PROPÓSITO:

Guía No. 11: Cómo Prevenir las Adicciones.

Durante el desarrollo de este módulo, el estudiante contribuirá a la convivencia pacífica, utilizará formas y mecanismos de participación democrática y combatirá cualquier forma de discriminación en su entorno familiar, escolar y social.

MOTIVACIÓN:



"Juan y Pedro, invitaron a Rafael al parque. Rafael ha estado desesperado porque su hermano le pega todo el tiempo y no sabe como hacer para que ello no pase más. Estando en el parque, Juan saca un papelito que contiene adentro un polvo blanco y le dice a Rafael que lo prueba, que eso le hará olvidar sus problemas. ¿Qué harías tú? ¿Realmente olvidará sus problemas? ¿Qué crees que le puede pasar si accede a consumir? Supongamos que Rafael accede a probar el polvo. ¿Olvidará el problema con su hermano, solo por pocas horas, luego estará completamente angustiado y deprimido? En próximos días, irá en busca de más polvo blanco. Con el tiempo, la sustancia producirá efectos muy dañinos en su cuerpo y será dependiente de ella. No volverá a ser el mismo. Pero ahora supongamos que Rafael decide decir no a sus amigos y retirarse del lugar. Sus problemas seguirán rondando en su cabeza, pero tendrá muchas opciones para solucionarlos, como hablarlo con sus padres o con alguien mas de confianza. Su cuerpo y su mente estarán libres de sustancias que le hagan daño. Pensará mejor, tomará buenas decisiones, tendrá una buena salud y logrará lo que se propone. Los niños, niñas y adolescentes también pueden elegir y tomas sus decisiones. Decir ¡NO! Y pedir ayuda, es sabio, necesario y muy efectivo. Nuestro tiempo es ahora".

EXPLICACIÓN:

Estos son algunos puntos fundamentales para la prevención del consumo en adolescentes:

Una buena educación familiar. Los programas preventivos para personas en situación de vulnerabilidad o con problemas en el ámbito familiar son otra vía importante para reducir el consumo de diferentes drogas, ya que, a mayor número de problemas, mayor probabilidad de consumo de

drogas. La interrelación entre el grupo de iguales, la familia y la escuela también es fundamental para detectar problemas. Fomentar el ocio y las actividades recreativas saludables en nuestros adolescentes. Informar sobre la concepción que tienen las personas sobre las distintas drogas influye en su consumo. En ocasiones puede haber sesgos sobre los efectos de las sustancias, en un sentido o en otro. Por ello, es de gran importancia brindar información correcta y tener siempre presente que el objetivo de una persona es tener las habilidades suficientes para enfrentar adecuadamente su entorno y tener una buena adaptación a él. Contactar con profesionales, ante la sospecha o confirmación de consumo, para valorar la situación y realizar una intervención temprana.

EJERCICIOS:

1. Comprar la guía, pegarla, copiarla y desarrollarla en el cuaderno.

2. ¿Una adicción es una Enfermedad? Explique brevemente.

3. ¿Cómo se puede meter en el mismo saco que el resto de las enfermedades aquello que una persona se ha buscado, y que además sigue haciendo porque quiere?”

4. Si la persona fuese capaz de dominar el acto de consumir, entonces no estaríamos hablando de una adicción. Exprese su opinión.

5. La adicción consiste precisamente en una pérdida del control o de la libertad para poder escoger si se consume o no. Exprese su opinión.

6. Realizar un dibujo a todo color, relacionado con el tema tratado en esta guía.

EVALUACIÓN:

1. Trabajo en clase (1 punto); 2. Cuaderno al día (4 puntos); 3. Sustentación (2 puntos); 4. Orden en el puesto de trabajo (1 punto); 5. Actitud ante la clase (1 punto); 6. Adquisición de la guía (1 punto).

Total: 10 puntos.

BIBLIOGRAFÍA:



https://www.psicologos-on.com/como-prevenir-las-adicciones/