

## F.55 TÉCNICA RECREATIVA

Nombre de la Técnica: Yo, Cristina F

Habilidad para la vida: Pensamiento Crítico

Valor: Responsabilidad

Objetivo: Posibilitar a los participantes un espacio de discusión y reflexión frente al consumo de sustancias y sus efectos

Descripción:

Presentación del objetivo del taller y la película yo, Cristina F

‘Yo, Cristina F’ es una película basada en un libro publicado en 1978, escrito por los periodistas Kai Hermann y Horst Hieck para la revista ‘Stern’, en el que se documenta la dramática relación de los niños con las drogas en la Alemania Occidental. La historia que se cuenta, por tanto, está inspirada en hechos reales y aborda cómo una niña de 12 años, llamada Christiane Felscherinow, vive junto a su madre y una hermana pequeña en un pequeño apartamento de un aburrido vecindario a las afueras de Berlín Occidental. Deseosa de experimentar emociones mayores, Christiane, una apasionada de David Bowie, se viste y maquilla para aparentar más edad de la que tiene y acude acompañada de una amiga a una moderna discoteca de la ciudad. Allí conoce a Detlef, un chico algo mayor que ella que la introduce en el mundo de las drogas.

Proyección de la película



Reflexión sobre la película:

En este espacio se posibilita a los participantes para que hablen libremente sobre lo que les genera la película.

Elaboración de ficha de trabajo: Ver anexo

Reflexión sobre la ficha de trabajo

Conclusiones

Normas: Escucha activa Capacidad crítica y reflexiva Respeto por la opinión del otro		
<b>COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA</b> (marca con una X la competencia y las habilidades a fortalecer con la técnica central)		
Cognitivas	Manejo de las Emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo Emociones y sentimientos	Comunicación efectiva
Toma de decisiones		Relaciones interpersonales
Solución de conflictos		
Pensamiento creativo	Manejo de tensiones y estrés	Empatía
Pensamiento crítico X		
Preguntas Reflexivas: Qué opinas sobre la película Que fue lo más impactante Como llego la protagonista a ser adicta Que efectos causo el consumo de sustancias en los protagonistas La protagonista pudo haber prevenido el consumo y como Que enseñanza te deja la película Que le preguntarías a cristina F Que concejo le darías		
Recurso Físico: cerrado		
No. de participantes: 25-35		
Materiales: Viedeo beam Película Pc Sonido Fichas de trabajo Lápices y borradores		
Variable: Son otras formas de aplicación de la técnica		
<b>OBSERVACIÓN</b> Hace referencia al nivel de participación del coordinador en el desarrollo, seguimiento y evaluación de la técnica.		

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

## FIGURA O GRÁFICO



Bibliografía – Autor – Anexos  
Citar referencias de la actividad.

## YO, CRISTINA F

### UNA HISTORIA REAL

#### **Cuarenta años después cristina habla de su vida después de la película**

“A los cincuenta y un años me encuentro en el estadio previo a la cirrosis. Desde 1989 mi hígado está inflamado de forma permanente. Tengo hepatitis C, Ni idea de dónde o cuándo me infecte. Sudo sin parar, incluso a diez grados bajo cero. Y en verano no puedo llevar manga corta por culpa de unos espantosos granitos rojos que me salen en los antebrazos. Lo llaman angioma estelar. Por no hablar de la boca pastosa y el estreñimiento. A veces me paso varios días sin ir al baño. O bien vomito toda la noche porque algo en el metabolismo se me inflama —el estómago, la vesícula, los intestinos— y ya no tolero los antibióticos. Además, desde hace un par de años se me abulta la tripa por la hinchazón del hígado y la retención de líquidos. Esto no es vida”.

“Algunos días estoy tan mal por culpa de la fibrosis que me cuesta trabajo mantenerme despierta, porque he pasado la noche vomitando y sin pegar ojo. En esos casos no me queda otra que no salir de casa. Tiemblo de la cabeza a los pies, completamente deshidratada, casi no me sostengo derecha y llego al baño de milagro. ¿Cómo voy a ir al médico en ese estado? Imposible. En días así me gustaría no haber probado jamás la droga porque ahora tengo que pagarlo caro con este sufrimiento”

“Los libros son mi automedicación. En mi fantasía soy libre, no hay límites ni deberes, puedo hacer y deshacer a mi antojo, sin defraudar a nadie. Me siento fenomenal. Creo que el cuerpo se siente bien cuando la mente está sana, y viceversa. La lectura me ayuda mucho. Pero esa sensación tan agradable desaparece tan pronto como acaba la historia. Entonces, vuelven al primer plano todas las penurias de mi vida cotidiana.”

“Para mí, la calidad de vida es la suma de cómo me siento, de la influencia de mi entorno sobre mí y de la situación de mi familia. Todo lo que hace que una persona sea como es, en definitiva. Pero ya no cuento con nada de eso. Todo se ha acabado. Ya no me quedan amigos, y la sombra de Christiane F. me sigue a todas partes; la vida me resultaría insoportable desde que de servicios sociales me quitaron a mi niño por ser drogadicta”.

**1. Que enseñanza te deja la vida de cristina:**

---

---

---

---

---

---

**2. Que le preguntarías a cristina:**

---

---

---

---

---

---

---

---

**3. Que consejo Podrías darle a cristina**

---

---

---

---

---

---

---

---