en las características positivas que se identificaron o haciendo algún comentario que alimente su autoestima.

ACTIVIDAD EN CASA

Objetivo:

Identificar habilidades y limitaciones que las personas que rodean al adolescente ven en él (ella).

INSTRUCCIONES

- Solicitar a los adolescentes que lo hagan a alguna persona importante para ellos (por ejemplo: papás, tíos, hermanos, parejas, amigos, etc.) las siguientes preguntas:
- ¿Qué cosas (habilidades) ves en mí que me permitan ser un hombre (mujer) útil cuando sea mayor?
- Que cosas (limitaciones) ves en mí que me impidan ser un hombre (mujer) útil cuando sea mayor?

EVALUACIÓN

- Al principio de la siguiente sesión disponer de algunos minutos para comentar la experiencia de los adolescentes al hacer las preguntas. Entre los aspectos que pueden comentarse están:
- Cómo se sintieron al conocer las cosas agradables que los demás identifican en ellos?
- ¿Se sorprendieron al conocer aspectos de su persona que la gente entrevistada valora y que ellos no sabían que tenían?
- Existieron características que el adolescente reconoce en sí mismo como importantes y que la gente no le mencionó?
- Existió algún desacuerdo entre lo que las personas entrevistadas consideran como limitaciones en el adolescentes y lo que él (ella) mismo (a) reconoce como limitante?
- Que características fueron más comúnmente mencionadas (por ejemplo: las referentes a su cuerpo, a su manera de comportarse, a la manera de vestirse, etc.).

¿ ES VERDAD QUE?

AUTOESTIMA

1. Es verdad que si alguien se quiere mucho se vuelve egoísta?

- **FALSO** Alguien que se sienta seguro (a) de sí mismo (a) podrá dar más cariño, tiempo, dedicación y comprensión a otros. El primer paso para poder compartir con otro, para poder dar y recibir sentimientos, es estar a gusto con uno mismo.
2. ¿ Es verdad que si alguien se considera a sí mismo (a) valioso (a), la gente no va a querer estar con él (ella)?
- **FALSO** Las personas generalmente se sienten más atraídas hacia personas seguras de sí mismas que hacia personas inseguras.
3. ¿ Es verdad que tener una alta autoestima es igual que ser presumido (a)?
- **FALSO** Todo lo contrario, el tener una alta autoestima nos da la posibilidad de tomar decisiones y de sentirnos seguros (as) de nosotros (as); por lo tanto, no se tiene necesidad de presumir ante otros.
4. Es verdad que si no se sabe hacer algo, no se debe tratar de hacer?
- **FALSO** Si es algo que se desea hacer o se goza y no daña a otros ni a uno mismo, es adecuado seguir intentando, buscar una manera de aprender a hacerlo y poco a poco descubrir si verdaderamente se tiene o no habilidad para ello. Es importante preguntarse si el problema se debe a la falta de experiencia o si es falta de habilidad.
- 5.- ¿ Es verdad que las mujeres inseguras las quieren más?
- **FALSO** Aunque a muchos hombres las mujeres seguras de sí mismas los asustan, hombres con una alta autoestima o con una alta seguridad en sí mismos se sienten atraídos por mujeres seguras y capaces.
- 6.-¿ Es verdad que a los hombres inseguros nadie los quiere?
- **FALSO** Muchas veces las mujeres se sienten atraídas hacia hombres no seguros de sí mismo. Hay libros y terapias enfocadas a ayudar tanto hombres como a mujeres a incrementar su seguridad.
- 7.-Es verdad que para sentirse seguro (a) de uno mismo es necesario ser atractivo (a) físicamente?
- **FALSO** Cada quien tiene habilidades, sentimientos o aspectos positivos y negativos. Es importante reconocer cada uno de estos aspectos, especialmente los positivos y, hasta donde se pueda, tratar de modificar o aceptar los negativos. Muchas personas son atractivas físicamente y se sienten muy inseguras mientras que otras, atractivas físicamente, son capaces de apreciar en sí mismas sus características positivas relacionadas con aspectos intelectuales, emocionales o espirituales y no puramente físicos.

SESION 15

CONTROLAR Y DECIDIR TU VIDA

Objetivos

- Que al terminar la sesión los adolescentes entiendan el concepto de conformismo y las desventajas que tiene.
- Que los jóvenes acepten que cada persona tiene el derecho de tomar sus propias decisiones.
- Que los adolescentes comprendan que todos podemos aprender a tomar decisiones.
- Que los adolescentes entiendan las influencias externas en el proceso de toma de decisiones.
- Que los jóvenes practiquen los pasos del modelo racional de toma de decisiones.
- Que los jóvenes apliquen el modelo de toma de decisiones responsables para tener o no relaciones sexuales, usar o no anticonceptivos, usar o no tabaco, alcohol ó droga.

PREMISAS Y CONTENIDO

Todos tenemos el derecho de tomar nuestras propias decisiones. Hay varios factores que influyen en el proceso de tomar decisiones, los cuales se pueden agrupar de la manera siguiente:

- 1.- Influencia de otras personas
- 2.- Información

EJERCICIOS

Objetivo:

Aplicar los conocimientos adquiridos durante el curso en la programación de actividades y metas al futuro a corto y largo plazo.

Duración

40 minutos

Material:

Hojas de papel blancas y lápices. Sección de apoyo instruccional.

DESARROLLO

- Distribuir entre los adolescentes hojas de papel en blanco y lápices.
- Indicar a los adolescentes que la actividad a realizar consiste en hacer una ruta crítica en relación con metas que deseen alcanzar en sus vidas (una a corto y una a largo plazo).
- Escribir los pasos a seguir en la elaboración de una ruta crítica (ver apoyo instruccional).
- Ejemplificar la elaboración de una ruta crítica presentando en el pizarrón el ejemplo de la sección de apoyo instruccional y siguiendo los siete pasos que ellas se plantean.
- Hacer énfasis en la importancia de establecer metas concretas y alcanzables. Subrayar la relevancia del manejo del tiempo al especificar las actividades simultáneas y secuenciadas.

- Una vez concluida la explicación para la elaboración de una ruta crítica, aclarar las dudas existentes e indicar a los adolescentes que ahora ellos deberán hacer una ruta crítica, siguiendo los lineamientos expuestos, en relación con una meta que ellos consideren importante para su vida futura. Conceder 15 minutos para la realización de esta actividad.
- Solicitar algún (os) voluntarios (s) que comparta (n) con el grupo la ruta crítica que hayan (n) realizado.
- Comentar las dificultades que tuvieron los adolescentes en realización de esta actividad y discutir las preguntas siguientes:

¿Qué paso (s) de la ruta crítica fue (ron) más difícil (es) de planear.

¿Cómo crean los adolescentes que se pueden salvar los obstáculos o dificultades encontradas en la planeación de la ruta crítica?

¿Es útil hacer una ruta crítica de la vida? ¿Por qué sí o por qué no?

¿Consideran los adolescentes que los conceptos y enseñanzas obtenidas durante el curso, les ayudaron en la realización de su ruta crítica? ¿Por qué sí o por qué no?

Cerrar la actividad comentando la importancia que cada tema revisado durante el curso, aporta en la planeación de la vida durante la adolescencia. Recordar a los jóvenes que el tiempo no regresa ni se detiene, y que el futuro es un reflejo de lo que hoy se planea.

EDAD

META

15 años
18 años
21 años
23 años
24 años
25 años
26 años
27 años
28 años
31 años
34 años
38 años
39 años
40 años
45 años
50 años
55 años

APOYO INSTRUCCIONAL

Pasos para elaborar una ruta crítica de la vida.

- 1.- Delimitar la meta a alcanzar en las diferentes áreas de la vida (por ejemplo: estudios, trabajo, deportes, etc.)
- 2.-Especificar las actividades asociadas con la meta.
- 3.- Definir los tiempos para la realización de cada actividad.
- 4.-Especificar las actividades secuenciadas y simultáneas.

5.-Representar las actividades a realizar con los tiempos mínimos máximos propuestos para cada actividad identificada..

-6.-Evaluar periódicamente la ejecución de cada actividad y en qué medida se van cumpliendo las metas propuestas.

7.-Modificar o mantener las conductas asociadas con las metas fijadas.

Ejemplo de una ruta de vida

Un plan de vida se deberá hacer de forma aproximada, ya que podrá haber ligeras variaciones en los años a los que se hace referencia. Un ejemplo de plan de vida con aspiraciones muy altas es el siguiente:

| EDAD | META |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15 años | Acabar escuela secundaria. |
| 18 años | Acabar escuela preparatoria o bachillerato. |
| 21 años | Empezar a trabajar parte del tiempo |
| 23 años | Acabar carrera técnica ó profesional. |
| 24 años | Recibirse como técnico o profesional y tomar cursos o participar en platicas. Sobre como ascender en el trabajo y relaciones de pareja. |
| 25 años | Casarse. |
| 26 años | Tomar cursos o participar en pláticas sobre educación para los hijos. |
| 27 años | Volver ascender en el trabajo. |
| 28 años | Tener el primer hijo. |
| 31 años | Tener el segundo hijo y empezar estudios de especialización ó cursos de interés personal. |
| 34 años | Terminar estudios de especialización ó de interés personal conseguir otro ascenso en el trabajo. |
| 38 años | Tomar curso para padres de adolescentes. |
| 40 años | Tomar cursos de interés para la pareja (por ejemplo filosofía de vida, educación para los hijos , arte etc. . |
| 45 años | Organizar una fuente de ingresos alterna.. |
| 50 años | Realizar un viaje. |
| 55 años | Jubilación de un trabajo para dedicarse más a la fuente alterna de ingresos |

HASTA LUEGO

Objetivo:

Clausurar el curso.

Duración:

10 minutos

Material:

Mesa de honor con los diplomas a entregar a cada uno de los adolescentes que participaron en el curso

DESARROLLO

- Tener lista la mesa de honor decorada con flores y/o un mantel bonito.

- Evitar cualquier indicio de tensión al momento que cada adolescente pase por su diploma.
- Plantear al grupo que a diferencia de otro tipo de clausuras pomposas y frías esta será una clausura cálida.
- Pedir a los adolescentes que piensen en alguna anécdota agradable que hayan vivido durante el curso.
- Llamar a cada uno de los participantes por su nombre para que pasen a recoger su diploma o constancia de participación, el cual recibirán del educador al pasar ante la mesa de honor.
- Al recoger su respectivo diploma, cada adolescente dirá al grupo por que cree merecerlo, o bien, qué situación o vivencia durante el curso le impactó de manera positiva.
- Al finalizar la entrega de diplomas, el educador dará las gracias a los presentes.

RUTA CRITICA DE LA SEMANA (OPCIONAL)

Objetivo:

Aprender a planear actividades semanales como apoyo al plan de vida.

Duración: 40 minutos

Material: Hojas de papel blancas, lápices. Sección de apoyo instruccional.

DESARROLLO:

- Distribuir entre los adolescentes hojas de papel blancas y lápices.
- Indicar a los adolescentes que la actividad a realizar consiste en hacer una ruta crítica en relación con las actividades que piensan realizar la semana próxima
- Ejemplificar la elaboración de una ruta crítica, presentando en el pizarrón el ejemplo que se presenta en la sección de apoyo instruccional, y siguiendo los siete pasos que en ella plantean.
- Hacer énfasis en la importancia de establecer metas concretas y alcanzables. Subrayar la relevancia del manejo del tiempo al especificar las actividades simultáneas y secuenciadas con relación a lo que piensan hacer esta semana.
- Solicitar algún (os) voluntario (s) que comparta (n) con el grupo la ruta crítica que haya (n) realizado.

Comentar las dificultades que tuvieron los adolescentes en la realización de esta actividad y discutir las preguntas siguientes:

¿Qué paso (s) de la ruta crítica fue (ron) más difícil (es) de planear.

¿Cómo creen los adolescentes que se pueden salvar los obstáculos o dificultades encontradas en la planeación de la ruta crítica?

¿Es útil hacer una ruta crítica semanal?

¿Por qué sí o por que no?

¿Consideran los adolescentes que los conceptos y enseñanzas obtenidas durante el curso les ayudaron en la realización de su ruta crítica? ¿por qué sí o por qué no?

OFO Orientación al futuro, organización.

TD Toma de decisiones.

TR Toma de riesgos.

Deseamos agradecer la autorización de las siguientes personas para utilizar parte de escenas que ellos diseñaron conjuntamente con el autor principal de este manual :Patricia Andrade, Lucille Atkin, Rogelio Díaz Guerrero, Rolando Díaz Loving, Mirta Flores González, Celina Girardi, Warren Miller, Sofía Rivera Aragón y Gabriela Rodríguez.

Deterioro físico a causa
del consumo de drogas



DRUGADICCIÓN

Cómo prevenir el consumo de las drogas



No a la violencia dentro de la familia.



Si a una vida sana y positivo



La recreación previene la adicción.



Cuidado con las influencias de los amigos

¡DÍ SI A UNA VIDA SANA Y POSITIVA!

LA RECREACIÓN PREVIENE LA ADICCIÓN

SI A LA COMUNICACIÓN FAMILIAR

CUIDADO CON LAS INFLUENCIAS NEGATIVAS DE LOS AMIGOS

BIBLIOGRAFÍA

"Adolescencia, Masculinidad e Inhibición"
Editorial Trillas, México 1972.

ALVARADO GARIBALDI, Salvador. - "Jóvenes y Proceso"
Procuraduría General de la República. Escuela Nacional de Trabajo Social, UNAM.
México, 1995.

ANDER-EGG, Ezequiel. - "Introducción a la Planificación"
Ed. Humanitas Buenos Aires Argentina, 1985.

"ANTOLOGÍA DE LA REVISTA ADDICTUS."
Secretaría de Educación Pública. México 1997.

"CÓDIGO PENAL PARA EL D.F., EN MATERIA DEL DERECHO COMÚN Y PARA TODA LA REPÚBLICA EN MATERIA DE DERECHO FEDERAL."
Ed. Greco

"CÓDIGO DE PROCEDIMIENTOS PENALES"
Ed. Greco

CHÁVEZ DE SÁNCHEZ, María Isabel. - "Drogas y Pobreza"
Estudio etnográfico del fenómeno de la tóxicomanía dependencia en una colonia suburbana de la ciudad de MÉXICO. Ed. Al.

DE LA GARZA, Fidel. - "Adolescencia, Masculinidad e Inhibición"
Ed. Trillas, México 1972

DE LA PEÑA, Enrique Ramón. - "Manual del Consultor en Planificación"
Ed. Limusa, Noriega Editores México 1994.

"DICCIONARIO ENCICLOPÉDICO"
Ed. Gráfico
Barcelona 1999.

DUSSEK Dorothy E. y GIRDANO, Daniel. - "Drogas"
Universidad de UTA. Cuarto edición
Ed. SITESA. México, 1990.

ESCUADERO Muñoz, Juan. - "Modelos Didácticos"
Planificación sistemática y autoevaluación educativa. Oikos-tau, S.A
Ed. Barcelona, España 1981.

GALEANA DE LA O, Silvia. - "Promoción Social"
Escuela Nacional de Trabajo Social, Universidad Nacional Autónoma de México. 1ª edición.
Ed. Plaza y Verdés. Enero 1999, México, DF.

HERNÁNDEZ SAMPIERI, Roberto y otros. - "Metodología De La Investigación"
Ed. Mc. Graw Hill, México, 1999.

HUGALDE, Antonio y equipo. - "Un Proceso Juvenil"
Colección "Defendamos la Vida"
Ed. San Pablo.
Colombia 1993.

LAURE S. - "Los Programas de Atención Médica, Psico-social Y Social"
Editorial Alianza, Madrid 1969.

"La Familia Dependencia y su Prevención dentro de la Comunidad.
Editado por Centro de Integración Familiar. Serie técnica, volumen. Perfil de comunidad
5ª Impresión 1996, México, D. F.

R. DONALD, B. LOVID - "Los Programas que son y Cómo Combatirlos"
Ed. Diana 2ª impresión. Impreso en México.

PICK DE WEISS Susan, AGUILAR GIL José Ángel, RODRIGUEZ Gabriela, VARGAS TRUJILLO Elvia; REYES PARDO
JEANNETTE. - "Elbinando tu vida".
Edición Planeta Mexicana. MEXFAM, 1992. México.

OCEANO COLOR, DICCIONARIO ENCICLOPÉDICO UNIVERSAL
Vol. 2, Impreso en Colombia.

O'GORMAN, Frances - "Cambio y Cambio"
Ed. Promoción Social

OLIVEVENSTEIN, Claude Dr. - "No Hay Programas Felices"
Ed. Gryllbo

TELLO Peón, Nelia - "Modelos De Trabajo Social"
Notas para su discusión. Rev. Anales de Trabajo Social Escuela Universitaria de Trabajo Social UM
Escuela Nacional de Trabajo Social-UNAM, N° 1, España, 2000.