



Prevención de drogodependencias en ESO

Fomento del Análisis crítico como medio de prevenir el inicio en las drogas Adictivas: Cuarto de ESO



CUADERNO DE ACTIVIDADES PARA EL PROFESOR

En este curso se van a desarrollar las siguientes actividades:

- **TALLERES DE PREVENCIÓN CON ALUMNOS de 4º ESO**

- **Responsable:** Técnicos de NYPACOLD
- **Duración:** 2 sesiones
- **Objetivos:**
 - i. Informar a los alumnos sobre las características, efectos y consecuencias de las drogas, tomando como modelo de referencia la cocaína.
 - ii. Potenciar cambios de actitudes y valores en relación con la salud, y el empleo del tiempo de ocio.
 - iii. Promover un análisis crítico de la publicidad.
- **Técnicas:** Se emplean técnicas expositivas, debate, grupos de discusión y dinámicas de grupo.

- **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS CON ALUMNOS de 4º ESO**

- **Responsable:** Tutor de cada grupo
- **Duración:** 2 a 4 sesiones
- **Objetivos:** Los descritos en el manual de actividades (el presente documento).
- **Técnicas:** Se emplean los siguientes materiales:
 - i. Manual de actividades para 4º de ESO (el presente documento)
 - ii. Material audiovisual (MA-4: DVD “El nuevo reto”)

EL NUEVO RETO

INTRODUCCIÓN

Todos sabemos lo necesario que resulta que niños y jóvenes conozcan y asuman los peligros derivados del consumo de sustancias o de hábitos de vida poco saludables. Los argumentos que ponen el acento en señalar el riesgo pueden provocar, contrariamente a lo esperado, una mayor curiosidad, dado que los jóvenes valoran positivamente la osadía y la capacidad de arriesgarse (deportes de riesgo, vivir peligrosamente, "siente el riesgo de vivir"). Por otra parte, la prohibición consigue aumentar el atractivo de aquello que se censura.

Las advertencias que se basan en las enfermedades derivadas del consumo, o la muerte como consecuencia del abuso de estas sustancias, por lo general no logran frenarlos, ya que no les suponen una preocupación real ni las perciben como algo que pueda afectarles directamente. Pero es necesario que las conozcan y a ello se dedica un capítulo de esta guía. De idéntica manera, el deterioro físico es identificado por los adolescentes con la edad madura, una etapa de la vida que ven muy lejana.

El principal desafío del joven es encontrar una identidad distinta a la que le otorgan sus padres en el período infantil. Es necesario ayudarle a buscar caminos propios, alternativos a los que ofrece el consumo de estupefacientes.

Es importante saber que pedagógicamente es más acertado partir de una propuesta de actividad positiva para evitar las adicciones. Intentamos plantear dicha propuesta no desde el peligro, sino con la idea de que abstenerse de consumir, es un reto que exige forjar una fuerte personalidad para no dejarse llevar por el entorno.

Nos parece ilustrativo para ayudar a comprender por qué surge en los jóvenes la "necesidad" de utilizar las drogas, el ejemplo del chico que lo justifica, diciendo:

- *Soy capaz de hacer cosas que no podría estando sobrio.*
- *Bebo para vencer mi timidez, "estar a tono", ser más divertido, superar mis complejos, aguantar más horas de marcha.*
- *Me siento eufórico, invencible, inmortal.*



METODOLOGÍA

El material visual, muy apropiado para atraer a los jóvenes, debe ser visto de forma gradual, ya que son muchos los conceptos y sugerencias que presenta y quiere transmitir. Se debe tener en cuenta que el inicio del consumo de drogas se relaciona equivocadamente en la adolescencia con la independencia, la inclusión en el mundo de los iguales o como posibilidad de separarse y diferenciarse del entorno familiar.

La forma de trabajar con los contenidos de este programa debe ser flexible y es de esperar que cada padre, profesor o monitor lo adapte creativamente a las necesidades de su grupo. Junto con las actividades propuestas ofrecemos algunas preguntas que ayuden a los jóvenes a expresar por sí mismos ideas constructivas.

Pasos que recomendamos para lograr el máximo aprovechamiento:

- 1. Preparación: Se trata de despertar la atención, introducir el tema, mantener el interés y provocar la curiosidad. Quién vaya a presentar el vídeo debe visionarlo antes varias veces, tomando nota de las cuestiones sobre las que quiera hacer hincapié. Se aconseja trabajar muy pocas secuencias en cada clase, dada la densidad de sus contenidos, para la reflexión y el debate.*
- 2. Sesión de trabajo: A los alumnos se les proyectarán exclusivamente los fragmentos del vídeo que incluyan los temas a tratar. A continuación se podrán poner en práctica las diferentes dinámicas de trabajo individual y grupal. El profesor consultará con anterioridad la guía didáctica y seleccionará los materiales y actividades de apoyo que considere más apropiados. Deberá tenerse muy en cuenta la importancia de mantener la atención de los jóvenes.*

3. *Evaluaciones y encuestas:* La propuesta participativa de este programa, facilita un control continuado de la actitud de los jóvenes y permite analizar su trabajo en diferentes áreas. Además, por medio de la utilización de encuestas, el monitor podrá tener una constancia de la evolución de cada uno de ellos.



CAPÍTULO 1

MEDIOS DE COMUNICACIÓN SU INFLUENCIA

CONTENIDO:

- *Los medios de comunicación. Funciones. Hábitos de consumo.*
- *Su influencia en los niños y los jóvenes.*
- *Estrategias de programación televisiva: Creación de modelos, dramatización y trivialización, realidad y ficción.*

OBJETIVOS:

- *Familiarizarse con los elementos que intervienen en la elaboración de la programación televisiva.*
- *Analizar los modelos y estereotipos que potencian algunos programas. Analizar el papel de las audiencias.*
- *Reflexionar sobre algunos de sus contenidos y su influencia social.*
- *Debatir acerca de los efectos de los programas televisivos en los niños y los adolescentes.*
- *Promover la toma de conciencia en los jóvenes de sus hábitos de consumo de televisión y otros medios.*
- *Desarrollar actitudes críticas y racionales frente a los valores que transmiten los distintos medios de comunicación.*

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

Las actividades que se proponen a continuación tienen unos objetivos comunes y otros específicos para cada una de ellas. No es necesario realizar todas en el grupo, el formador elegirá aquellas que considere más adecuadas al perfil de los jóvenes con los que trabaje.

Siguiendo la estrategia de que sean los adolescentes quienes se den cuenta de la influencia que los medios ejercen sobre su vida nos proponemos los siguientes objetivos de carácter general:

- *Hacerles ver que, si creen en la libertad, ello implica ordenar su tiempo y no dejarse esclavizar por "otros" como por ejemplo un aparato de televisión, Internet, etc.*
- *Provocar la reflexión sobre la importancia de saber utilizar el ocio, su valor y la necesidad de disponer de periodos de descanso y diversión, todo ello imprescindible para ser personas equilibradas. Además, hay que destacar que muchos ciudadanos no tienen esa posibilidad, al trabajar jornadas interminables, y que el simple hecho de disponer de tiempo libre para disfrutarlo con los amigos o la familia es en nuestra sociedad un privilegio a señalar.*

PROGRAMA DE PREVENCIÓN ESCOLAR: ESCUELA DE SALUD
IMPARTIDO POR: NYPACOLD. SUBVENCIONADO POR: EXMO, AYTO. DE LORCA

- *Los chicos pensarán sobre su posición frente a la información y los estímulos que reciben desde los medios, para detectar que el problema no está tanto en la dependencia que provocan y condiciona, sino en no saber eludir su servidumbre y utilizarlos razonablemente.*

Tras visionar las secuencias correspondientes y mediante las actividades que describimos a continuación, se apreciará la influencia que los distintos medios ejercen en la población juvenil.



ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 1

Objetivos

- Se trata de abordar cuestiones a través de las cuales se pone en evidencia que se dedican muchas horas a ver la televisión.
- Su influencia está directamente relacionada con el tiempo de exposición. Si monopoliza nuestro ocio (no vamos al cine, salimos poco con los amigos, no leemos, no escuchamos la radio,...) el núcleo fundamental de nuestro pensamiento y los temas de conversación se centrarán, predominantemente, en lo que hemos visto a través de la televisión y nuestra vida llegará a girar en torno a una pequeña pantalla.
- Es importante que los chicos reflexionen sobre la dependencia, para que ellos mismos lleguen a conclusiones razonadas.

Contenido

- Analizar la secuencia de "Un día en la vida de una familia frente al televisor". Sugerimos que el fragmento del vídeo en el que se presenta la parodia sea visionado con mucho detenimiento, parándolo y repitiéndolo. De esta manera será posible captar en detalle todos los elementos incluidos en la escena enriqueciendo el debate.

Preguntas

- ¿Somos conscientes de lo que la televisión influye en nuestra vida? ¿Dejamos de lado un deporte o actividad con amigos por ver un programa de televisión? ¿Comentamos sobre lo que estamos viendo? ¿La televisión nos quita tiempo para hacer otras cosas importantes? ¿Qué tipos de programas nos gustan más? ¿A qué tipo de audiencia atraen los diferentes personajes? ¿Nos reconocemos en algunos de los que vemos en las series?
- Esta actividad debe procurar que se transforme en un debate dividiendo el grupo en dos equipos y posteriormente poner en común las conclusiones de cada uno de ellos.

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 2

Objetivos

- Hacer ver a los jóvenes el hecho de que otros deciden sobre su forma de vida y hasta qué punto les condicionan. Se puede reflexionar sobre la idea de que, aunque la esclavitud acabó en el siglo pasado, al menos legalmente, hoy existen otras formas de sometimiento de las que ni siquiera somos conscientes.

Contenido

- Texto para el debate en grupo: "La televisión marca frecuentemente el ritmo de nuestra vida. Mucha gente la ve mientras come y se acuesta cuando termina su serie favorita, a veces mucho más tarde de los que sería conveniente para su descanso, imprescindible para rendir adecuadamente en el colegio o en el instituto al día siguiente. Hay estudios por los que se puede comprobar que los programas llegan incluso a determinar cuál es el momento en que la mayor parte de los espectadores va al cuarto de baño o a la cocina para preparar un café o fregar los platos. Por ejemplo, en la emisión de un partido de fútbol o la gala final de Operación Triunfo cada vez que entraba el bloque publicitario, se disparaba el consumo de agua. Ese mismo fenómeno se puede observar cuando terminan programas de gran audiencia".

Preguntas

- ¿Soy consciente de cómo me condiciona la TV? ¿Realmente me considero una persona libre, sin ataduras, que decide por sí misma? ¿De qué se habla entre los amigos en el colegio, de las series de televisión o de otras cosas? Se deberían exponer temas concretos de conversación para la familia o el aula.

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 3

Objetivos

- Reflexionar sobre las consecuencias negativas que produce el exceso de TV en las personas: aislamiento y desconexión con la realidad.
- Preparar ejemplos que muestren los cambios que el uso abusivo de este medio ha producido en la vida familiar.

Contenido

- Analizar los datos que se dan en el vídeo sobre el tiempo que se dedica a la televisión y debatirlos con los compañeros.
- Está comprobado que la importancia de convivir en un ambiente estable, así como lo fundamental de sentirse querido y escuchado favorece el equilibrio emocional de los jóvenes y la seguridad en sí mismos.

Preguntas

- ¿Cuánto tiempo dedico a ver la TV? ¿Me levanto satisfecho o contento después de verla o en algunos casos simplemente me ha servido para "matar" el tiempo? ¿Me duermo viendo la tele? ¿Te sientes solo cuando tu familia ve la televisión y no te hacen caso? ¿La TV te impide exponer tus problemas a padres y hermanos? ¿Te absorbe hasta el punto de no apreciar que alguien de tu familia parece enfermo o está triste? ¿Discutes o te enfadas por la elección del programa? ¿Consideras que la presencia de tu padre y tu madre es importante? ¿Qué ventajas aprecias cuando existe un ambiente familiar?



ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 4

Objetivos

- Se trata de hacer ver el valor que tienen la comunicación y el diálogo y la importancia de ambos en las relaciones personales, en la amistad y en general en las relaciones afectivas.
- Saber dialogar exige aprender a escuchar a los demás. Los verdaderos amigos no son aquellos con los que se va de marcha, sino son los que son capaces de atenderte y de “perder” el tiempo contigo, incluso aquellos con los que has aprendido a “aburrirte”.

Contenidos

- Texto para la reflexión: “En varios países se han desarrollado experimentos en los que se ofrecían importantes cantidades de dinero a familias que pasaran tres meses sin ver la televisión. Prácticamente ninguna fue capaz de aguantar esa dura prueba. En la mayoría de los casos se observó un incremento de las tensiones y de la conflictividad entre los miembros de la familia. La falta del televisor no aumentó la comunicación, sino que provocó un mayor aislamiento, discusiones, alteraciones del carácter, ansiedad e hiperactividad en los niños. Síntomas similares al síndrome de abstinencia que provocan algunas adicciones”.

Preguntas

- ¿Podrías estar sin ver la televisión 24 horas? ¿Forma parte de tu vida la televisión? ¿Hablas con tu familia cuando ves la televisión? ¿Conoces lo que piensan tus padres en determinados temas que te preocupan? ¿Te gustaría conocer su opinión? ¿Se la has preguntado? ¿Sabes tus padres lo que tu piensas de esos mismos temas? ¿Se los has dicho alguna vez?



ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 5

Objetivos

- Reflexionar sobre el uso de Internet, como trabajar con este medio, sus ventajas y riesgos y los problemas que se derivan de un uso excesivo.

Contenido

- Cada chico expondrá cómo utiliza Internet, y cuánto tiempo le dedica cada día. Igualmente se planteará si tiene algún tipo de restricción por parte de sus padres.

Preguntas

- ¿Es correcto dar una imagen sobre uno mismo que no es la verdadera? ¿Se puede conservar la intimidad sin mentir sobre uno mismo? ¿Qué características positivas tiene la comunicación con los demás, solo a través de la red? ¿Cuáles son las negativas?

CAPÍTULO 2

LA PUBLICIDAD

CONTENIDO:

- *Presencia de la publicidad.*
- *La publicidad como venta de ilusiones: felicidad, éxito y confianza.*
- *El valor de las modas.*
- *Los "ideales de belleza" y la búsqueda de una perfección inexistente.*
- *Estrategias subliminales en el arte y en la publicidad.*

OBJETIVOS:

- *Analizar la presencia y la función de la publicidad en nuestra sociedad.*
- *Conocer los mecanismos seductores y persuasivos que se despliegan al diseñar la publicidad.*
- *Analizar las expectativas asociadas al consumo que despierta la publicidad en niños y jóvenes y relacionarlos con las frustraciones que puede provocar.*
- *Diferenciar entre realidad y ficción en los mensajes de los anuncios.*

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 6

Objetivos

- Insistir a los niños y jóvenes en que estudien los anuncios y descubran lo que de ellos es simple publicidad y lo que pretende “dirigirles” en su forma de consumir, pensar o actuar. Que obtengan conocimientos suficientes para una diferenciación clara.

Contenido

- Pedirles que observen y elijan unos cuantos anuncios de prensa, radio o televisión, que puedan presentar a sus compañeros y discutir sobre la intención del realizador y la honestidad en relación a lo que oferta. Si en la clase algún alumno conoce el uso de programas de diseño y retoque de imágenes podrá mostrar a sus compañeros trucos y técnicas que se utilizan.

Preguntas

- ¿Te has sentido impulsado a comprar? ¿Y manipulado? ¿Distingues la publicidad auténtica del “negocio” que procura? ¿Qué balance has apreciado entre la realidad y la ficción?

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 7

Objetivos

- Dadas las frustraciones que provoca asociar el éxito al consumo de determinados productos, conseguir que los jóvenes profundicen en éste fenómeno.

Contenido

- Pedirles que estudien y expongan casos vividos por ellos que demuestren esta vinculación. Debatir sobre su importancia y consecuencias.

Preguntas

- ¿Has experimentado un mayor éxito por tener determinada ropa? ¿Lógicamente te harán caso si ofreces un paseo en Ferrari, pero es por ti o por lo que tienes? ¿Te querrá más tu familia o vas a subir socialmente por usar determinada colonia?

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 8

Objetivos

- Motivar a los jóvenes para que presten atención a la utilización de la belleza como reclamo publicitario e inductor del consumo. Así mismo, cómo su exaltación provoca que no se profundice en otras habilidades y atractivos, lo que nos hace no llegar a conocer realmente a las personas.

Contenido

- Basándose en la secuencia del vídeo en la que se construye una mujer guapísima mediante la utilización de tres modelos, realizar en clase un debate sobre: modelos de belleza vigente, y cómo afectan a los jóvenes y a todas las edades.

Preguntas

- ¿Juzgas a las personas por su aspecto exterior? ¿Crees que merece la pena sacrificar la salud, correr determinados riesgos por estar delgado? ¿Te han "metido un gol", haciéndoles creer que la chica del anuncio era una sola persona?

ACTIVIDAD 3

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 9

Objetivos

- Conocerse a sí mismo es sumamente importante para forjar la personalidad. Curiosamente la imagen que tenemos de nosotros no siempre se parece a la que tienen los demás.

Contenido

- Los jóvenes se separarán en parejas. Cada uno debe describir a su compañero, su estilo personal, el tipo de ropa que lleva, accesorios, peinado, maquillaje, tatuaje, etc..., El trabajo no se basará solamente en la observación, sino que podrá realizar preguntas para completar la descripción. Posteriormente se cruzarán las conclusiones y se discutirán las distintas opiniones.

Preguntas

- ¿Cómo te ves? ¿Cuál crees que es la imagen que proyectas a los demás? ¿Cuáles son los elementos que te parecen más representativos de tu persona? ¿Conoces tus habilidades y carencias? Comparar con la idea que el "otro" tiene de ti.

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 10

Objetivos

- Animar a los jóvenes a que estudien los anuncios y reflexionen sobre el lenguaje que emplean, la escenificación y los argumentos que exhiben. Nuevamente se trata de no caer en el engaño, la falta de personalidad o incluso el "borreguismo".
- La idea es que consigan entender que la publicidad veraz como información es adecuada y puede ayudar a mejorar nuestros conocimientos, pero la falsedad o distorsión de una imagen para vender es lo que nos engaña y molesta.

Contenido

- Los alumnos traerán a clase publicidad de prensa, grabaciones de radio y de televisión. Deben analizar los textos, eslóganes y comparar qué es lo que ofrece a través de los artificios seductores de los que dispone y cual es la utilidad verdadera del objeto promocionado. También el visionado de la secuencia de cómo se preparan los helados con puré de patatas, para que resisten el calor de los focos, permite introducir un debate acerca del conocimiento que los niños tienen sobre los trucos de la televisión.

Preguntas

- ¿El vídeo te ha ayudado a conocer mejor el mundo de la publicidad?
¿Es correcto disfrazar un producto para que parezca más atractivo?
¿Corresponde lo que ofertan con lo que se obtiene? ¿Te ha desilusionado al verlo en realidad? ¿Se justifican las artimañas para vender más?

CAPÍTULO
4

**EFFECTOS DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS
ADICTIVAS**

CONTENIDO:

- *Información general sobre las drogas.*
- *Factores asociados al consumo.*
- *Efectos del consumo de sustancias adictivas.*

OBJETIVOS:

- *Reforzar el conocimiento de los efectos del consumo de las sustancias adictivas legales e ilegales.*
- *Subrayar que el uso de drogas, tanto legales como ilegales, provoca dependencia y perjudica la salud, limitando la libertad de las personas.*
- *Fortalecer un espíritu crítico ante la utilización de estos productos.*
- *Concienciar en la importancia de alimentar alternativas positivas y animarles al desarrollo de hábitos y estilos de vida saludables.*

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 11

Objetivos

- Reflexión en torno a los efectos del alcohol.

Contenido

- Visionar la escena de "Compañeros" contenida en el vídeo, en la que un joven ebrio empieza a ver borroso mientras juega al billar hasta que pierde el sentido. Esta escena además permitirá introducir la relación entre el ocio y el consumo del alcohol.

Preguntas

- ¿Te has parado a pensar en el alcance de perder el control de la cantidad que bebes? ¿Consideras que el alcohol puede dañarte incluso para lograr éxito en cualquier diversión? ¿Cómo valoras la opinión de terceras personas frente a esta situación?

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 12

Objetivos

- Mostrar a los jóvenes los riesgos que provoca conducir bajo los efectos de las drogas.

Contenido

- Los jóvenes deberán traer imágenes de anuncios de campañas de prevención que vinculan el alcohol con los accidentes de circulación. Posteriormente los jóvenes pueden elaborar un guión audiovisual para una campaña con objetivos preventivos. Deberán consignar las imágenes, los textos y los sonidos que utilizarían.

Preguntas

- A partir del trabajo previo de los alumnos se abrirá un debate que permita plantear esta problemática y reflexionar sobre la posición de los alumnos respecto a las medidas actuales impuestas por las autoridades (por ejemplo, controles de alcoholemia).

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

ACTIVIDAD 13

Objetivos

- Hacer comprender a los jóvenes que el consumo de drogas es una solución contraproducente que les crea un conflicto nuevo sin solucionar ningún problema previo.

Contenido

- Se describe un escenario que se debe representar en el grupo para que después, en pequeños grupos, o toda la clase debata sobre esa situación.
- Se proponen tres escenarios:

Primero: Chico tímido y con complejos físicos, con pocos amigos, muy amparado en el ambiente familiar que no sabe como romper la dependencia que tiene de ésta. Le resulta difícil estar en un grupo numeroso y se siente perdido a la hora de salir a divertirse. Puede pensar que el alcohol o el consumo de drogas le ayudaría a desinhibirse y que por lo cual considera que puede ser valorado socialmente.

Segundo: Representar a un chico que fracasa en los estudios y no encuentra motivación para mejorar. Esto le hace sentirse frustrado y apático, desganado y sin fuerzas para enfrentarse a sus problemas, se siente poco valioso como consecuencia de los fracasos que acumula. Puede pensar en el consumo de sustancias adictivas como una evasión a su problema.

Tercero: Representar un chico que es un líder y con tendencia a mandar sobre los demás. Le gusta experimentar y correr riesgos, pero sobre todo es importante para él que los demás lo consideren como un líder y que sientan admiración por lo que hace. Esto puede empujarlo a que busque el consumo de algo prohibido para mantener esa imagen de fuerte que necesita tener frente a los demás.

Preguntas

- ¿Qué alternativas les ofrecerías frente a la de consumir drogas? ¿Crees que la droga puede ser una solución a sus problemas?