

## F.55 TÉCNICA RECREATIVA

<b>Nombre de la técnica:</b> Aprendo los pasos para tomar decisiones
<b>Habilidad para la Vida:</b> Toma de Decisiones
<b>Valor:</b> Responsabilidad
<b>Objetivo:</b> identificar qué es y cuales son algunos factores de riesgo frente al consumo de sustancias psicoactivas
<p>Con el objetivo de identificar algunos factores de riesgo frente al consumo de sustancias psicoactivas se les plantea a los participantes una situación hipotética ante la cual tendrán que reflexionar.</p> <p>Se les pide a los participantes se dividan por subgrupos y se les entrega papel y lapiz</p> <p>Se lee la siguiente historia</p> <p>Mi nombre es Carlitos tengo 12 años y estoy en 7º grado, vivo con mi mamá, mi papá y mis hermanos. Estudio en las mañanas y en las tardes trabajo ayudándole a mi padre cargando paquetes en el supermercado, mi mamá es ama de casa y está siempre pendiente de nosotros pero en su rostro se ve mucha tristeza porque en ocasiones mi padre la maltrata sin justa causa, eso me duele y no me gusta verla triste y con moretones.</p> <p>Tengo 2 hermanos el mayor se llama Juan tiene 19 años y no vive con nosotros está asumiendo consecuencias de sus actos, no terminó el colegio y empezó a consumir drogas desde que tenía 13 años y ahora está en la cárcel, mi hermana Laura tiene 14 años ella si es muy pilosa le va muy bien en colegio y saca las mejores calificaciones ahh y es mi mejor amiga está presente cuando lo necesito... yo la quiero mucho!, ella me cuenta que tiene un novio pero que le da miedo contarle a mis padres por temor a que la castiguen.</p> <p>Cuando tengo ratos libres me gusta estar con mis amigos y sobre todo con Cristian porque me divierto mucho jugando fútbol, pero los últimos días ya no jugamos sino que lo acompaño hacer mandados en el barrio, entregando mercancía empacada en bolsas negras y en lugares muy solos del barrio. A veces siento miedo pero él es mi amigo y no lo puedo dejar solo además el comparte el dinero que le dan conmigo.</p> <p>Al final se les pide a los participantes reflexionen sobre los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Que aspectos negativos (factores de riesgo) identifican en la historia</li> <li>• Que aspectos positivos (factores de protección) identifican en la historia</li> <li>• ¿Qué le recomiendas a Carlitos de su amistad con Cristian?</li> </ul> <p>Una vez lo los grupos hayan respondido las preguntas se realiza la socialización</p>
<b>Normas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respetar la opinión del otro</li> <li>• Participación activa y voluntaria</li> </ul>

## COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA.

Cognitivas	Manejo de las emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo emociones y sentimientos	Comunicación asertiva
<b>Toma de decisiones x</b>		Relaciones interpersonales
Solución de problemas y conflictos		
Pensamiento creativo	Manejo de tensiones y estrés	Empatía
Pensamiento crítico		

### Preguntas Orientadoras:

- ✓ Que aspectos negativos (factores de riesgo) identifican en la historia
- ✓ Que aspectos positivos (factores de protección) identifican en la historia
- ✓ ¿Qué le recomiendas a Carlitos de su amistad con Cristian?

**Recurso físico:** cerrado

**No. de participantes:** mínimo 15 máximo 50 personas

### Materiales:

- ✓ Lapiz
- ✓ Borradores
- ✓ Sacapuntas

**Variable:** N.A

### OBSERVACIÓN

Nivel 1: ____ Es la participación directa y continua del coordinador en la técnica.	Nivel 2: <b>X</b> Es la participación indirecta pero permanente del coordinador en la técnica le permite observar la dinámica de los participantes.	Nivel 3: ____ Es la participación externa del coordinador, donde solo se observa el desarrollo de la técnica, permitiéndole esto analizar la dinámica grupal
--	--	---

### FIGURA O GRÁFICO

### Bibliografía – Autor – Anexos

"Todos podemos decidir porque somos libres, pero es muy importante ejercer esta libertad con responsabilidad, ya que si no lo hacemos podrá haber consecuencias negativas . Cuando tomamos una decisión, tenemos que analizar las ventajas y desventajas de lo que decidimos y aprender a valorar si lo que hacemos es conveniente o no." -Arisbeth Castillo