

Decisiones cruciales

#06

Descripción *

Actividad de diálogo que contiene episodios de la vida de distintas personas. En ellos es posible identificar las decisiones que tomaron a lo largo de sus vidas, así como los factores de riesgo que las llevaron a una situación de consumo de alcohol y/o drogas, o definitivamente, a la dependencia o abuso de ellas.

Materiales

- Historias de vida, fotocopiadas para cada alumno.



Duración: 1 ó 2 horas pedagógicas, según se realice o no, plenario.

Instancias Pedagógicas

Lengua Castellana y Comunicación, Filosofía y Psicología, Consejo de Curso, Orientación.

Las experiencias de otras personas pueden ser fuente de aprendizaje. Analizar testimonios de jóvenes que en algún momento de su vida tomaron decisiones que tuvieron repercusiones lamentables, puede ayudar a tomar conciencia de la importancia de nuestras decisiones en la vida presente y futura. Es importante evaluar y considerar los riesgos para tomar decisiones responsables.

Objetivos:

Generales

- Adquirir información para la toma de decisiones en relación con el consumo de alcohol y/o drogas.
- Desarrollar habilidades protectoras frente al consumo de alcohol y/o drogas.

Específicos

- Comprender las condiciones que favorecen el consumo de alcohol y/o drogas.
- Reflexionar acerca de testimonios de personas dependientes de alcohol y/o drogas.
- Desarrollar la capacidad de tomar decisiones en forma personal.
- Fortalecer una actitud de autocuidado y manejo de riesgos frente al consumo de alcohol y otras drogas.
- Reflexionar en torno al proyecto de vida.

Fundamentales Transversales

- Ámbito del crecimiento y autoafirmación personal.
- Ámbito del desarrollo del pensamiento.



páginas 30 y 31

Material facilitado por:

CONACE
Ministerio del Interior
y Seguridad Pública

Fuente:

CONACE (2010). Yo Decido: Programa de prevención del consumo de drogas para Enseñanza Media, III° Medio. Manual docente. "Decisiones cruciales", pp.31- 34.

#06

! **Motivación**

Comenzar diciendo: "Una decisión puede cambiar el curso de una vida. Escuchemos con atención el testimonio de jóvenes que vivieron penosas situaciones".

⋮ **Desarrollo**

1. Divida al curso en grupos de 5-6 personas. Lectura de las historias en grupo. Uno lee en voz alta, mientras los demás siguen la lectura en forma silenciosa.
2. Discusión en grupo, guiándose por las preguntas.
3. Plenario: se comparte las conclusiones de cada grupo, se detiene en los desacuerdos buscando los conflictos implícitos y, posteriormente, las soluciones.

↻ **Cierre**

Al finalizar la actividad, pregunte a los y las estudiantes que brevemente en una hoja escriban en un párrafo lo aprendido hoy.

Sugerencias

Pedir a los y las estudiantes que construyan historias de episodios de vida y se las intercambien para analizarlas, basándose en preguntas hechas por ellos mismos. Pueden organizarlas como reportajes de casos que conocen.

En síntesis



› Las decisiones que tomamos hoy tienen repercusiones en nuestras vidas, presentes y futuras.

Evaluar los riesgos, y controlar los impulsos parece ser importante a la hora de decidir qué hacer frente a determinadas situaciones.

Observar nuestros errores y los de los otros es una buena fuente de aprendizaje.

Para fotocopiar



YO DECIDO

"Me quedé dormida..."

Se trató de parar, pero no pudo. Decidió quedarse acurrucada en ese sofá desconocido, que la llamaba a dormir después de esa noche de inauguración del año en casa de los nuevos amigos. Por fin, este año se integraba en el grupo fuerte del curso. Ya casi no oía la música y el sueño la embargaba, igual que el alcohol que todavía le recorría amablemente las venas de todo el cuerpo. Trató de evitar un lejano recuerdo de su casa, donde la esperaban antes de las cuatro... "No importa -pensó-, cuando llegue a las siete, todos dormirán profundamente, como siempre...". Había mucho cabro chico para pescar a una lola ya de dieciséis... y se quedó profundamente dormida.

Eran como las cinco de la mañana cuando todo pasó. Ella todavía medio curada, con la resaca de una de las mejores voladas de su vida. Ese cabro grandote de Cuarto Medio no tenía nada que hacer ese día en aquella casa, pero se coló y nadie lo supo, de puro bueno que estaba el carrete... y pasó lo que pasó.

Forcejeando logró vencer al grandulón cuando ya era demasiado tarde. Él se fue riendo, y ella se quedó llorando, de rabia, de susto, de querer que nada de esto hubiera pasado.

Ojalá fuera un sueño, una pesadilla... pero ahí estaba el dolor ...y la lucidez que ahora no quería dejarla.

Recién un mes después pudo volver a respirar, cuando advirtió la mancha que había esperado todos los días. Ojalá pudiera olvidar su imagen y la sensación en su cuerpo del olor y el peso del grandulón.

Para reflexionar



1. ¿Cuáles decisiones, que tomó o dejó de tomar en el pasado, podrían haberle evitado llegar al problema actual?

2.

¿Qué decisión le ayudaría a que le fuera bien en su vida?

3.

¿Qué factores hacen que, en este caso, haya riesgo de abuso de alcohol y drogas?

Decisiones cruciales

páginas 32 y 33



Para fotocopiar

YO DECIDO

"Y ahora se fue la polola"

Definitivamente, ahora sí que la embarré. Esta vez estaba enamorado de verdad. Ella realmente habría sido una buena mujer para casarse... y la perdí. Y lo peor es que le encuentro razón de haberme dejado. Me quiere, yo lo sé, pero dijo que prefiere sufrir sin mí, que engancharse con un tipo que no es capaz de cortarla con el trago... Pero no es tan fácil dejar de tomar... Yo sé que se me pasa un poco la mano los fines de semana, pero es algo que he hecho siempre, desde cabro chico. Y no es el momento más bueno para dejarlo... Realmente estos años han sido duros, y el trago me ayuda a olvidar los problemas.

¿Pero cómo se lo iba a decir a ella, que ni conoce a mi familia?

Está la cagá en mi vida... Todo empeoró

cuando mi mamá se trajo a don Lucho a vivir con nosotros. Es cierto que nos ayuda a mantenernos, pero el daño que está haciendo a nuestra familia es más grande que el hambre. Él sí que es curado. Yo al lado de él soy un yogur. Lo peor es lo que le hace a mi hermana... Si mi papá viviera, le sacaría la cresta. Si mi viejo hubiera sabido todo lo que nos iba a pasar, quizá se habría cuidado un poco más...

Estaba hartito cocido cuando lo atropelló la micro. Para mí, el trago es un remedio, ¿sabe?...

Es lo que me permite seguir estudiando en la semana, concentrarme un poco, olvidarme de mi casa, de mi pobre mamá, de mi hermana, de la rabia que guardo dentro...

Para reflexionar

1

¿Cuáles decisiones, que tomó o dejó de tomar en el pasado, podrían haberle evitado llegar al problema actual?

2

¿Qué decisión le ayudaría a cambiar el rumbo de su vida? ¿Por dónde ve la salida?

3

¿Qué factores de riesgo se pueden identificar en esta historia?

4

¿Cómo podría evitar empeorar su situación de consumo?

Decisiones cruciales

Material facilitado por:

CONACE
Ministerio del Interior
y Seguridad Pública

Fuente:

CONACE (2010). Yo Decido: Programa de prevención del consumo de drogas para Enseñanza Media, III° Medio. Manual docente. "Decisiones cruciales", pp.31- 34.