

GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

MODELO DE GESTION SOCIAL DE RIESGO EN LA PREVENCION DEL
CONSUMO DE SPA

GUÍA 4

Grados: 10° y 11°
Edades: 15 años en adelante.
Temáticas: Toma de Decisiones

PRESENTACIÓN

En el año 2009 la Universidad Surcolombiana a través de los grupos de Investigación Psicología Positiva y Crecer formuló el **Modelo de Promoción de la Vida** para el Departamento del Huila. Consiste en la operacionalización y organización de las Habilidades para la Vida sugeridas por la Organización Mundial de la Salud, teniendo en cuenta el ciclo vital de los alumnos ajustando las estrategias para su adquisición de acuerdo con las capacidades cognitivas y operacionales de los niños en cada edad. Es un modelo en forma de espiral que supone que la adquisición de una habilidad debe ser insumo para el logro de una más compleja. Del mismo modo, no todas las habilidades pueden ser desarrolladas por un niño de cualquier edad y, por el contrario, teniendo en cuenta el nivel de desarrollo psicomotor, son más apropiadas una que otras en cada momento de la vida.

El Modelo de Promoción de la Vida promulga que, una vez adquiridas las habilidades en la secuencia apropiada, estas serán herramientas que le permitirán a una persona afrontar diferentes situaciones en la vida entre las que se incluye el inicio del consumo de Sustancia Psicoactivas (SPA). Así, su aplicación de manera sistemática favorecerá la construcción de proyectos de vida libres de drogas y con una clara visión de futuro, pues la persona que haya desarrollado el modelo en su integridad estará en la capacidad de salir adelante ante la adversidad o situaciones de riesgo, en razón a su enfoque constructivista y de aprendizaje significativo.

La presente guía está dirigida a docentes de los grados 10 y 11° de educación media para que sea desarrollada en el espacio de Dirección de Grupo, de manera que no interfiera en el desarrollo de las demás actividades académicas y, de paso, le otorgue un significado valorable a este espacio, el cual debe garantizar su sentido original de conocer al estudiante y propender por una



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

formación integral para la vida (Decreto 1850 de 2002 y Resolución 1334 de 1982).

La habilidad sobre la cual se trabajará es:

- **Toma de Decisiones:** Nos facilita manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestras vidas y la de los demás. Esto puede tener consecuencias para la salud y el bienestar, si los niños y jóvenes toman decisiones en forma activa acerca de sus estilos de vida, evaluando opciones y las consecuencias que éstas podrían tener.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

A través de esta guía, el alumno estará en la capacidad de:

- Hacer una lectura objetiva de situaciones cotidianas peligrosas
- Identificar las alternativas de acción en diferentes situaciones
- Hacer una toma de decisiones basada en la prospección de consecuencias y responsabilidades

ACTIVIDADES

ACTIVIDAD I

A. Nombre de la actividad:

Sobrevivir

B. Descripción:

El docente hace la lectura de la siguiente situación:

Tú viajabas en un avión que al cruzar la cordillera el fuselaje no resistió, comenzó a fallar, cayendo en una de las cumbres a seis mil metros de altura.

Los sobrevivientes son únicamente una niña de nueve años y Tú. Ella está herida en una pierna y no puede caminar. El problema es:

- *Hay que moverse, de lo contrario uno se congela en veinte minutos.*
- *La niña pesa veintinueve kilos (29.000 gramos).*



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

- Hay que buscar un lugar a una altura de no más de cuatro mil metros, porque a seis mil metros el oxígeno es insuficiente para sobrevivir por más de dos horas.
- Existe un refugio que está a unos tres días de camino.
- En estas circunstancias es casi imposible transportar más de treinta y tres kilos (33.000 gramos). Además hay que considerar que en terreno tan riesgoso y desconocido, el peligro es aún mayor.

Del avión destrozado quedan los siguientes objetos útiles:

- Radioseñal, 3.000 gramos
- Ropa para el frío, 3.000 gramos
- Cinco metros de cuerda nylon, 3.000 gramos
- Chocolate, 500 gramos
- Leche en polvo, 200 gramos
- Una botella de agua, 800 gramos
- Mapa de la zona y brújula, 100 gramos
- Lentes oscuros (especiales para la nieve) 200 gramos
- Botella con bebida alcohólica, 800 gramos

Problema

Los alumnos tienen hasta la siguiente sesión para decidir las cosas que transportarán, tomando en cuenta lo siguiente:

- Primero deben elegir uno de estos tres objetos: radioseñal, ropa para el frío, cuerda nylon.
- Luego, completan el peso con los objetos restantes.

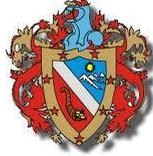
Recuerden que no deben pasarse de los 33.000 gramos incluida la niña y que los objetos deben llevarse completos (por ejemplo, no se pueden llevar 250 gramos de chocolate o 100 gramos de leche en polvo).

Cada alumno hace su análisis y lo escribe en una hoja que será socializada y argumentada en plenaria. Los argumentos para la decisión son el punto clave de la actividad.

C. Tiempo destinado a la actividad:

La actividad se realizará en dos sesiones para el análisis y dos sesiones para la socialización.

D. Materiales necesarios:



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

Impresos con la situación problema, hojas, lápices

E. Evaluación:

El ejercicio se evalúa como satisfactorio en la medida que los alumnos demuestren una toma de decisiones basada en el análisis del contexto y con clara visión prospectiva.

F. Compromisos:

Los análisis serán legajados en el portfolio de cada alumno.

ACTIVIDAD II

A. Nombre de la actividad:

Tu decides!

B. Descripción:

Los alumnos se organizarán por parejas. En caso de número impar, puede conformarse un grupo de tres alumnos.

Ponga a los alumnos en la siguiente situación:

Cada uno de ustedes tiene 500 mil pesos, un carro y está a 50 kilómetros de su casa.

Cada miembro de la pareja escribirá una lista de lo que podría hacer la otra persona en esa situación. Es decir, la persona A decide lo que haría la persona B y la persona B decide lo que haría la persona A.

En la siguiente sesión discutirán sobre la conveniencia o no de las decisiones que el otro ha tomado, si estas se ajustan a lo que en realidad haría y cuáles fueron las bases para esas decisiones. Para esto es preciso que el docente recuerde la importancia de entender la diferencia entre las personas.

C. Tiempo destinado a la actividad:

Dos sesiones, en el momento de dirección de grupo.



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

D. Materiales necesarios:

Hojas, lápices.

E. Evaluación:

El ejercicio se evalúa como satisfactorio en la medida que los alumnos demuestren una toma de decisiones basada en el análisis del contexto y con clara visión prospectiva.

F. Compromisos:

Los escritos realizados por cada alumno serán legajado en el portafolio respectivo.

ACTIVIDAD III

A. Nombre de la actividad:

La historia de Liz

B. Descripción:

Entregue a los alumnos el impreso del siguiente testimonio:

*“Mi niñez fue la etapa más feliz y hermosa de mi vida aunque vengo de una familia disfuncional, ya que mis padres se divorciaron. En mi casa vivíamos mis dos hermanos y yo, yo era la única niña, la bebé, y aunque nunca me dieron malos ejemplos mi vida comenzó a tomar otro rumbo **a mis 12 años de edad** cuando entre a bachillerato; sí... el tan esperado bachillerato, a donde todo niño desea llegar para sentirse grande y poder tomar sus propias decisiones. La presión de grupo y la disfunción familiar me desviaron del buen camino, ese camino de inocencia que había vivido hasta ese momento de mi vida.*

Comencé Fumando Cigarrillos, Tomando Alcohol, Faltando a la Escuela, Capando Clase, etc. Al parecer, la presión de grupo se fue apoderando de todo en mi vida; ya no tenía amistades que me llevaran por buen camino, sino



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

que comencé a pasarme con amistades negativas, las menos indicadas para una adolescente de solo 12 años de edad.

*Transcurrió el tiempo siguió la presión de grupo, seguí con los cigarrillos, el alcohol entonces fue cuando vino el momento de experimentar algo diferente, y **a la edad de 14 años** fue cuando probé la marihuana por primera vez. Así seguí en este círculo, que cada vez se hacía más y más grande en mi vida; buscaba momentos de tranquilidad ya no era la misma niña inocente que comenzó en el bachillerato, las amistades y la misma presión de grupo me llevo a caer en instituciones juveniles (correccionales).*

*Mi familia hacía el esfuerzo de sacarme de mi condición, pero cada vez se hacía más fuerte. Entonces fue cuando cumplí **mis 16 años** una época difícil en cada adolescente pero ya mis pensamientos no eran los mismos. Me seguí hundiendo cada vez más en mi necesidad, en mi agonía; estaba en una institución juvenil; que más podía hacer?; mis pensamientos estaban cautivos, entonces fue cuando probé algo diferente, **Marihuana con heroína** mejor conocida como "**Blunky**". Mi vida continuó en ese mismo rumbo, un camino lleno de necesidad, de tristeza, de penumbra pero yo no me daba cuenta que cada vez me hundía más y más en mi necesidad.*

***A mis 18 años** de edad tuve mi primer hijo pero aun así seguía usando drogas. Para ese entonces fue cuando comencé a usar heroína intravenosa. Esta etapa de mi vida es imposible olvidarla pues cuando mi bebe cumplió su primer añito, el día de su celebración, desde ese día me fui de mi casa, me olvide de mi familia, de mi hijo incluso hasta de mi misma. A partir de ese día me fui sumergiendo cada día más en las drogas.*

*Esta época de mi vida **fue la más oscura** que pude haber vivido. Era como si tuviera un vendaje en mis ojos y en mi mente, ni siquiera el amor de mi familia y el intento de sacarme de mi condición o el amor que puede sentir una madre por su hijo que todavía era vulnerable pudieron hacerme reflexionar y cambiar mi estilo de vida. Todo el tiempo pensaba en la droga, lo que comenzó con un vacilón o quizás un escape supuestamente fue el mayor error de mi vida que todavía al día de hoy estoy pagando las consecuencias.*

Mi cuerpo se fue deteriorando a causa de una bacteria que adquirí a través de la droga y la edad de 23 años perdí mi brazo derecho pero ni siquiera eso me hizo dejar la droga. En ese punto de mi vida no me importaba nada; lo único que quería era morirme y pensaba que ese era el final de mi vida y que todo estaba perdido para mí.



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

Estaba aislada del mundo no permitía que nadie me viera estaba encerrada en un mundo que solo entraba el que yo le permitiera.”

Una vez leído el testimonio en voz alta ante el grupo, solicite que cada uno elabore un listado de las decisiones que Liz tomó para llegar a la situación en la que está.

En la siguiente sesión, pida a los alumnos que se pongan en la situación de Liz y planteen por escrito cuales decisiones habrían tomado en su lugar. Estas respuestas deberán estar argumentadas.

C. Tiempo destinado a la actividad:

Dos sesiones en el momento de dirección de grupo.

D. Materiales necesarios:

Impreso con La Historia de Liz, Hojas blancas, lápices.

E. Evaluación:

La actividad se considera satisfactoria ante la evidencia de un análisis apropiado de la situación a la luz de la toma de decisiones y la formulación de decisiones con enfoque prospectivo (pensando en el futuro).

F. Compromisos:

Los análisis realizados por los alumnos serán legajados en su respectivo portafolio.

ACTIVIDAD IV

A. Nombre de la actividad:

Maratón de toma de decisiones

B. Descripción:

Durante dos semanas cada alumno hará un registro de situaciones diarias en las cuales haya tenido que tomar una decisión. Es preciso tener en cuenta que diariamente se toman muchas decisiones, unas más trascendentales que otras, pero todas obedecen a un mismo proceso cognitivo que incluye: Identificación



GOBERNACION DEL HUILA
Secretaria Salud Departamental
PROGRAMA SALUD MENTAL Y DROGAS

del Problema, Generación de alternativas de solución, Elección de una de las alternativas a partir de una evaluación y Juicio de la decisión tomada. Estas situaciones son tan diversas que puede ir desde la elección de la ropa para ponerse ese día como una invitación a escaparse del colegio para ir a beber alcohol o consumir drogas.

Cada alumno realizará su registro en la siguiente tabla:

Situación Problema	Alternativas de solución disponibles	Alternativa seleccionada	Razones para la elección	Evaluación de la elección tomada

C. Tiempo destinado a la actividad:

El ejercicio será desarrollado durante dos semanas, al cabo de las cuales socializarán ante sus compañeros la experiencia, los aprendizajes adquiridos y las posibles aplicaciones futuras de esos aprendizajes. EL momento de dirección de grupo será propicio para que el docente haga seguimiento y la asesoría correspondiente para el buen desarrollo del ejercicio.

D. Materiales necesarios:

Hojas de registro, lápices.

E. Evaluación:

El ejercicio se evalúa como satisfactorio con la formulación de estrategias de toma de decisiones basadas en una evaluación objetiva de alternativas y con enfoque prospectivo.

F. Compromisos:

Los registros serán legajados en el portafolio de cada uno de los alumnos.

EVALUACION GLOBAL

El maestro asumirá una evaluación global del desarrollo de la Guía con el fin de retroalimentarse y retroalimentar el proceso tomando como base el nivel de cumplimiento de las competencias a construir y la evidencia de adquisición de la habilidad sugerida, a saber: La Toma de decisiones.