

# ¡ORDAGO!

AFRONTAR EL DESAFÍO DE LAS DROGAS

MANUAL PARA EL PROFESORADO

1



- Una propuesta de prevención de drogodependencias centrada en la **persona**
- Contempla al individuo como punto focal de las **influencias** de la familia, la escuela, los pares y la comunidad
- Se centra en los factores **psicosociales** que fomentan el inicio del abuso de drogas
- Dirigida al alumnado de **12 a 16 años**

- **C**onciencia de las **influencias** que fomentan el uso.
- **E**ntrenamiento en **habilidades** específicas para resistir tales presiones.
- **C**orrección de **percepciones erróneas** sobre las normas sociales referentes al uso.

- **Una herramienta didáctica** que permite poner en marcha e implementar en el **medio escolar, familiar y comunitario**, un proceso de **cambio** dirigido a modificar los diversos **factores asociados** al abuso de drogas por parte de los jóvenes

- Un programa para **informar, analizar las influencias, pensar, debatir, aprender a ser personas críticas y entrenar respuestas** que permitan a los y las adolescentes **decidir de forma consecuente**
- Un programa centrado en los ejes:

**SABER - QUERER - PODER**

- Desde la **PROMOCIÓN DE LA SALUD** para:
  - Promover la **autoestima** del alumnado, potenciar su **desarrollo psicosocial** y **capacitarlo** para que pueda tomar sus **propias decisiones**
  - Desarrollar **en el currículo**, a través de las áreas de conocimiento, la **promoción de la salud** con el fin de proporcionar oportunidades para aprender, comprender y **adquirir capacidades** y habilidades esenciales para un mejor desenvolvimiento en la vida cotidiana

La **EDUCACIÓN PARA LA SALUD** no debe ser una prescripción de comportamientos considerados sanos por las personas adultas, sino un proceso dirigido a hacer al **individuo más competente** socialmente, capaz de comprender los factores que influyen en su vida, en su salud, y de **elegir libremente** aquello que responde a sus necesidades.

- Desde la **GESTIÓN DE RIESGOS:**
  - Atendiendo a la necesidad de **conocer para saber, estar informado y poder decidir.**

- Desde el **DESARROLLO DE COMPETENCIAS PERSONALES** mediante el entrenamiento en **Habilidades para la Vida:**
  - Habilidades para **resistirse a las influencias** sociales negativas
  - **Resolución de problemas** y **toma de decisiones**
  - Aumento del **autocontrol** y la **autoestima**
  - **Manejo de emociones negativas**
  - Mejora de la **comunicación** y la **relación**
  - **Afirmación** personal

**iÓRDAGO!** responde a los **tres ejes** de desarrollo de las **Habilidades para la Vida:**

- **Habilidades sociales:** comportamiento social efectivo (asertividad, empatía, comunicación, ...)
- **Habilidades cognitivas:** afrontamiento de situaciones vitales (toma de decisiones, pensamiento crítico, ..)
- **Habilidades emocionales:** gestión positiva de las emociones (autoestima, manejo del estrés, ...)

## **OBJETIVO GENERAL:**

- Entrenar al alumnado de ESO en habilidades que les permitan tomar **decisiones autónomas y saludables** en situaciones de presión grupal hacia el consumo de drogas

## ESPECÍFICOS:

- **Mejorar la información** de los escolares sobre los riesgos asociados al uso indebido de drogas
- **Favorecer el desarrollo de actitudes personales** claras ante las drogas
- **Entrenar** al alumnado en procesos de **toma de decisiones razonadas** ante situaciones de oferta de las drogas, **inspiradas en sus propias actitudes** y no en las presiones sociales de las que sea objeto

Teniendo en cuenta que los objetivos se dirigen esencialmente a desarrollar habilidades, es necesario que el alumnado sea **sujeto activo** de su propio aprendizaje, y no receptor pasivo. Las actividades pedagógicas que proponemos se basan en métodos educativos que **favorecen la implicación** de los escolares.

Las **ACTIVIDADES** se basan, por tanto, en métodos participativos:

- lluvia de ideas,
- grupos de discusión y debate,
- *role playing*,
- análisis de noticias, etc.

Las **TÉCNICAS PEDAGÓGICAS** utilizadas responden a los siguientes **principios metodológicos**:

- **Promover la construcción** por parte del alumnado de su propio saber acerca del fenómeno de las drogodependencias. Analizar y contrastar las ideas, conceptos, valores, actitudes respecto a las mismas, tomando decisiones autónomas y elaborando aprendizajes significativos al respecto.
- **Promover el análisis de situaciones concretas** relacionadas con el consumo de drogas presentes en su entorno..

- Las actividades partirán siempre del **análisis crítico de la información** que el alumnado maneja, de sus ideas y prejuicios previos, para lo cual se proponen actividades que faciliten la expresión de sentimientos, percepciones y experiencias...
- Proporcionar **oportunidades al alumnado** para comprobar la utilidad de lo aprendido en diferentes situaciones. Este proceso implica reflexión, desarrollo de la capacidad para establecer relaciones, transferir aprendizajes, elaborar conclusiones y propuestas

- **iÓRDAGO!** estructura un desarrollo en **espiral** a lo largo de los **cuatro cursos** de la **Educación Secundaria Obligatoria** para indagar en aquellas **8 áreas de interés** que van a permitir construir un programa de prevención **centrado en la persona**:

 información

 creencias

 actitudes

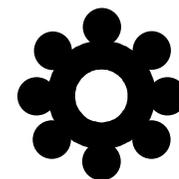
 influencias

# Sesiones

 autoestima

 toma de decisiones

 Resistencia a la presión grupal

 tiempo libre

**A lo largo de los cuatro años** de la ESO los aprendizajes propuestos se concretan en un total de **32 sesiones**, de **una hora lectiva** a dinamizar **por el profesorado**.

**Ocho sesiones** en cada uno de los cursos en torno a las **8 áreas de interés** propuestas.

**En cada curso**, los contenidos se despliegan de una **forma secuenciada** y de acuerdo al **desarrollo evolutivo** del alumnado, así como a la **evolución y presencia del fenómeno de las drogas** en sus vidas

**Cada sesión** responde a cada uno de los ejes básicos de la prevención: **querer-saber-poder**

<b>CURSOS</b>	<b>INFORMACIÓN</b>
<b>1º ESO</b>	Significados de las drogas
<b>2º ESO</b>	Efectos del consumo de alcohol
<b>3º ESO</b>	Reconocer las drogas ilícitas de mayor consumo
<b>4º ESO</b>	Qué supone la dependencia de las drogas

<b>CURSOS</b>	<b>CREENCIAS</b>
<b>1º ESO</b>	Creencias sobre las drogas
<b>2º ESO</b>	Mitos y realidades sobre el alcohol
<b>3º ESO</b>	Análisis de los riesgos del consumo de drogas
<b>4º ESO</b>	Imágenes sociales y percepción normativa sobre el consumo

<b>CURSOS</b>	<b>ACTITUDES</b>
<b>1º ESO</b>	Motivaciones hacia el consumo de drogas
<b>2º ESO</b>	Actitudes hacia el consumo de tabaco
<b>3º ESO</b>	El comercio de las drogas
<b>4º ESO</b>	Valores y consumo de drogas

<b>CURSOS</b>	<b>INFLUENCIAS</b>
<b>1º ESO</b>	Reconocimiento de influencias externas
<b>2º ESO</b>	Actitud crítica ante la publicidad de alcohol y tabaco
<b>3º ESO</b>	Actitud crítica ante los mensajes de la publicidad
<b>4º ESO</b>	Críticos con las modas

<b>CURSOS</b>	<b>AUTOESTIMA</b>
<b>1º ESO</b>	Imagen personal
<b>2º ESO</b>	Aprender a quererse
<b>3º ESO</b>	Los valores en las relaciones interpersonales
<b>4º ESO</b>	Aceptando las diferencias. Autoafirmación

<b>CURSOS</b>	<b>COMPETENCIAS I</b>
<b>1º ESO</b>	Claves en el proceso de toma de decisiones
<b>2º ESO</b>	Decidir siendo consecuente
<b>3º ESO</b>	Decisiones razonadas y autónomas
<b>4º ESO</b>	Mantener las decisiones

<b>CURSOS</b>	<b>COMPETENCIAS II</b>
<b>1º ESO</b>	Responder asertivamnete
<b>2º ESO</b>	Desarrollar la capacidad de resistir a las presiones
<b>3º ESO</b>	Afrontar asertivamente la presión
<b>4º ESO</b>	Influencia sobre el grupo

<b>CURSOS</b>	<b>TIEMPO LIBRE</b>
<b>1º ESO</b>	Planificar el tiempo libre
<b>2º ESO</b>	Propuestas en el tiempo libre
<b>3º ESO</b>	Responsabilizarse de su tiempo libre
<b>4º ESO</b>	Conscientes de cómo utilizar el tiempo libre

**Cada una de las sesiones** que integran el Programa y que dinamizará el profesorado, se desarrollará de acuerdo **al siguiente esquema:**

## autoestima

### → consideraciones previas

#### → objetivo

Alumnos y alumnas tomarán conciencia de la imagen que tienen de sí mismos.

Para tomar decisiones de manera consciente ante el consumo de drogas, es necesario conocer previamente las implicaciones derivadas de tal consumo. Para decidir de modo responsable es preciso que tal conocimiento resuene emocionalmente en las personas, predisponiéndolas a actuar de un modo acorde con lo que su información les dicta.

Decidir con autonomía exige disponer de competencias personales y sociales adecuadas para adoptar y mantener un estilo de vida propio. Un estilo de vida

estrechamente vinculado al grupo, pero sin servidumbres, respetando la propia singularidad.

La autoestima es la base desde la que una persona se relaciona con las otras. De ahí que el aprendizaje de la toma de decisiones deba partir de mejorar la confianza en uno mismo, en las propias capacidades y posibilidades. El reconocimiento, aceptación y respeto hacia aquello que me define, es un elemento básico desde el que construir relaciones sociales saludables.

### inicio 10' ↓

Pregunte al grupo si alguna vez han oído hablar de la autoestima y qué significado le atribuyen. Explíquenos brevemente qué es y cómo influye en nuestras actitudes y conductas. A continuación, comente que la sesión se centrará en identificar las cualidades positivas de cada persona: las que reconocemos y las que nos atribuyen otros.

### desarrollo 33' ●●●

Explique al grupo que van a encargarse un retrato a un pintor. Para ello, tienen que escribirle una carta con su descripción personal, incluyendo todos los elementos que crean importantes para que otra persona les conozca: su físico, forma de ser... o incluso un «collage» que les represente. A continuación, comentarán la actividad: ¿les ha costado pensar en sí mismos?, ¿qué es lo que más les costó?, ¿han destacado más elementos positivos o negativos?, ¿cómo se han sentido?...

Proponga al grupo hacerse un regalo: divida la clase en subgrupos de cinco personas, y reparta a cada una cuatro tarjetas. En cada tarjeta escribirán una cualidad positiva de cada uno de sus compañeros de grupo. Cuando todos hayan terminado, entregarán a cada persona del grupo la tarjeta que le corresponda, para que la lea en silencio. Tras este ejercicio, algunos descubrirán que sus compañeros ven en ellos cualidades que ignoraban poseer o que fueran apreciadas por los demás.

### cierre 7' X

Pida a quienes lo deseen que expresen cómo se han sentido al recibir sus regalos, si se ven así, si les han hecho comentarios que no esperaban o que nunca habían pensado... Recuérdelles la importancia de que cada persona reconozca sus cualidades. Todos tenemos rasgos positivos. Anímelos a leer la Ficha 10 de su Cuaderno.



## \*recursos

necesarios • Fichas 10 del Cuaderno para el alumnado 1  
complementarios • [www.ordago.net](http://www.ordago.net)

El poder de la autoestima. Nathaniel Branden. Paidós. Buenos Aires, 1993.  
Material fungible para los trabajos: cartulinas, pinturas, etc.

## → orientaciones didácticas

Esta actividad ayudará a alumnos y alumnas a entrar en contacto consigo mismos. Tiene un fuerte componente emocional que es importante dejar aflorar. Su eje central es el respeto a uno mismo y a los demás. El desarrollo de la autoestima exige una dedicación superior a la que permite una única sesión. Por ello, debemos ser conscientes de la necesidad de avanzar y profundizar

en este trabajo, y de la importancia de contemplar aquellas actitudes y comportamientos del profesorado, como referente educativo, que pueden incidir en la autoestima de alumnos y alumnas.

La utilización del pensamiento positivo ayudará a identificar cualidades específicas y a obtener el consiguiente feedback. Insista en la idea de que

todas las personas disponen de cualidades positivas por las que pueden ser valoradas por los demás. En el momento de hacerse el regalo, invite a la seriedad y la reflexión, y dedique unos momentos para pensar en las cualidades positivas de la otra persona. Será preciso estar muy atentos a los sentimientos y emociones de los alumnos y las alumnas.

## → saber más

Cada persona es el resultado de la configuración singular de un sinfín de características, que se ensamblian de un modo particular para constituir un ser humano único y especial. Estas características tendrán que ver con la combinación específica de rasgos físicos (color de ojos, forma del cabello, volumen corporal, etc.), capacidades cognitivas (concentración, memoria, inteligencia, etc.), equilibrio emocional (autocontrol, manejo del estrés, expresividad afectiva, etc.) y habilidades relacionales (asertividad, tolerancia, competencias para la comunicación, etc.).

Tomar conciencia de ellas, ayuda a identificar nuestras características más fuertes y mejorar aquellas otras en las que se dé una menor com-

petencia o desarrollo. Podemos actuar para reforzar aquellas características personales en las que somos más sobresalientes. Y podemos hacerlo también para corregir aquellas otras de las que no estamos particularmente dotados.

A veces, algunas personas no son suficientemente conscientes de las cualidades que poseen, por lo que en su relación con los demás no las ponen en acción. En otras ocasiones, algunas personas, demasiado conscientes de cualidades en las que no obtienen una puntuación especialmente positiva, se dejan eclipsar por esta autopercepción y desatienden un análisis más equilibrado de sí mismos. Todas las personas somos objeto de los más diversos condicionamientos. Algunos, de natura-

leza genética, establecen un límite a nuestras posibilidades. Otros, de naturaleza social, tienen que ver con las oportunidades que el entorno en el que habitamos pone a nuestra disposición, con la familia de la que formamos parte, con la escuela a la que acudimos, con los recursos existentes en nuestra comunidad, etc.

En definitiva, vivimos en el epicentro de un aluvión de condicionamientos, que no anulan, sin embargo, la capacidad humana para cambiar la realidad, empezando por la realidad inmediata de cada uno. Cada persona es libre para influir sobre algunos de los factores que condicionan su estilo de vida.

➤ **Cuatro manuales**, uno para cada uno de

➤ **El alumnado cuenta con un cuaderno de**

**trabajo** a ti qué te influye...?

sesión 4

integrado por recursos de apoyo, fichas de trabajo e información relevante respecto a los contenidos desarrollados

**influencias**

mis decisiones están influenciadas por...  
(elige 3, marcándotas con una x)

**ficha 10**

14

→ ventajas y desventajas de estas influencias...

influencias	ventajas	desventajas

**ficha 11**

15

# NUESTRA web



Cuando abordemos el reconocimiento de las influencias externas, es preciso trabajar con los alumnos la idea de que **cada uno de nosotros puede ser una fuente de influencia para otras personas, a quienes nuestras acciones pueden beneficiar o perjudicar**. Es, en este sentido, preciso abordar educativamente el concepto de tolerancia y respeto hacia quienes no actúan igual que nosotros o como a nosotros nos gustaría que lo hiciesen.

[www.ordago.net](http://www.ordago.net)

