

¡LA BARRA!!



compromiso 
frontera
comunicación

LA BARRA

Edita:

compromiso 
frontera
comunicación

Zelmar Michelini 1268 | CP 11300
Telefax: (5982) 908 7212
email: frontera@compromiso.org.uy
Montevideo | Uruguay

Primera edición | Diciembre 2008

Diseño Gráfico: Mane Clara
Ilustraciones: Degeo (Diego Guijarro)
Corrección: Ana Cencio

Copyright © 2008 | **Habilidades para la vida**
El Abrojo. Instituto de Educación Popular.

Soriano 1153 | CP 11100
Telefax: (5982) 903 0144 | 900 9123
Montevideo | Uruguay

ISBN: 978-9974-8128-7-1

**Idea original y elaboración de materiales
didácticos y pedagógicos:**

- **PDS** - Promoción y Desarrollo Social, Barcelona.

Adecuación para Uruguay:

- Equipo del Programa Habilidades para la Vida:

- Lic. Marisa Salúm
- Lic. Diego Guijarro
- Lic. Julio Calzada

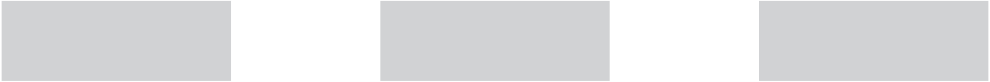
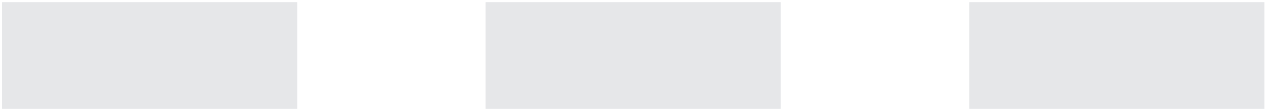
ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	5
LAS HABILIDADES PARA LA VIDA	9
Las 10 Habilidades para la Vida	11
FICHA TÉCNICA	13
SESIONES DE TRABAJO	25
SESIÓN 1	27
Presentación del Proyecto a Niños, Niñas y Padres	27
SESIÓN 2	29
Las Relaciones con los/las demás	29
1ª Parte	29
2ª Parte	30
SESIÓN 3	31
Los Problemas y sus Soluciones	31
1ª Parte	31
2ª Parte	32
SESIÓN 4	33
El Tabaco y sus Efectos para la Salud	33
1ª Parte	33
2ª Parte	34
SESIÓN 5	36
Presión del Grupo	36
1ª Parte	36
2ª Parte	36
SESIÓN 6	38
Publicidad	38
SESIÓN 7	39
Condiciones para Consumir Tabaco y Alcohol	39
SESIÓN 8	42
Haciendo Frente a la Presión del Grupo	42
SESIÓN 9	45
Fiesta de cierre	45
ANEXOS	47
ANEXO 1 - Información Básica sobre el tabaco	49
ANEXO 2 - Fuentes de Información Adicional sobre el Tabaco	49
ANEXO 3 - Cuestionario de Evaluación	50
ANEXO 4 - Cuestionario de Evaluación para los Monitores	54
ANEXO 5 - Modelo de Boleta de Inscripción	55
ANEXO 6 - Modelo de Carta Informativa para Padres y Madres	56
ANEXO 7 - Modelo de Carta Informativa para los Niños y Niñas	57
ANEXO 8 - Registro de Control de Asistencia a las Sesiones	58
ANEXO 9 - Servicio de Soporte en la Aplicación de LA BARRA	58
ANEXO 10 - Cuento: La versión del Lobo	59
ANEXO 11 - Situaciones Problema	60
ANEXO 12 - Orientaciones para el Debate sobre la Publicidad	60





INTRODUCCIÓN





INTRODUCCIÓN

LA BARRA es un programa de prevención de drogodependencias, de carácter extraescolar y comunitario, dirigido a los niños y niñas de 11 a 12 años. Sus contenidos se centran en el tabaco y el alcohol, en tanto que sustancias de iniciación al consumo de drogas en nuestro contexto cultural, con el objetivo de evitar, o al menos retardar, el inicio de su consumo. Dado que la edad mínima de iniciación en el consumo de cigarros y de bebidas alcohólicas se sitúa alrededor de los 13 años, este programa pretende intervenir en esas edades como medio preventivo de las posibles primeras experiencias de consumo.

Para conseguir sus objetivos, LA BARRA pretende:

- 1) incidir sobre las actitudes de los niños y niñas (habilitando actitudes y comportamientos reflexivos y críticos hacia el consumo de estas drogas);
- 2) fortalecer y ejercitar sus habilidades personales (para identificar y hacer frente a las presiones sociales para consumir drogas);
- 3) informar sobre las normativas legales y sociales críticas en referencia al consumo de drogas (norma social).

LA BARRA se caracteriza por su carácter extraescolar y comunitario. Esto último se manifiesta mediante la participación activa de diferentes servicios comunitarios de los ámbitos de juventud, cultura, educación, salud, deportes, etc. Si bien su componente comunitario implica un esfuerzo adicional de motivación y coordinación, no es menos cierto que como contrapartida estimula la corresponsabilidad para responder a los retos sociales, educativos y de salud. Asimismo, el hecho de que los mensajes preventivos arriben desde diferentes instancias sociales potencia sus efectos y ayuda a los niños y niñas a establecer contacto con servicios comunitarios que ejercen una influencia protectora con respecto al desarrollo de conductas problemáticas.

El carácter extraescolar de este programa implica que la participación es voluntaria. No obstante, la experiencia de varios años de su aplicación en Canovelles (Cataluña – España; municipio donde surgió LA BARRA) indica que permite alcanzar tasas de inscripción y de participación bastante elevadas teniendo en cuenta sus características, completando el programa aproximadamente uno de cada cuatro niños de la población diana. Debido a sus características, LA BARRA es especialmente adecuado para ser aplicado en municipios pequeños y medianos, o bien en barrios, en el

caso de ciudades más grandes. De esta manera, los niños y niñas tienen un acceso más fácil y provechoso a los recursos y servicios comunitarios que participen.

Como ya se mencionó, LA BARRA nació en el municipio de Canovelles (Cataluña – España) en el marco de su programa municipal de prevención de drogodependencias, habiendo estado desarrollado por la asociación PDS – Promoción y Desarrollo Social, bajo el nombre original en catalán de *Fem Pinya!* Posteriormente, gracias al soporte del Departamento de Bienestar y Familia de la Generalidad de Cataluña se llevó a cabo una nueva edición del programa para poder hacerlo extensivo a otros municipios de esa Comunidad Autónoma interesados en su aplicación.

En el año 2002 el programa *Fem Pinya!* (LA BARRA) obtuvo una Mención de Honor en la categoría de “prevención comunitaria” de los Premios Reina Sofía Contra las Drogas, de la Fundación CREFAT de la Cruz Roja Española.

La presente versión constituye una adaptación del programa original para su aplicación en Uruguay, llevada a cabo por el Instituto de Educación Popular El Abrojo, contando con el apoyo financiero del Ayuntamiento de Canovelles en el marco de su programa de cooperación internacional, con el apoyo técnico de la asociación PDS – Promoción y Desarrollo Social, de Barcelona, y con el respaldo y colaboración de la Junta Nacional de Drogas de Uruguay.

El Abrojo desarrolla la presente propuesta en el entorno del Programa Habilidades para la Vida, cuyo marco conceptual se orienta al fortalecimiento de las capacidades de las personas en relación a las exigencias y desafíos de la vida cotidiana a través del desarrollo de habilidades y competencias psicosociales que propicien la adquisición de estilos de vida saludables y minimicen los comportamientos de riesgo.

A partir de la promoción integrada del pensamiento, los afectos y la acción, se apuesta a elevar el bienestar individual y colectivo a través de propuestas y proyectos que buscan consolidar actitudes y comportamientos individuales que reflejen el reconocimiento y la práctica de los derechos y deberes democráticos y que permitan mejorar las características del entorno en que vivimos.





LAS HABILIDADES PARA LA VIDA



LAS HABILIDADES PARA LA VIDA

Las habilidades para la vida son cualidades de la persona que, ubicadas en los planos del hacer, pensar y sentir, le permiten establecer relaciones efectivas con los demás y su entorno y obtener resultados positivos de sus interacciones a través de una manera de proceder pacífica y respetuosa de los derechos y opciones de las otras personas.

Al igual que todos los comportamientos humanos, las habilidades para la vida se aprenden interactuando; no se nace con ellas sino que son adquiridas, pueden modificarse y necesitan ser ejercitadas.

La clasificación definida por la OMS – OPS en 1993 las concibe como un grupo de habilidades psicosociales cuyo desarrollo resulta relevante para personas de todas las edades y de los más diversos contextos socioeconómicos. Propone un grupo de diez habilidades:

- Conocimiento de sí mismo
- Comunicación efectiva o asertiva
- Relaciones interpersonales
- Pensamiento crítico
- Empatía
- Manejo de emociones y sentimientos
- Toma de decisiones
- Resolución de problemas y conflictos
- Manejo de tensiones y estrés
- Pensamiento creativo

Definido en forma amplia, el enfoque de habilidades para la vida:

- Propende a desarrollar en los niños/as las destrezas que les permitan adquirir las aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar de manera efectiva los retos de la vida diaria.
- Se centra en el sujeto y considera a dichas habilidades como parte de un equipamiento personal que debe ser estimulado en los niños, según la etapa evolutiva en la que se encuentren, y enriquecido durante toda la vida.
- Utiliza una metodología interactiva, participativa, lúdica, en consonancia con lo reflexivo e informativo para generar aprendizajes significativos en la vida de los/las niños/as.

1) Los siguientes componentes pueden ser desarrollados cuando se trabaje esta habilidad: autoeficiencia (confianza en que uno puede desenvolverse de la forma adecuada en una situación específica); autoestima (dimensión evaluadora de uno mismo que incluye los sentimientos de valor, orgullo y desalien-

LAS 10 HABILIDADES PARA LA VIDA

Conocimiento de sí mismo

Esta habilidad nos ayuda a conocer nuestro modo de ser (carácter, fortalezas, debilidades, gustos). En la medida en que podemos apoyarnos en nuestras fortalezas y reconocer nuestras debilidades, podremos afirmar nuestra identidad. Por lo tanto, desarrollar un mayor conocimiento personal facilita el reconocimiento de momentos de tensión o preocupación y el manejo de sentimientos y emociones y de nuestras relaciones interpersonales. Por otro lado, sentir lo que nos pasa no es lo mismo que saber por qué nos sentimos de esa manera, y el conocimiento de nosotros mismos nos da esa posibilidad.¹

Comunicación efectiva

Esta habilidad se vincula con la capacidad de expresarse, tanto verbal como no verbal, de forma que otros puedan comprender nuestro mensaje. Se relaciona con la capacidad de pedir ayuda o consejo y con el modo en que lo hacemos, permitiendo alcanzar nuestros objetivos, respetando los derechos de las demás personas y evitando reaccionar de forma violenta o pasiva.

Desarrollar esta habilidad implica desnaturalizar algunos modos de comunicación e identificar los grados de agresividad o pasividad de las diferentes formas de expresión, tanto propias como ajenas. Ello implica percibir que quienes se comunican asertivamente (evitando la pasividad y sin ser agresivos) no son tontos, sino que apuestan a mejorar la convivencia respetando y haciendo respetar los derechos de cada uno.

Relaciones interpersonales

Desarrollar esta destreza permite relacionarnos en forma positiva con las personas con quienes interactuamos, iniciar y mantener relaciones amistosas, conservar vínculos respetuosos con los demás y ser capaces de terminar relaciones de manera constructiva.

Las relaciones interpersonales son un factor promotor del desarrollo de la personalidad pero también pueden convertirse en una fuente de angustia. Apostaremos a la creación de vínculos saludables que faciliten el desarrollo de la personalidad y minimicen la angustia y el resentimiento

to); autonomía (capacidad de comportarse de forma independiente, de hacer cosas por uno mismo); autorregulación (establecimiento de metas, evaluación del desempeño propio y ajuste de la conducta propia en forma flexible, para lograr las metas en el contexto de una retroalimentación permanente).

que generan las situaciones de exclusión y estigmatización, eliminando la necesidad de discriminar o desprestigiar las características personales de otros para hacer valer las propias.

Pensamiento crítico

Desarrollar esta habilidad implica formular preguntas y adoptar una actitud interesada en las evidencias, razones y suposiciones que subyacen en los acontecimientos de nuestra vida cotidiana. Pensar críticamente también equivale a identificar y evaluar los factores (de la personalidad, de los grupos de pertenencia y de la sociedad en general) que condicionan las actitudes y comportamientos propios y ajenos. Supone desarrollar la capacidad de darse cuenta de que la realidad puede ser interpretada desde perspectivas diferentes. Para ello es importante poder dudar, cuestionar y admitir que existen distintas alternativas para interpretar una situación, especialmente cuando las cosas se nos presentan con carácter de absolutas.

Empatía

La empatía es la capacidad de "ponerse en los zapatos del otro" e imaginar lo que siente y percibe esa persona aunque no estemos familiarizados con su forma de vida. Implica también ser conscientes de que todos los seres humanos contamos con los mismos derechos, independientemente de los distintos estilos de vida que podamos tener o adquirir.

Desarrollar esta habilidad permite aceptar a quienes son diferentes a nosotros, mejorar nuestras relaciones con los demás y ser sensibles a las situaciones vividas por personas cercanas (y no tan cercanas) a nosotros. Ello facilita la resolución de conflictos, el logro de una comunicación eficaz y el mejoramiento de las relaciones interpersonales.

Manejo de emociones y sentimientos

El desarrollo del manejo de emociones y sentimientos supone aprender a reconocerlos, aceptarlos y saber que reprimirlos puede ser tan perjudicial como darles rienda suelta. El reconocimiento de sentimientos y emociones (propios y ajenos) ayuda a ser conscientes de su influencia en el comportamiento y de la necesidad de responder a ellos de modo apropiado para lograr mejores formas de convivencia.

Toma de decisiones

Las decisiones inciden en la salud y el bienestar individual y colectivo e implican un proceso de evaluación de alternativas considerando necesidades, criterios y consecuencias de las opciones, tanto para la persona que decide como para el grupo que la rodea y su entorno. Es importante

2) Dado que la presión de los grupos de pares juega un papel muy importante en la cotidianidad de los niños, llegando a influir en sus actitudes y comportamientos, se deberán ejercitar formas de discernir adecuadamente si las decisiones que están tomando surgen realmente a partir de algo que quieren o necesitan y son producto de su reflexión crítica o si son fruto de una inclinación o alternativa que eligen para sentirse aceptados.

diferenciar entre una decisión y una inclinación, entre lo que las personas reconocen que deben hacer y lo que hacen porque es más fácil u ofrece mayor placer inmediato. También es preciso considerar que no alcanza con proponerse tareas sino que se deben planificar estrategias que las hagan viables para poder llevarlas a la práctica.²

Resolución de problemas y conflictos

El conflicto es la diferencia que surge entre dos o más personas o diferentes grupos o sectores que no logran ponerse de acuerdo en relación con alguna situación. Forma parte de nuestra vida cotidiana y debemos aprender a aceptarlo y convivir con él.

El conflicto no es negativo en sí mismo, lo que es negativo es su inadecuado encare o la falta de resolución, lo cual puede convertirse en una fuente de problemas psicosociales. Al enfrentar conflictos es posible cuestionar nuestra manera de ver las cosas y, por ello, puede constituirse en un motor para el cambio.³ Es importante aclarar que *el conflicto es diferente a la violencia*.

Manejo de tensiones y estrés

Desarrollar adecuadamente esta habilidad permite reducir fuentes de angustia y alcanzar un mayor dominio de sí mismo. Supone la posibilidad de controlar las formas de expresión de las emociones ("pararse a pensar") y encontrar la forma más adecuada para canalizarlas. Implica también el reconocimiento de fuentes de estrés y sus efectos en nuestras vidas, la posibilidad de responder realizando cambios en nuestro entorno físico o nuestro estilo de vida y el aprendizaje de formas de relajación, de manera tal que las tensiones creadas por el estrés inevitable no nos generen problemas de salud.

Pensamiento creativo

Consiste en la utilización de procesos de pensamiento para desarrollar o inventar ideas o productos novedosos, con énfasis en los aspectos del pensamiento que tienen que ver con la iniciativa y la razón. Implica el cuestionamiento acerca del valor de la homogeneidad de los puntos de vista y el empobrecimiento que implicaría que todos tuviéramos las mismas percepciones sobre las cosas.

El pensamiento creativo ayuda a ver más allá de nuestra experiencia directa y a responder de modo flexible a las situaciones que se presentan en la vida cotidiana. No equivale a la eliminación de los modelos a imitar sino que invita a considerarlos como posibles interpretaciones o como puntos de partida.

3) Por ejemplo, cuando una regla o norma ya no sirve para resolver una situación, nos obliga a modificarla o fijar una nueva.



FICHA TÉCNICA





FICHA TÉCNICA

- Orientaciones y metodología de aplicación del programa
 - Circuito de implementación del programa
 - Identificación de colaboradores potenciales (servicios comunitarios)
 - Motivación de los servicios y establecimiento de compromisos
 - Orientación y soporte técnico para la aplicación de las sesiones
 - Difusión del programa y capacitación de los participantes
 - Cuestionario Pre-test
 - Inscripción, conformación de los grupos y del calendario
 - Sesión informativa y de distribución del material a los participantes
 - Aplicación de las sesiones de trabajo
 - Fiesta de cierre
 - Cuestionario Post-test
 - Evaluación y propuesta de cambios para la siguiente aplicación
- SESIÓN 1** – Presentación del programa y de los participantes entre sí
- SESIÓN 2** – Trabajo sobre relaciones interpersonales y empatía
- SESIÓN 3** – Trabajo sobre resolución de problemas y conflictos
- SESIÓN 4** – Información sobre el tabaco y sus efectos sobre la salud
- SESIÓN 5** – Presión del grupo
- SESIÓN 6** – Publicidad

SESIÓN 7 – Condicionantes para consumir tabaco y alcohol

SESIÓN 8 – Haciendo frente a la presión del grupo

SESIÓN 9 – Fiesta de cierre

ANEXO 1 – Información básica sobre el tabaco

ANEXO 2 – Fuentes de información adicional sobre el tabaco

ANEXO 3 – Cuestionario Pre-test y Post-test sobre tabaco para los niños y niñas

ANEXO 4 – Cuestionario de evaluación para los monitores de las actividades

ANEXO 5 – Modelo de boleta de inscripción

ANEXO 6 – Modelo de carta informativa para los padres

ANEXO 7 – Modelo de carta informativa para los niños y niñas

ANEXO 8 – Registro de control de asistencia a las sesiones

ANEXO 9 – Servicio de soporte en la aplicación de LA BARRA

ANEXO 10 – Cuento: La versión del Lobo

ANEXO 11 – Situaciones problema

ANEXO 12 – Orientaciones para el debate sobre la publicidad

Finalidades	a) Evitar el inicio del consumo de tabaco y otras drogas. b) Promover la corresponsabilidad y las respuestas participativas ante los problemas que afectan a la comunidad. c) Favorecer el aprendizaje y ejercicio de Habilidades para la Vida.
Objetivos de trabajo	a) Promover y reforzar actitudes críticas y reflexivas en referencia al consumo de drogas. b) Aprender a identificar las presiones para consumir drogas y tomar conciencia de su capacidad para incidir sobre la conducta. c) Adquirir y practicar habilidades mínimas para hacer frente a las presiones para consumir drogas. d) Estimular el acercamiento a los servicios del territorio, en tanto que elementos de socialización.
Población destinataria	- Niños y niñas de 11 a 12 años.
Formato de aplicación	- Grupos de 15 a 20 participantes.
Contexto de aplicación	- Comunitario (en horario extraescolar).
Lugares de aplicación	- Diferentes servicios comunitarios del territorio: centros juveniles, organizaciones de la sociedad civil, bibliotecas públicas, entidades deportivas, centros de salud, centros abiertos, etc.
Aplicadores	- Educadores, monitores y otros profesionales de los diferentes servicios comunitarios implicados.
Sesiones y duración	- 1 sesión de presentación del programa y de los participantes entre sí. - 7 sesiones de trabajo de 1 hora y 30 minutos de duración (5 en la versión original catalana). - 1 fiesta de cierre.
Materiales	- Álbum de figuritas. Con ejercicios para la casa y un apartado para anotar el lugar y la fecha de las actividades y para acreditar la participación. - Colección de figuritas (únicamente se consiguen participando en las actividades del programa). - Guía de aplicación del programa. - Ficha de inscripción y cuestionarios. - Incentivos y premios a la participación (opcional pero recomendable). - Guía para educadores y fichas para padres.
Captación de los participantes	- Por carta (a los niños y niñas y a sus padres). - Mediante las escuelas (con el soporte de los/las maestros/as de 6º año escolar). - A través de los servicios comunitarios colaboradores. - Carteles, informaciones en los medios de comunicación locales, etc.
Requerimientos	- Un gestor/a: gestión y control del proceso y coordinación con los servicios colaboradores (captación, soporte, seguimiento). - Soporte logístico: envío de carteles, distribución del material a los servicios colaboradores, gestión de las inscripciones, etc.
Participación que cabe esperar*	- Tasa de inscripción: del 40% al 60% de la población destinataria. - Inicio del programa: aproximadamente el 80% de los inscritos. - Cierre el programa: alrededor del 60% de los inscritos (aproximadamente el 25% de la población diana).

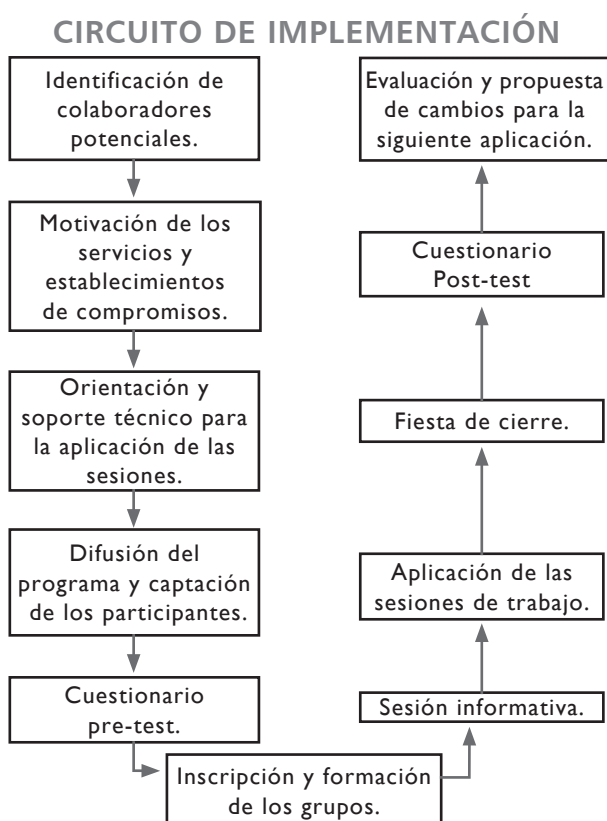
* Datos basados en el resultado de aplicación del programa en el municipio de Canovelles durante el período 2001 – 2004.

ORIENTACIONES Y METODOLOGÍA DE APLICACIÓN DEL PROGRAMA

LA BARRA propone una actuación educativa y preventiva para parte de diferentes servicios comunitarios que intervienen de manera coordinada para asumir unos objetivos compartidos. Eso, inevitablemente, hace necesaria la presencia de una figura que asuma los servicios de coordinación y seguimiento del proceso de aplicación del programa en sus diferentes fases: identificación y motivación de los servicios colaboradores, soporte técnico, captación de participantes, seguimiento y colaboración en la aplicación de las actividades, y evaluación. La función de coordinación la puede ejercer el técnico del programa de drogas (si lo hay) u otro profesional del ámbito de los servicios de desarrollo social o cultural.

Además, conviene contar con soporte logístico y/o administrativo para colaborar en campañas de difusión y captación de participantes, distribución de materiales (fichas de inscripción, álbumes de figuritas, incentivos), gestión de la inscripción, conformación de los grupos, de aplicación y seguimiento de la participación.

El esquema que se presenta a continuación muestra el circuito de implementación del programa. Más adelante se detalla cada una de las etapas y se describen las actividades de las sesiones de trabajo.



1. Identificación de colaboradores potenciales

Atendiendo al carácter comunitario de LA BARRA es deseable que cada sesión se ubique en un servicio comunitario y lo aplique un referente, un técnico o un profesional vinculado a cada servicio, en la medida que eso sea posible en función de la tipología de servicios disponibles en el territorio de su aplicación.

Por tanto, la primera tarea del coordinador del programa será dibujar un escenario de recursos (y referentes, técnicos o profesionales) susceptibles de colaborar en la aplicación de LA BARRA, como centros juveniles, organizaciones de la sociedad civil, bibliotecas, entidades deportivas, centros de salud, centros de servicios sociales, centros abiertos, centros culturales, etc.

Asimismo, teniendo en cuenta el carácter extraescolar de LA BARRA, conviene buscar la cooperación de las escuelas y de las Comisiones de Fomento o Asociaciones de Padres, porque son recursos comunitarios de primera magnitud, y porque pueden jugar un papel muy importante en la difusión y en la motivación de los destinatarios para participar en el programa. No obstante, y con carácter general, conviene que no se apliquen sesiones de trabajo en las escuelas para evitar que los participantes asocien el programa con una actividad académica.

Para aplicar LA BARRA no son necesarios conocimientos previos sobre drogas, dado que se trabaja mucho más sobre aspectos relacionales y de actitudes que sobre aspectos informativos. No obstante, se incluye un anexo con información básica sobre drogas y sobre lugares de consulta en Internet. También se informa sobre cómo obtener soporte técnico en caso de que el no disponga de un servicio específico de drogas. Conviene que las personas que apliquen las actividades tengan experiencia de trabajo con niños y adolescentes.

2. Motivación de los servicios y establecimiento de compromisos de colaboración

Una vez identificados los posibles colaboradores para aplicar LA BARRA, el gestor ha de motivar a los respectivos responsables para conseguir su compromiso de participación. A veces será necesario solicitar el apoyo de los responsables de las áreas o departamentos (servicios sociales, juventud, cultura, educación, etc.) a los cuales estén adscritos los potenciales colaboradores.

Una manera de motivar a los potenciales colaboradores y conseguir su compromiso es convocándolos a una reunión de presentación de LA BARRA, en la cual el equipo técnico del programa junto con el gestor llevarán a cabo las acciones siguientes:

- Presentar las características de LA BARRA, expresando el sentido y la lógica del formato comunitario del programa, sus orígenes, los resultados que cabe esperar, etc.
- Explicar los motivos por los cuales se les considera potenciales servicios y recursos colaboradores para aplicar el programa.
- Especificar qué acciones concretas se proponen a cada uno (qué habrá de hacer y quién) si aceptan colaborar.

Es importante plantear que colaborar en la aplicación de LA BARRA supondrá, ciertamente, un esfuerzo que se sumará al propio de las responsabilidades habituales de los servicios que decidan implicarse; y eso se ha de explicitar y reconocer. No obstante, conviene explicar que la inversión de tiempos será pequeña (una hora y media por grupo de aplicación* más el tiempo de preparación de la actividad) y que la interferencia con las actividades habituales de cada recurso será la mínima imprescindible. También conviene informar que el gestor será el encargado de proporcionar el soporte técnico y logístico necesario para cada una de las sesiones.

3. Orientación y soporte técnico para la aplicación de las sesiones

A continuación se incluyen instrucciones para aplicar la sesión de presentación, las siete sesiones de trabajo del programa y la fiesta de cierre. A la vez, para cada sesión se informa de los objetivos que se esperan asumir y del material necesario para trabajar las actividades. También se sugieren orientaciones para hacer un debate con los participantes.

El gestor del programa ha de llevar a cada persona encargada de aplicar las sesiones de trabajo, fotocopias de las instrucciones de aplicación correspondiente y del resto de los apartados que estime necesarios, como alguno de los anexos. Asimismo, conviene que el gestor del programa mantenga al menos una reunión de trabajo con cada uno de los aplicadores del programa, y les ofrezca soporte técnico cuando lo demanden. Fi-

nalmente, es importante hacer un seguimiento de la aplicación de las sesiones de trabajo inmediatamente después de su realización. De esta manera se podrán sugerir cambios en la aplicación de la actividad con el siguiente grupo, en caso de que se considere necesario.

4. Difusión del programa y captación de los participantes

Las campañas de difusión del programa y captación de participantes son fundamentales para el éxito en la aplicación de LA BARRA, especialmente teniendo en cuenta su carácter extraescolar y voluntario. Lógicamente, las estrategias que se utilizarán están abiertas a la imaginación de los organizadores, y solo limitadas por los medios disponibles. En cualquier caso, conviene utilizar varios canales de difusión. Algunas estrategias que pueden servir son:

- Cartas personalizadas a los niños y niñas, y/o a sus padres.
- Visitas a las aulas de 6° de primaria de las escuelas del territorio donde se aplica el programa.
- Colaboración de las escuelas (especialmente de los/las maestros/as de 6° de primaria).
- Carteles, dípticos u otros materiales informativos en puntos donde se nuclea la población a la cual se dirige el programa: escuelas, entidades, espacios informales de trabajo, etc.
- Informar a través de los servicios que colaboren en la aplicación del programa.
- Anuncios en los medios de comunicación local (prensa escrita, radio, televisión, Internet).
- Reuniones con comisiones de fomento o asociaciones de padres (para que los padres incidan sobre los hijos).

Considerando que LA BARRA es un programa extraescolar, que la participación es voluntaria y que debe "competir" con la oferta de actividades que tienen los niños y niñas de la población destinataria cuando salen de la escuela (deporte, juegos, talleres, televisión, etc.), conviene estimular la participación con diferentes incentivos: la colección de figuritas del programa (que únicamente se han de poder conseguir participando en las sesiones de trabajo) y otros medios, como pequeños obsequios a todos los inscritos (por el

* Es posible hacer una previsión del número de grupos de aplicación en un territorio concreto estimando una tasa de inscripción del 50% de la población destinataria (con el número de alumnos de 6° de primaria de los escolares del territorio de aplicación) y formando grupos de 20 niños (de esta manera, con que una parte de los inscritos no iniciara el programa, los grupos de aplicación

tendrán aproximadamente 15 niños). Por ejemplo: si en un territorio hay 108 alumnos de 6° de primaria, se calcula el 50% de 108 y se divide la cifra resultante por 20; se obtiene el resultado final de la unidad, ya que se puede prever formar 3 grupos de 18 niños cada uno.

hecho de haberse inscrito) y premiando la asistencia a las sesiones (hay más información en el apartado que trata sobre la fiesta de cierre).

La información que se brinda en la convocatoria de los participantes puede dar a conocer aquellos incentivos. Para facilitar las campañas de difusión del programa y de convocatoria de los participantes, esta guía incluye como anexos modelos de cartas para dirigir a los niños y niñas y a los padres.

5. Cuestionario Pre-test

La administración (poco antes de la aplicación del programa) de un breve cuestionario (anexo 3), que se aplica en 30 minutos a los alumnos de 6° de primaria de las escuelas del territorio donde se aplica LA BARRA, permite realizar una acción de difusión y de captación de participantes sobre prácticamente toda la población destinataria y, a su vez, establecer el punto de partida de una serie de variables, que se podrán comparar con las obtenidas en una segunda medida posterior a la aplicación del programa.

Administrar el Pre-test (y posteriormente el Post-test) a toda la población potencial a la cual se dirija el programa permite hacer comparaciones de las respuestas de los sujetos antes y después de la aplicación, y también entre un grupo de control (los alumnos que no participen en el programa) y uno experimental (los que participen en el programa).

6. Inscripción, conformación de los grupos y establecimiento del calendario de aplicación

En función del número de sujetos que configuren la población destinataria de un territorio concreto (una referencia es el número de alumnos de 6° de primaria de las escuelas del barrio o donde se aplique el programa), cabe esperar que el número de inscritos sea más o menos estable, y hacer una estimación de cuántos grupos de aplicación se deberán formar. Teniendo en cuenta que los grupos de aplicación han de tener entre 15 y 20 niños, se puede hacer una estimación siguiendo las indicaciones que se han hecho en el punto número 2 de esta sección de la guía.

Para hacer el calendario de aplicación, conviene ocasionar las mínimas interferencias posibles con las actividades propias de los servicios colaboradores. Por tanto, hay que compaginar, hasta donde sea posible, los intereses de los servicios cola-

boradores con los requerimientos que implica el hecho de tratarse de una actividad extraescolar. A su vez, conviene que los participantes dispongan de un cierto margen de elección en relación al horario y al día de la semana en que vayan a participar del programa, para hacerlo compatible con las otras actividades extraescolares. Ciertamente, no va a haber un calendario y un horario que les sirva a todos. Hay que establecer el mejor entre los posibles, y eso requiere consultas por parte del gestor, que conviene iniciar ya en la reunión de presentación del programa.

7. Sesión informativa y de distribución del material a los niños y niñas participantes

Una vez formados los grupos de aplicación y definido el calendario, lugares y horario de aplicación de las sesiones de trabajo, hay que convocar a todos los inscritos (y a sus padres) a una sesión informativa en la que se tratarán los siguientes puntos:

- Información detallada del programa y del proceso de participación, y aclaración de las dudas que puedan tener los asistentes.

- Entregar los materiales del programa: el álbum “LA BARRA”, un primer sobre de figuritas y un pequeño obsequio como premio por haberse inscrito en el programa (esto último, aunque no sea imprescindible, se considera recomendable como un estímulo a la participación).

- Información del grupo al cual han sido asignados y de los días, horarios y lugares donde serán las sesiones. Los participantes habrán de anotar esta información en la contratapa del álbum que se les hará llegar y que sirve también como agenda. Por tanto, hay que disponer de lápices o bolígrafos para que anoten estos datos en sus álbumes-agenda.

- También hay que informar a los niños y niñas que han de traer su álbum-agenda a cada sesión, para que les pongan un sello que acreditará su participación.

La sesión informativa estará dirigida por el coordinador del programa o por otra persona de la organización. No obstante, habrá que contar (no es imprescindible) con la colaboración de uno o más recursos comunitarios del territorio, como representantes de las comisiones de fomento y/o asociaciones de padres o profesionales del servicio donde se celebra la sesión (organización de la

sociedad civil, centro cultural, etc.). Estos colaboradores pueden, por ejemplo, llevar los álbumes y las figuritas a los participantes.

8. Aplicación de las sesiones de trabajo (sesiones 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8)

Antes de comenzar cada sesión, el monitor que la aplique ha de haber preparado previamente las actividades y comprobar que dispone de todo lo necesario:

- El material para hacer la actividad.
- La lista de participantes (hay que pasar lista; con esta información se quedará el gestor, quien posteriormente tendrá contacto con el coordinador del programa).
- Las figuritas de la sesión (un sobre con figuritas diferentes) para cada participante, que habrá de entregarles antes de que abandonen el lugar donde se realiza la sesión.

- Un sello a utilizarse al finalizar cada sesión para que puedan acreditar la participación, por ejemplo: para el sorteo de premios de la fiesta de cierre.

Además, para terminar la sesión hay que:

- Pedir a los participantes que hagan en sus hogares los ejercicios del álbum correspondientes a aquella sesión (ver las instrucciones detalladas para aplicar cada sesión).
- Recordar a los participantes el lugar, la fecha y la hora de la próxima sesión (el coordinador del programa ha de facilitar esta información a los aplicadores).
- Sellar en la contratapa del álbum de cada participante el cuadro correspondiente a la sesión. Poner día y lugar en la que se desarrolló.
- Anotar la asistencia al listado de participantes.



Las sesiones de LA BARRA se hacen en diferentes servicios comunitarios y presentan características diferentes. La tabla que sigue muestra las carac-

terísticas generales de cada sesión. Más adelante, en otra sección se dan orientaciones precisas para aplicar cada sesión.

Características de las sesiones de trabajo			
Sesión	Objetivos	Actividades	Algunos posibles recursos que se pueden participar
1. Presentación del programa	- Realizar la presentación del programa para los niños y niñas participantes, incluyendo la entrega del álbum-agenda y la información sobre el cronograma de actividades (días, horarios y lugares de realización de las sesiones). - Brindar una información detallada del programa y del proceso de participación a los padres de los niños y niñas inscritos en el mismo, incluyendo la presentación de los materiales y del cronograma de actividades y lugares de realización. - Trabajar la habilidad “conocimiento de sí” que favorezca la presentación y relación de los niños/as entre sí.	- Bienvenida a todos los participantes de LA BARRA - Presentación a padres/ madres y a niños/niñas. Cada uno por su lado. - En el caso de niños/niñas: - Presentación de los niños/niñas entre sí. - Presentación del programa. - Entrega de los materiales y planteo del calendario.	Intendencia.
2. Habilidades: relaciones interpersonales. Empatía.	Favorecer el trabajo en torno a las relaciones interpersonales y el desarrollo de la empatía.	- Primer momento: dinámica “El retrato”. Reflexión en torno a las diferencias y similitudes personales y a las relaciones interpersonales. - Segundo momento: Empatía: Cuento “La versión del Lobo”. Reflexión.	Biblioteca.
3. Habilidades: resolución de problemas y conflictos.	Favorecer en los niños y niñas el desarrollo de habilidades para la “Solución de problemas y conflictos” de la vida cotidiana.	- Primer momento: Aprendizaje del método de resolución de problemas y conflictos. - Segundo momento: Aplicación a diferentes situaciones de la vida cotidiana.	Organización de la sociedad civil.
4. Información sobre el tabaco y sus efectos en la salud.	- Facilitar información objetiva sobre el tabaco como una droga de iniciación (aspectos de salud). - Promover y reforzar actitudes contrarias al consumo de tabaco. - Trabajar la habilidad: pensamiento creativo.	Opción A - Juego sobre componentes y fisiología del tabaco, efectos y consecuencias. - Debate en grupo (con moderador). Opción B - Demostración de una máquina de fumar. - Debate en grupo (con moderador).	Centro de salud. Servicio municipal de deportes. Entidad deportiva local.

Características de las sesiones de trabajo

Sesión	Objetivos	Actividades	Algunos posibles recursos que se pueden participar
5. Presión del grupo	- Identificar la presión del grupo y tomar conciencia de su capacidad para influenciar la conducta. - Identificar condicionantes externos de la conducta a partir de la experiencia personal. - Trabajar: manejo de emociones y sentimientos.	- Juego sobre la presión del grupo (a elegir entre dos opciones). - Debate en grupo (con moderador).	Servicios de juventud. Organización de la sociedad civil. Centro cultural.
6. Publicidad	- Identificar los objetivos de la publicidad. - Identificar algunos de sus "trucos". - Promover una actitud crítica ante los mensajes publicitarios. Pensamiento crítico.	- Representación/imitación de propagandas publicitarias. - Tabulación de anuncios de diarios y revistas. - Análisis de anuncios. - Elaboración de un cartel.	Biblioteca. Organización de la sociedad civil. Centro cultural. Escuela de adultos. Instituto de informática.
7. Condicionantes para consumir tabaco y alcohol	- Identificar las presiones para comenzar a consumir tabaco y/o alcohol y tomar conciencia de la posibilidad de hacerles frente. - Ejercitar la habilidad: toma de decisiones.	Opción A - Títeres con frases que instan a consumir tabaco y alcohol. - Debate en grupo (con moderador). Opción B - Discusión en grupos y debate conjunto (con moderador).	Organización de la sociedad civil. Centro cultural. Centro de salud.
8. Hacer frente a la presión social que insta a consumir drogas	Adquirir habilidades para rechazar el tabaco. Comunicación efectiva o asertiva.	- Rolle-playing. - Debate en grupo (con moderador).	Centro abierto. Servicios de juventud o entidad juvenil. Teatro.

9. Fiesta de cierre

Esta actividad sirve para difundir y dar carácter comunitario al programa (lo ideal sería realizarla en un lugar público y abierto) y para premiar públicamente la participación de los niños y niñas que lo hayan completado, estimulando así la participación en próximas ediciones. Para tal fin es interesante invitar además de los inscritos en la edición actual, a los niños y niñas que podrán participar en la próxima edición, como a los que cursan 5° de primaria, si se aplica en ediciones anuales. También es posible invitar a los padres y aprovechar la ocasión para llevarles algún material educativo o informativo.

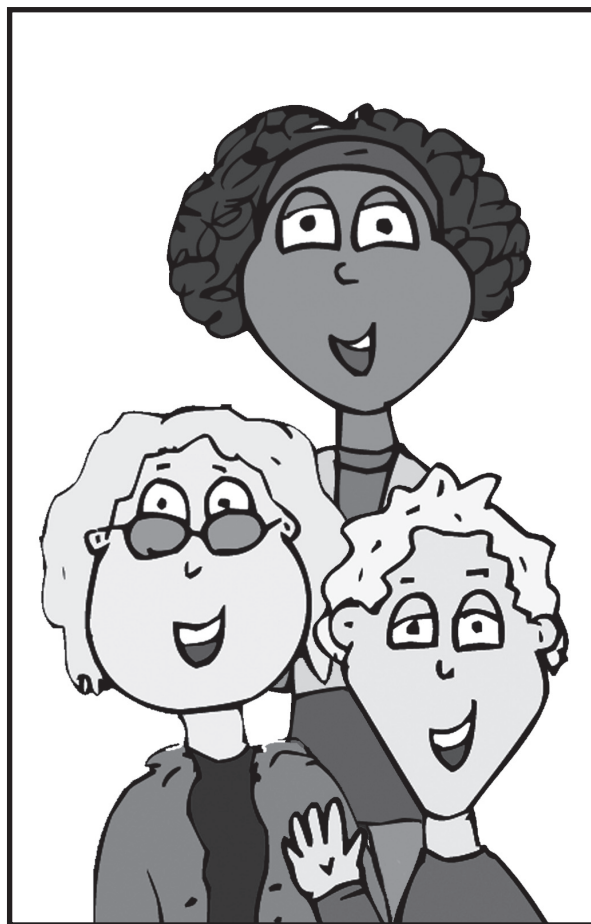
10. Cuestionario Post-test

Unos días después de finalizar la aplicación de las sesiones del programa, se repite la administración del cuestionario que respondiera antes de iniciar LA BARRA. El procedimiento de administración es igual al que se ha descrito en el punto número 5 de esta sección.

11. Evaluación y propuesta de cambios para la segunda aplicación

La información recogida a través de los diferentes cuestionarios y registros:

1. “Cuestionario Pre-test y Post-test de actitudes, intención de consumo y conocimientos sobre el tabaco” (anexo 3);
2. Apartado “¿Cómo ha ido?” – medida de satisfacción de los participantes del álbum;
3. Valoración de los monitores de las sesiones de trabajo (anexo 4);
4. Registro de inscripciones y seguimiento de asistencia (anexo 8), sumados a la recogida de primera mano por parte de los monitores (personalmente, por teléfono, por correo electrónico); permite disponer de los elementos suficientes para tomar decisiones sobre los aspectos a modificar con vistas a próximas ediciones del programa. Una vez analizada, es importante compartir la información con los servicios colaboradores, por ejemplo, convocando a una reunión para valorar la actual edición de LA BARRA y preparar la próxima.





SESIONES DE TRABAJO



Sesión 1

PRESENTACIÓN DEL PROYECTO A NIÑOS, NIÑAS Y PADRES

Objetivos

- Realizar la presentación del proyecto a los niños y niñas participantes, incluyendo la entrega del álbum-agenda y la información sobre el cronograma de actividades (días, horarios y lugares de realización de las sesiones).

- Brindar una información detallada del programa y del proceso de participación a los padres y madres de los niños y niñas inscritos en el mismo, incluyendo la presentación de los materiales y del cronograma de actividades y lugares de realización.⁴

- Ejercitar la habilidad de conocimiento de sí para favorecer la presentación de los niños/as entre sí.

Materiales:

- Un escudo y lápiz por integrante del grupo.
- Una escudo grande y fibras de colores.

Metodología

Habiéndose convocado en un lugar determinado a los niños/niñas y sus padres, se realiza la sesión en dos momentos diferenciados:

1. En una primera instancia se les da la bienvenida al proyecto a todos mediante las palabras de miembros del equipo organizador, autoridades y/o de otras instituciones colaboradoras.

2. En un segundo momento se separan los convocados: por un lado trabajan los padres y madres y por otro los niños y niñas. A ambos grupos se les presenta el programa y sus características pero con metodologías diferentes.

En el caso de los niños, se tratará de fomentar la constitución de un grupo por lo que, además de la información sobre el proyecto, se realizará una actividad de presentación entre ellos.

Se invitará al grupo a conocerse (“ya que el grupo va a compartir unos cuantos encuentros, el primer paso es conocernos”. Les explicamos que “reconocer los aspectos positivos de cada uno/a es como tener un escudo que nos protege y nos hace sentir confianza y que por eso van a elaborar su “escudo personal” para presentarse).

Se entregará a cada uno de ellos una hoja que contenga un escudo de presentación, donde tendrán que completar o contestar lo que en cada espacio corresponda, además de poner su nombre en un lugar visible del mismo.

A continuación se invita a los niños a caminar encontrándose y mirándose para conocerse (reconocerse) y ver lo que los demás han escrito en sus escudos.

En ronda, nuevamente, se los invita a decir en voz alta su nombre y lo que escribieron en su escudo.

A continuación, ya que están todos presentados, se procede a “presentar el proyecto y sus materiales”. Se les entregan los álbumes-agenda. Se establece el calendario (con días, hora y lugar de las sesiones), etc.

Al final, se propone al grupo llenar un nuevo escudo, el del grupo. Se les presenta uno donde, en grupo, se completan las siguientes frases en los cuadros superiores: Del proyecto LA BARRA esperamos... Lo más importante para estar en grupo... Nos gustaría que... No nos gustaría que...

Con la invitación a construir juntos el espacio que desean todos (coordinadores y niños/as), se despiden hasta la próxima sesión y se les recuerda el lugar y el horario donde se realizará.

⁴ Es importante solicitar a los padres y madres que sus niños asistan a los encuentros con vestimenta cómoda, que habilite el juego y el movimiento..

Lo mejor de mí es ...

Estoy contento/a de ser ...

Soy bueno/a para ...

Los demás me dicen que ...

Sesión 2

LAS RELACIONES CON LOS/LAS DEMÁS

Objetivos

- Favorecer el trabajo en torno a las relaciones interpersonales y el desarrollo de la empatía.

Metodología

Desarrollar una actividad que permita reflexionar en torno a las relaciones interpersonales, tomando conciencia de las diferencias, y valorar la empatía como habilidad para el encuentro.

Se proponen dos actividades a ser desarrolladas de forma secuencial, habilitándose el diálogo y la puesta en común luego de cada una de estas.

1ª PARTE

Materiales:

- Una hoja y un lápiz por integrante del grupo.

Descripción de la actividad:

- El retrato: los niños/as se sientan en dos rondas concéntricas, ubicados de forma tal que un niño/a de la ronda interior quede frente a un niño/a de la ronda exterior. Los niños de la ronda interior serán modelos para que los de la otra ronda hagan retratos. A la voz de quien coordina la sesión, los niños de la ronda exterior comenzarán a dibujar a quien tienen en frente.

A partir de una señal del coordinador, los niños/as de la ronda exterior rotarán un lugar hacia su derecha, dejando la hoja en el asiento. Al sentarse tendrán otro compañero/a en frente y la hoja de su retrato, que deberán continuar. Cuando se dé una vuelta entera se cambiarán los roles (ronda externa/interna) y se repetirá el procedimiento.

Se cuelgan los retratos. En plenario se invita a los niños y niñas a adivinar cuál es el suyo.



A partir de aquí el coordinador de la sesión induce a pensar en lo diferentes que son los retratos e invita a reflexionar en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Somos todos iguales?
- ¿Qué pasaría si fuéramos todos iguales?
- ¿Qué es lo bueno y divertido de ser diferentes?
- ¿Qué es lo difícil de ser diferentes?

2ª PARTE

Materiales:

- Cuento: “La versión del Lobo” (Anexo 10)

Descripción de la actividad

Antes de comenzar esta segunda parte se retoman algunas conclusiones de las trabajadas en el momento anterior, de modo de reforzar las más relevantes. Se plantea al grupo que, en esta parte del encuentro, van a profundizar, mediante un cuento, en las diferencias que suelen tener las personas ante una misma situación.

Se propone a los integrantes recordar y reconstruir el cuento: “Caperucita roja”. Se intentará que todos aquellos que deseen relatarlo, lo hagan. Esto se favorecerá dando la palabra a los niños/niñas que levanten la mano para intervenir. Un integrante comienza el relato y otros lo van continuando, según la habilitación del coordinador de la actividad.

- Luego se plantea que ahora van a conocer otra versión del mismo cuento, se lee “La versión del Lobo” y se da un espacio para que surjan los comentarios que el cuento suscite.

- Posteriormente, se profundiza en torno a las diferentes perspectivas que puede haber ante una misma situación y la importancia de la empatía para la comprensión entre las personas.

> Preguntas que pueden ayudar:

- ¿Cómo les parece que se sintió el Lobo de la historia?
- ¿Por qué una realidad se puede percibir de formas diferentes?
- ¿Pueden dar un ejemplo de su vida cotidiana donde se haya dado algo parecido?

- ¿Qué pasa cuando dos personas –que son diferentes siempre– perciben la realidad de modos contrarios?

- ¿Qué es importante hacer para que se pueda comprender a las otras personas?

- ¿Qué les parece que significa “ponerse en el lugar de la otra persona”?

- Al cerrar el tema se sugieren palabras desde las cuales los participantes descubran diversas maneras de vivir una situación o diferentes puntos de vista. Por ejemplo: llueve, dos maneras diferentes de vivenciar esta realidad (el coordinador podrá agregar que, según el contexto, se pueden profundizar las diferencias, por ejemplo: campo –en tiempo de sequía o de mucho agua–, ciudad, vacaciones, etc.).

Para finalizar, se retoman las conclusiones más relevantes de la sesión y se cierra la misma, recordando el lugar, día y horario de realización del próximo encuentro. Cada niño se lleva su retrato.

Sesión 3

LOS PROBLEMAS Y SUS SOLUCIONES

Objetivos

- Favorecer en los niños y niñas el desarrollo de habilidades para la “Resolución de problemas y conflictos” de la vida cotidiana.

Metodología

Desarrollar una actividad que permita incorporar elementos para la resolución de problemas y conflictos de la vida cotidiana.

Materiales:

- Hojas y lápices.
- Papelógrafo con pasos de resolución de problemas y conflictos.

1ª PARTE

Desarrollo de la actividad

Dinámica de resolución de conflictos: salir del círculo.⁵ Se forma un círculo en el que tod@s l@s participantes, de pie, traban fuertemente sus brazos. Previamente se ha sacado del grupo a una persona, o tantas como veces se quiera repetir la experiencia, a las que se aleja del grupo para que no escuchen las consignas. La consigna que se les da es que una a una serán introducidas dentro del círculo, teniendo dos minutos para textualmente “escapar sea como sea”.

A las personas que conforman el círculo se les explica que tienen que evitar las fugas “por todos los medios posibles”, recurriendo a la violencia si es preciso (sin pasarse), pero que llegado el caso en que una de las personas presas pida verbalmente que se la deje abandonar el círculo, este se abrirá y se la dejará salir.

Posteriormente se procederá a la evaluación buscando determinar cuál era el conflicto, cómo se han sentido las participantes, analizando los métodos empleados por cada parte, la efectividad de los mismos, sus consecuencias, y buscando correspondencias en la sociedad y en nuestra realidad cotidiana.

- Luego del juego se explicita al grupo que los problemas y conflictos son parte de la vida y que no son ni buenos ni malos. (No se trata de hacer un discurso pero sí de introducir de forma clara la temática a trabajar) y se plantea que existen di-

ferentes estrategias mediante las cuales solucionarlos y que en el actual encuentro se trabajará en torno a la mejor manera de hacerlo.

- Enseñar a los integrantes los pasos del método de resolución de problemas y conflictos:
- Identificación del problema.
- Reunión de información (datos necesarios).
- Distinción entre hechos y opiniones.
- Identificación de las diferentes alternativas de solución.
- Evaluar las consecuencias de cada alternativa.
- Tomar una decisión y ponerla en práctica.



Figuritas correspondientes al álbum de los niños referidas a lo trabajado en las sesiones

5) En: www.nodo50.org/tortuga/Recursos-para-dar-un-Taller-de.html

2ª PARTE

- Se coloca un papelógrafo con todos los pasos en un lugar visible para todos.
- Se divide al grupo en cuatro subgrupos. Se presentan 2 situaciones problema (anexo II) para resolver mediante el método aprendido (dos subgrupos resolverán una y los otros dos la otra para reflexionar y comparar diferentes modos de resolución de una misma situación).
- Se realiza una puesta en común sobre los problemas trabajados, los pasos realizados y las soluciones encontradas. Asimismo se comentan las posibles discusiones dadas en los pequeños grupos.
- Se pueden trabajar y reforzar algunas conclusiones emergidas en el diálogo.
- Se propone a los chicos que utilicen estos pasos ante sus propios problemas y conflictos.

Al final de la sesión, se comenta que uno de los problemas que suelen aparecer son los relacionados al consumo de alcohol y tabaco y que en ellos se profundizará en las próximas sesiones. Se recuerdan los datos referidos a la siguiente y se cierra el encuentro.



Sesión 4

EL TABACO Y SUS EFECTOS PARA LA SALUD

Objetivos

- Facilitar información sobre el tabaco, poniendo énfasis en los aspectos fisiológicos y de salud que pueden tener una mayor significación para los preadolescentes.
- Promover y reforzar las actitudes contrarias al consumo de tabaco.
- Trabajar la habilidad pensamiento creativo.

Metodología

Desarrollar una actividad introductoria que dé paso a un debate sobre el tabaco, permitiendo así ampliar o mejorar la información de los participantes sobre esta sustancia. Se proponen dos posibles actividades iniciales para que el monitor tome la que considere más conveniente en cada caso.

Antes de explicar la actividad se pregunta a los chicos:

- ¿qué es el tabaco?
- ¿qué hace en el cuerpo humano?
- ¿qué pensás de la gente que fuma?
- ¿qué le dirías a un fumador para que no fume más?

1ª PARTE

Opción A – Juego vivencial sobre la respiración de las células

Materiales:

- Globos celestes y negros
- Cintas: rojas, marrones y violetas.

Descripción de la actividad

Antes de iniciar el juego, el monitor presenta una serie de personajes:

- La célula. Unidad básica de los seres vivos.
- El oxígeno. Gas que necesitan para respirar, para vivir. De los pulmones pasa a la sangre para llegar, a través de ella, a las células. (Globos celestes)
- La hemoglobina. Molécula de los glóbulos rojos que se combina con el oxígeno para hacerlo llegar a las células (hace de transportista del oxígeno a la sangre). (Cintas rojas)

- El monóxido de carbono. Un gas que es uno de los principales tóxicos del tabaco. (Cintas marrones)

- El alquitrán. Tóxico que embota los pulmones y causa males graves (cáncer de pulmón, etc.). (Globos negros)

- Los gases irritantes. Otro grupo de sustancias tóxicas del tabaco, que entre otras cosas hacen que nos piquen los ojos y la garganta cuando se entra en un lugar donde se ha fumado mucho. (Cintas violetas)

- Comentar también que con el tabaco siempre hay otro personaje, la nicotina (la sustancia que hace que el tabaco genere dependencia y que sea tan difícil para los fumadores dejar de fumar). A veces, pero excepcionalmente, no cuentan con este personaje.

Metodología:

El grupo se divide en dos subgrupos.

Primer momento:

En una cancha se procede a realizar una carrera donde se deben transportar globos celestes (oxígeno) hacia las células (meta). Todos los integrantes representan a la hemoglobina, de modo de transportar, corriendo, el oxígeno hacia las células. Si bien no se busca que haya un grupo ganador, se puede plantear la diferencia en el resultado final en tanto que todas las personas tienen una fisiología igual pero con variantes naturales.

Segundo momento:

En este momento los subgrupos actuarán de dos maneras diferentes. En el juego, un grupo representará a los “no tabacos” y el otro a los “tabacos”. El grupo de los “no tabacos” tendrá el objetivo de transportar oxígeno (globos celestes) a la célula (meta). El objetivo de los “tabacos” será interferir en ese transporte de diferentes formas.

Se explicará que este es un juego de estrategia (pensamiento creativo) donde los equipos partirán de diferentes bases. La meta siempre está en la célula: los “no tabacos” buscarán introducir en ella el oxígeno y los “tabacos” intentarán contaminarla con alquitrán.

Cada grupo deberá distribuir a sus integrantes en personajes diferentes:

Los "no tabacos" deberán tener dos tipos de personajes:

- Hemoglobinas (cintas rojas) y célula (meta)

Los "tabacos" deberán tener tres tipos de personajes:

- Monóxido de carbono (cintas marrones): deberán interceptar a las "hemoglobinas" para quitarles el oxígeno y "pinchar el globo", ya que este personaje "interfiere en el transporte de oxígeno".

- Alquitrán (globos negros): este personaje tratará de introducir a la célula (meta) globos negros (la célula comienza a enfermarse, dando pasos hacia transformarse en una célula cancerígena). En caso de no lograr introducir el globo negro a la célula –meta– (ver consigna de intercambio) el personaje alquitrán deberá ir hasta su base y volver a intentarlo.

- El gas irritante (cintas violetas): buscará interceptar a las hemoglobinas, obstaculizando la carrera de las hemoglobinas hacia la célula (meta), sin tocar a las hemoglobinas.

El intercambio entre el monóxido de carbono y las hemoglobinas, así como el del alquitrán y la célula, se dará mediante "piedra, papel o tijera". El perdedor deberá obedecer la solicitud de su contraparte.

- Es importante aclarar a los "no tabacos" que una vez interceptados y/o desafiados por los tabacos ("¡te desafío!") se debe aceptar el mismo.

- A los "tabacos" hay que especificarles que no pueden atacar a la misma persona (célula o hemoglobina) dos veces consecutivas.

Una vez introducidos los globos en la célula, no se los puede ni pinchar ni sacar de allí.

Cuando la consigna esté comprendida se procederá a jugar. Luego de un tiempo prudencial se intercambiarán los roles y se volverá a desarrollar el juego.

Posteriormente se realizará el intercambio de opiniones (ver segunda parte).

Inventar un nombre para el juego realizado. Se invita a los niños a repetir el juego en sus escuelas.

Opción B – Máquina de fumar

Material

- Una palangana
- Una botella de plástico transparente de 1,5 litros.
- Algodón.
- Una tetina de mamadera.
- Un cigarro.

Descripción de la actividad

- Llenar la botella con agua hasta las tres cuartas partes.

- Agrandar el agujero de la tetina más grande, de tal forma que quede ajustado al filtro del cigarro.

- Pasar algodón al interior de la tetina.

- Pasar la tetina con el algodón fluido al cuello de la botella, teniendo en cuenta que no se moje. La tetina ha de estar perfectamente ajustada al pico de la botella. Si se necesita, se puede ajustar con una goma elástica o con cinta adhesiva.

- Poner la botella de pie en la palangana.

- Encender el cigarro e, inmediatamente, hacer un orificio a la base de la botella para que el agua que contiene salga en un chorro pequeño.

- Una vez que se haya vaciado la botella, es posible comprobar que el algodón se ha oscurecido con el paso del humo provocado por el vacío que se hace en el interior de la botella al salir el agua.

2ª PARTE

Profundizamos a partir de las siguientes preguntas (no es necesario trabajarlas todas). Para desarrollar esta parte de la actividad el monitor se puede apoyar en la información que se presenta en el anexo número I de esta guía.

- El tabaco es una droga o no es una droga? ¿Qué piensan? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?

- ¿Cuántas sustancias químicas diferentes tiene el humo de tabaco? ¿Qué dirían? ¿Más de dos? ¿Más de cien? ¿Más de mil?

- ¿Alguien sabe cuáles son los principales componentes del humo del tabaco?

• ¿Qué hace la nicotina? ¿Lo recuerdan? ¿Y el alquitrán? ¿Y el monóxido de carbono? ¿Y los gases irritantes?; ¿qué es lo que irritan?

• Si les dijera que los fabricantes suelen agregar otras sustancias al tabaco, ¿qué dirían?, ¿que es verdad o que los engañó? ¿Por qué dirían eso?

• Ya saben que el tabaco es muy perjudicial para la salud. Pero, ¿cómo la afecta? ¿Qué males provoca?

• Se afirma que fumar es malo para todos pero que es peor para los adolescentes. ¿Qué piensan de eso? ¿Es verdad? ¿O solo se dice para convencer a los adolescentes de que no fumen?

• Sobre eso de que el fumador de tabaco también perjudica a los no fumadores, ¿qué piensan?

Se cierra la sesión retomando las conclusiones más significativas y recordando el día, lugar y horario del próximo encuentro.



Figuritas correspondientes al álbum de los niños referidas a lo trabajado en las sesiones

Sesión 5

PRESIÓN DEL GRUPO

Objetivos

- Aprender a identificar las presiones sociales (presión del grupo).
- Tomar conciencia de la capacidad de influencia del grupo sobre la conducta individual.
- Identificar condicionantes externas de la conducta a partir de la experiencia personal.
- Trabajar la habilidad: manejo de emociones y sentimientos

Metodología

Desarrollar una actividad introductoria seguida de una discusión en grupo en torno al tema de la presión social. Se proponen dos posibles actividades iniciales para dar paso a la discusión. El monitor tratará la que considere más oportuna en cada caso.

1ª PARTE

Opción A – “El presionado”

Descripción de la actividad

Dividir el grupo en subgrupos de cuatro personas. En cada subgrupo, tres deberán presionar al cuarto miembro para que fume y él deberá resistirse a hacer lo que le incitan.

Cambiar los roles para que cada uno experimente el rol de estar presionado.

Opción B – “Los vendedores” (juego vivencial)

Materiales

- Un paquete de regalo que contendrá un objeto banal (un rollo de papel, un trozo de madera, un papel arrugado, etc.)

Descripción de la actividad

Esta actividad pretende hacer a los participantes conscientes de la dificultad que implica resistirse frente a una cosa que no deben hacer, si el grupo de relación hace presión para que lo hagan. Consiste en un juego de roles en el cual se pretende vender un producto a unas personas que no van

a comprarlo. Esta dinámica conviene hacerla estando el grupo de pie. De esta manera son más visibles determinados aspectos no verbales de la presión social.

El monitor muestra el regalo al grupo y demanda la colaboración de un voluntario, explicando que su función consistirá en persuadir al resto de los participantes para que le compren aquel paquete, que ninguno sabe qué contiene. Luego se le pide al voluntario que salga de la sala a preparar los argumentos que le servirán para vender el producto desconocido. Mientras tanto, el monitor dará al grupo la consigna de negarse a comprarlo. Cuando entra el voluntario, y antes de que comience la venta, el monitor hará saber al grupo que a lo largo de la actividad irá pidiendo a otros participantes que ayuden al vendedor a vender su producto. Seguidamente, el voluntario inicia la venta. Poco después, se interrumpe la dinámica, el monitor va incorporando vendedores hasta que quede un único comprador potencial. A lo largo del proceso, el monitor habrá de instar a los vendedores a ser persuasivos. Al terminar la actividad, el monitor podrá mostrar al grupo el contenido del paquete.

2ª PARTE

Materiales

- mostacillas, botones, cuentas de colores, plumitas, etc.
- cuerda fina

Opciones A y B – Debate sobre la presión del grupo

Se trata de generar un debate sobre las influencias sociales y los sentimientos que generan y cómo influyen en nuestras decisiones. Según quién haga esta actividad inicial, es posible comenzar haciendo preguntas sobre el juego.

- Opción A - ¿Cómo te sentiste al estar bajo presión? ¿Por qué crees que algunas veces nos dejamos llevar y no oponemos resistencia a estas presiones? ¿Cómo te puedes ayudar a superar la resistencia a la presión? ¿Cómo se sintieron cuando presionaban?



Figuritas correspondientes al álbum de los niños referidas a lo trabajado en las sesiones

• Opción B - Es posible comenzar preguntando: ¿Cómo se han sentido cuando hicieron de vendedores? ¿Y cuando hicieron de compradores? ¿Cómo se han sentido cuando estaban en mayoría? ¿Y cuando estaban en minoría? Asimismo, si alguno ha comprado el paquete desconocido se le puede preguntar por qué lo hizo, etc. En ambos casos, al hacer estas preguntas conviene llevar la discusión a situaciones reales. Por ejemplo, preguntando si alguno ha sentido alguna vez presión de los amigos o compañeros.

También es posible pedir que hablen de situaciones en las cuales no pensaban hacer una cosa y terminaron haciéndola –aparentemente por voluntad propia– pero, en realidad, a disgusto y bajo presión. Por ejemplo, cuando se hace alguna cosa por ser como los otros, por ser aceptado (o para evitar ser rebajado), con la que no se está de acuerdo.

Durante la discusión conviene hablar tanto de la presión directa (“vamos a hacer eso”, “hazlo”, etc.) como de la indirecta (“qué pensarán de mí si no hago eso”, “todos lo harán”, “todos esperan que yo haga eso”, etc.) como condicionante potencial de la conducta individual. A la vez, el monitor ha de procurar que también se hable de los siguientes aspectos del tema:

- A nadie le agrada ser presionado; por eso hay gente que niega estarlo cuando actúa presionada por los otros (“todos esperan que yo...” , “se reirán de mí”, etc.).
- Las personas menos conscientes de la presión del grupo son más vulnerables a sus efectos.
- La presión del grupo también puede ser positiva y servir para motivarnos.

• Con las cosas banales (ej.: una película para ver) puede ser adecuado adaptarse a la mayoría. En cambio, con las cosas importantes (ej.: fumar o no fumar) conviene mantener el criterio personal, más allá de que pueda ser diferente al del grupo.

• Imitar a los otros (hacer lo mismo que todo el mundo o que el líder) es un indicador de debilidad y no de fortaleza. Los grupos, los líderes, no suelen hacer las cosas para ser aceptados ni para evitar ser rebajados, sino por voluntad o convicción personal.

Construir un amuleto (puede ser un llavero, colgante para la mochila, etc.) para utilizarlo contra la presión grupal y que nos ayude a manejar nuestras emociones y sentimientos en esos momentos.

Se presentan los amuletos y se cierra la sesión recordando el día, horario y lugar del siguiente encuentro, pidiendo a los niños y niñas que traigan para la siguiente sesión diarios y revistas para recortar.

Sesión 6

PUBLICIDAD

Objetivos

- Tomar conciencia del objetivo de la publicidad: influir sobre los hábitos de consumo de las personas para aumentar las ventas del producto anunciado, y no el de informar a los consumidores para que tomen decisiones en base a esa información.
- Identificar algunas de las técnicas utilizadas habitualmente en los mensajes publicitarios.
- Asumir que los mensajes publicitarios pueden ser ciertos, engañosos o falsos.
- Promover una actitud crítica ante los mensajes publicitarios.
- Trabajo de la habilidad: pensamiento crítico.

Metodología

Análisis crítico de la publicidad.
Elaboración de carteles de contra-publicidad o de análisis crítico de la publicidad.

Material y espacio

- Diarios y revistas que contengan publicidad.
- Cartulinas de 70 x 100 cm o similar.
- Pinturas (lápices de colores, rotuladores, etc.)
- Aula o espacio con mesas grandes donde poder elaborar carteles.

Descripción de la actividad

1. Se plantea al grupo que en el presente encuentro se trabajará el tema Publicidad. Para comenzar a hacerlo se divide al grupo en cuatro subgrupos. Cada uno de ellos tendrá un tiempo pautado (15 minutos) para preparar la representación de un aviso publicitario de la radio o la televisión elegido por ellos y consensuado. La consigna será que realicen la representación tratando de hacerlo del modo más parecido a la realidad que puedan.

2. Seleccionar unos cuantos productos y analizar la gama de mensajes publicitarios a los que los asocia la publicidad. Por ejemplo:

- Colonias: seducción, atractivo físico, etc.
- Coches: poder, aventura, libertad, independencia, pertenencia, seguridad, etc.
- Tabaco: aventura, pertenencia, libertad, etc.
- Cerveza: amistad, pertenencia, diversión, fiesta, alegría, etc.

3. Abrir un debate breve (viendo algunas orientaciones en el anexo 12) en torno a los siguientes aspectos: en las representaciones que hicieron: ¿pueden decir cuáles fueron los mensajes que a ustedes como receptores les quedaron más grabados? ¿A qué público se dirigen las publicidades representadas? ¿Han observado algunos horarios cuya frecuencia es mayor? ¿Qué pasará en las revistas? ¿Qué busca realmente la publicidad? ¿Cómo intenta conseguir sus objetivos? ¿Cómo se pueden proteger de sus efectos negativos? ¿Qué podemos hacer para ser menos influenciables por los mecanismos de publicidad?

4. Elaborar un anuncio (un cartel) entre todos para ayudar a otros jóvenes de su edad a estar en guardia sobre los mecanismos o los efectos de la publicidad. Puede ser un cartel genérico sobre la publicidad o bien utilizar el método de la contra-publicidad partiendo de un anuncio real, dándole la vuelta al mensaje o exagerando al absurdo su componente persuasivo, de tal manera que se destaquen sus contradicciones y/o los aspectos engañosos o falsos.

Cierre del encuentro: presentación de los carteles.

Se recuerda al grupo el día, horario y lugar de la próxima sesión y se pide a los niños y niñas que para la próxima sesión traigan cada uno/a un títere.



Sesión 7

CONDICIONANTES PARA CONSUMIR TABACO Y ALCOHOL

Objetivos

- Identificar las presiones externas para comenzar a fumar y beber alcohol.
- Tomar conciencia de la posibilidad de hacer frente a las presiones anteriores.
- Trabajar la habilidad: toma de decisiones.

Metodología

Desarrollar una actividad introductoria seguida de una discusión en grupo en torno al tema de las presiones sociales para comenzar a fumar o a beber alcohol. Se proponen dos posibles actividades iniciales para dar paso a la discusión. El monitor tomará la que considere más oportuna en cada caso.

Opción A – Títeres

Materiales:

- Tantos títeres como integrantes (los traerán los niños/niñas ya que fue consignado como tarea).
- Afirmaciones sobre el tabaco o el alcohol.

Grupo 1: “**Todos fuman**”.

Grupo 2: “**Si fumas pareces más grande y caes mejor a la gente**”.

Grupo 3: “**Si no fumas o bebes alcohol cuando los otros lo hacen, quedas como un bobo o un bebé**”.

Grupo 4: “**Una vez que te has acostumbrado al alcohol, lo aguantas bien y ya no te hace mal**”.

Grupo 5: “**Si no bebes alcohol en una fiesta, te aburres (o no te diviertes tanto como los otros)**”.

Requerimientos del espacio donde hacer la actividad

- Posibilidad de disponer las cosas y mobiliario de la sala de manera que se pueda armar un rincón para la representación con títeres (puede ser una mesa acostada, una caja grande cortada adecuadamente, etc.).
- Posibilidades de disponer de espacios para facilitar el trabajo en grupos pequeños.

Descripción de la actividad

1. Discusión: se trabaja en 5 subgrupos. Se entrega una afirmación a cada uno y se propone que las discutan.

2. Preparación de las representaciones: Consigna: “el subgrupo deberá pensar una situación donde aparezca: una situación de presión grupal, la frase (dicha o resaltada de alguna forma) y la toma de decisiones al respecto. Luego deberá representarla para los demás subgrupos sin mostrar cuál fue la decisión tomada (tipo: esta historia continuará...)”.

3. Representaciones y plenario: luego de cada representación se pregunta al plenario ¿qué decisión les parece que tomará el protagonista? ¿Por qué? Dialogar teniendo en cuenta las “orientaciones para el debate final” que aparecen más abajo.

Opción B – Discusión sobre tópicos relativos al tabaco y el alcohol.

Materiales

- Cinco fichas con una afirmación tópica sobre el tabaco o el alcohol.
- Papel y lápices para seis personas (el monitor y cinco portavoces).

Requerimientos del espacio donde hacer la actividad

- Posibilidades de disponer de espacios para facilitar el trabajo en grupos pequeños.

Descripción de la actividad

Discusión en grupos en torno a tópicos sobre el consumo de tabaco y alcohol y las presiones que reciben los adolescentes para iniciarse en su consumo.

1. Pedir a los participantes que formen cinco subgrupos y que cada grupo nombre un portavoz.
2. Llevar a cada grupo una ficha con una afirmación sobre el tabaco o el alcohol.
3. Pedir que cada participante exponga al resto de los compañeros del grupo su opinión sobre la frase que hay en la ficha que les hicieron llegar. El portavoz habrá de tomar nota de las opiniones individuales para tratar de establecer después entre todos una opinión conjunta y argumentada de la frase que les ha tocado.
4. A continuación cada portavoz expondrá al resto de los participantes de la sesión la frase que han discutido en su grupo y cuáles han sido las conclusiones del grupo.
5. El monitor anotará en un papel o en una pizarra las conclusiones de cada grupo y abrirá un debate para tratar de extraer una o varias conclusiones generales. Ahora, aprovechará el debate para aclarar dudas y corregir concepciones erróneas de los participantes, si se diera el caso.

Orientaciones para el debate final sobre tópicos relativos al tabaco y el alcohol

1. Todos fuman

Preguntas que puede formular el monitor: ¿piensan que es verdad que todos fuman? ¿Qué proporción de jóvenes piensan que fuman? ¿Y de adultos, cuántos piensan que fuman?

Información para orientar comentarios y corregir concepciones erróneas: hay más gente que no fuma que gente que sí lo hace. Entre los jóvenes de 14 años, han probado el tabaco aproximadamente uno de cada seis; por tanto, cinco de cada seis jóvenes de esta edad no han fumado nunca.* Entre los jóvenes de 14 a 18 años, son fumadores habituales menos de una tercera parte. Por tanto, más de dos tercios no fuman. Entre la población mayor de 15 años fuma una de cada tres personas. Es más, muchas de estas personas quieren dejar de fumar y no pueden, porque están "enganchadas" al tabaco.**

* Encuesta estatal sobre el uso de drogas en enseñanza secundaria, 2004. Ministerio de Sanidad y Consumo. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional de Drogas. España.

** El hábito del tabaco en Cataluña, 2002. Generalidad de Cataluña. Departamento de Sanidad y Seguridad Social. España.

2. Si fumas pareces más grande y caes mejor a la gente

Preguntas que se pueden formular: ¿los fumadores caen mejor que los no fumadores? ¿Qué hace que alguien caiga bien o mal a los otros? ¿Qué es lo que hace que alguien parezca grande?

Información para orientar comentarios o corregir concepciones erróneas: fumar provoca mal aliento, mancha los dientes, tiñe los dedos de amarillo, hace que surjan arrugas en la cara antes de tiempo, hace que la ropa tenga mal olor, etc. Pensar si eso hace caer bien a la gente. Una cosa que caracteriza el comportamiento maduro (que hace más grande) es hacer lo que uno mismo considera adecuado, y no hacer las cosas porque los otros las hacen. Imitar a los otros es propio del comportamiento infantil.

3. Si no fumas o bebes alcohol cuando los otros lo hacen, quedas como un bobo o un bebé

Preguntas que puede formular el monitor: ¿Están de acuerdo con esta frase? Si alguien no quiere fumar (o no quiere beber alcohol) y acepta hacerlo para que no digan que es un bobo o un bebé... ¿qué piensan de él? ¿Eso lo haría ser más maduro y más grande? ¿Qué piensan de la gente que siempre hace lo que dicen los otros?

Información para orientar comentarios o corregir concepciones erróneas: todos tenemos derecho a tomar nuestras decisiones. Hay personas que no entienden que alguien no vaya a fumar o beber cuando ellos sí lo hacen. Si la persona se mantiene firme, los otros lo acaban aceptando. De no ser así, conviene preguntarse ¿a qué vienen tantos intereses para que fumen o beban alcohol?

4. Una vez que te has acostumbrado al alcohol, lo aguantas bien y ya no te hace mal

Preguntas que puede formular el monitor: ¿están de acuerdo? ¿Piensan que es verdad eso?



Figuritas correspondientes al álbum de los niños referidas a lo trabajado en las sesiones

Información para orientar comentarios o corregir concepciones erróneas: cuanto más alcohol acostumbra a beber una persona, más lo necesita para notar sus efectos. Pero eso no implica que el alcohol no actúe sobre su organismo, principalmente sobre el cerebro. Sencillamente, necesita beber más cantidad para notar los efectos. Por tanto, cuando beben más cantidad, se incrementan los riesgos para la salud, incluso el de dependencia, y de accidentes, relacionados con el tráfico y otros.

5. Si no bebes alcohol en una fiesta, te aburres (o no te diviertes tanto como los otros)

Preguntas que puede formular el monitor: ¿es cierto eso? ¿Es necesario beber alcohol para reírse y pasarlo bien con los amigos? ¿Qué cosas puede generar el alcohol en una fiesta cuando se bebe de más?

Información para orientar comentarios o corregir concepciones erróneas: es verdad que el alcohol provoca inicialmente alegría y desinhibición, después –sobre todo si se sigue bebiendo– viene el bajón, con cansancio, mareos, vómitos, dolor de cabeza, etc. A la vez, algunas personas se tornan irritables, otras se ponen pesadas (y aburren a los otros), otras hablan de sus sentimientos a gente a quien no les importan, o en momentos inadecuados para hacerlo, y después les da vergüenza haberlo hecho, etc.

Sesión 8

HACIENDO FRENTE A LA PRESIÓN DEL GRUPO

Objetivos

- Adquirir y practicar habilidades para rechazar un ofrecimiento de fumar que no se desea aceptar.

Metodología

- Presentación de las características de la conducta asertiva y de sus diferencias con las conductas agresivas y pasivas.

- Asignar conductas (role-playing) para representar conductas asertivas en respuesta a una situación de presión social (invitación insistente para fumar o para algo que no se desea hacer).

Requerimientos del espacio donde hacer la actividad

- Posibilidad de disponer las cosas y mobiliario de la sala de manera que cuatro “actores” puedan representar una situación (role-playing) delante del resto de los participantes.

Descripción de la actividad

1. Explicar que hay tres estilos básicos de relación con los demás: agresivo, pasivo y asertivo, y comentar las características de cada uno. Para esto el monitor se puede apoyar en la información que se incluye a continuación. Conviene evitar hacer un discurso, y en cambio es conveniente estimular la participación haciendo preguntas, tales como: ¿Alguien sabe qué es una respuesta pasiva? ¿Quién pone un ejemplo? ¿Tiene alguna cosa buena actuar así? ¿Y de malo?, etc.

Respuesta agresiva:

- Se centra en el propio interés, sin tener en cuenta los sentimientos de los otros: acusación, amenaza, insulto, etc.
- Ejemplo: “¿Tú no te sientes bien o eres imbécil? ¡Ya te dije que no molestes!”
- Ventajas: los otros no te replican.
- Inconvenientes: los otros no te aprecian.

Respuesta pasiva:

- Gira en torno a los deseos de los otros, aunque se opongan a los propios: dejar que los otros nos impongan sus criterios, hacer lo que los otros quieren, sin tener en cuenta lo que se desea hacer, etc.
- Ejemplo: “es que yo... y bueno, si a vos te parece... de acuerdo, pero solo una vez”.

- Ventajas: los otros te aceptan y no te rechazan (al menos aparentemente).

- Inconvenientes: los otros se aprovechan de una persona, y esa persona se siente mal por haberse dejado llevar y no haber estado más valiente a la hora de defender y hacer valer los propios criterios.

Respuesta asertiva:

- Se centra en los intereses de una persona que respeta los de los demás: Defender y mantener el propio criterio, aceptando y respetando el que los otros puedan pensar o actuar de manera diferente a la nuestra.

- Ejemplo: “no, gracias. Ya te lo he dicho. Tú haz lo que quieras, pero yo no voy a fumar.”

- Ventajas: la persona se siente bien con ella misma y, a la larga, los otros respetarán y valorarán que no se comporte pasivamente o agresivamente.

- Inconvenientes: al principio puede costar si no se está acostumbrado a comportarse así.

2. Preguntar ¿cuál es la mejor forma de relacionarse con los otros? Destacar las ventajas de las respuestas asertivas, y los inconvenientes de las otras respuestas.

3. Explicar algunas técnicas que pueden servir para responder asertivamente a la presión. Por ejemplo, cuando hemos de rechazar una invitación para fumar: “no, gracias” y si insistiesen para que fumemos. No conviene decir el nombre de las técnicas; se pueden describir directamente y poner un ejemplo. Tampoco se han de exponer todas; lo óptimo sería trabajar cuatro o cinco de ellas:

Disco rayado	Estrategia: ¿Tú repites? ¡Yo también! Ejemplo: “Sí, de acuerdo, ya sé que me lo regalas, pero no me interesa...” “Muy bien, gracias, pero no quiero...” “Te entiendo, pero no me interesa...”
Acuerdo asertivo	Estrategia: ¿Quieres tener razón? Toda para ti, pero yo haré lo que deseo y no lo que tú desees. Ejemplo: “De acuerdo, puede ser que me esté comportando como un niño pequeño porque no quiero fumar. Pero quédate tranquilo: normalmente no me comporto como un niño pequeño”.
Pregunta asertiva	Estrategia: ¿Por qué te preocupa lo que yo haga? Ejemplo: “Veo que no te agrada que no acepte tu ofrecimiento. Pero ¿por qué te preocupa tanto que no vaya a fumar?”
Claudicación aparente	Estrategia: Sí, sí... ¡Pero no! Ejemplo: “Seguramente tienes razón y parecería más grande si fumara, pero no voy a hacerlo”.
Ignorar	Estrategia: Pasemos a otra cosa. Ejemplo: “Veo que no es posible que aceptes que no voy a fumar. ¿Por qué no tratas de pensar en otra cosa? ¿Sabes quién ganó el clásico?
Hacer el robot	Estrategia: Sí, No. Puede ser. Ejemplo: “¿Sos un nene!” “Puede ser, sí”. “¿Querés o no?” “No”. “¿Aunque todos fumen?” “Sí”. “Sí, ¿qué?” “Que no”.
Ironía asertiva	Estrategia: Como dice un refrán castellano: “No hay mejor desprecio que no hacer aprecio”. Ejemplo: “¿Sos un nabo!” “¡Gracias, valoro mucho tu opinión!”
Aplazamiento asertivo	Estrategia: Lo pensaré (otro día). Ejemplo: “Bien, ya que tienes tanto interés en que fume, lo pensaré... Pero otro día, ¿'tá?”
Aceptación asertiva	Estrategia: Si eso te hace feliz... Ejemplo: “Si insistes tanto en que lo haga...” (tomamos el cigarrillo). Decimos: “Ya se lo daré a alguien que fume”.

4. Explicar que, a la vez, conviene tener en cuenta los siguientes puntos:

- Mirar a la otra persona a la cara cuando responden.
- Hablar con voz clara y audible y con un tono de voz correcto, pero firme.
- Mantener el cuerpo orientado hacia la otra persona.
- Acompañar las palabras con unos gestos y una expresión coherentes con el mensaje.

Role-playing: pedir a los asistentes que representen la situación de presión que se propone a continuación, y que practiquen respuestas asertivas. Conviene que todos los asistentes representen el papel de personas bajo presión. Es recomendable que los “actores” que hacen presión se cambien por otros cada tres o cuatro representaciones.

Situación: cuatro amigos están en un banco de una plaza. Uno de ellos tiene un cigarro y lo ofrece a los amigos que lo acompañan. Uno acepta enseguida. El segundo duda, pero también lo acepta. El tercero no desea fumar.

Durante las representaciones, el monitor ha de animar a los actores para que representen sus papeles con realismo. Si la ejecución de algún participante es muy deficiente, conviene que se lo oriente para mejorarla, haciendo referencia a un aspecto (máximo dos), aunque haya varios susceptibles de ser mejorados. A continuación conviene repetir la representación incorporando la(s) sugerencia(s). Después, conviene reforzar la actuación con mensajes del tipo: “ahora está bien”, “mucho mejor”, etc.



Sesión 9

FIESTA DE CIERRE

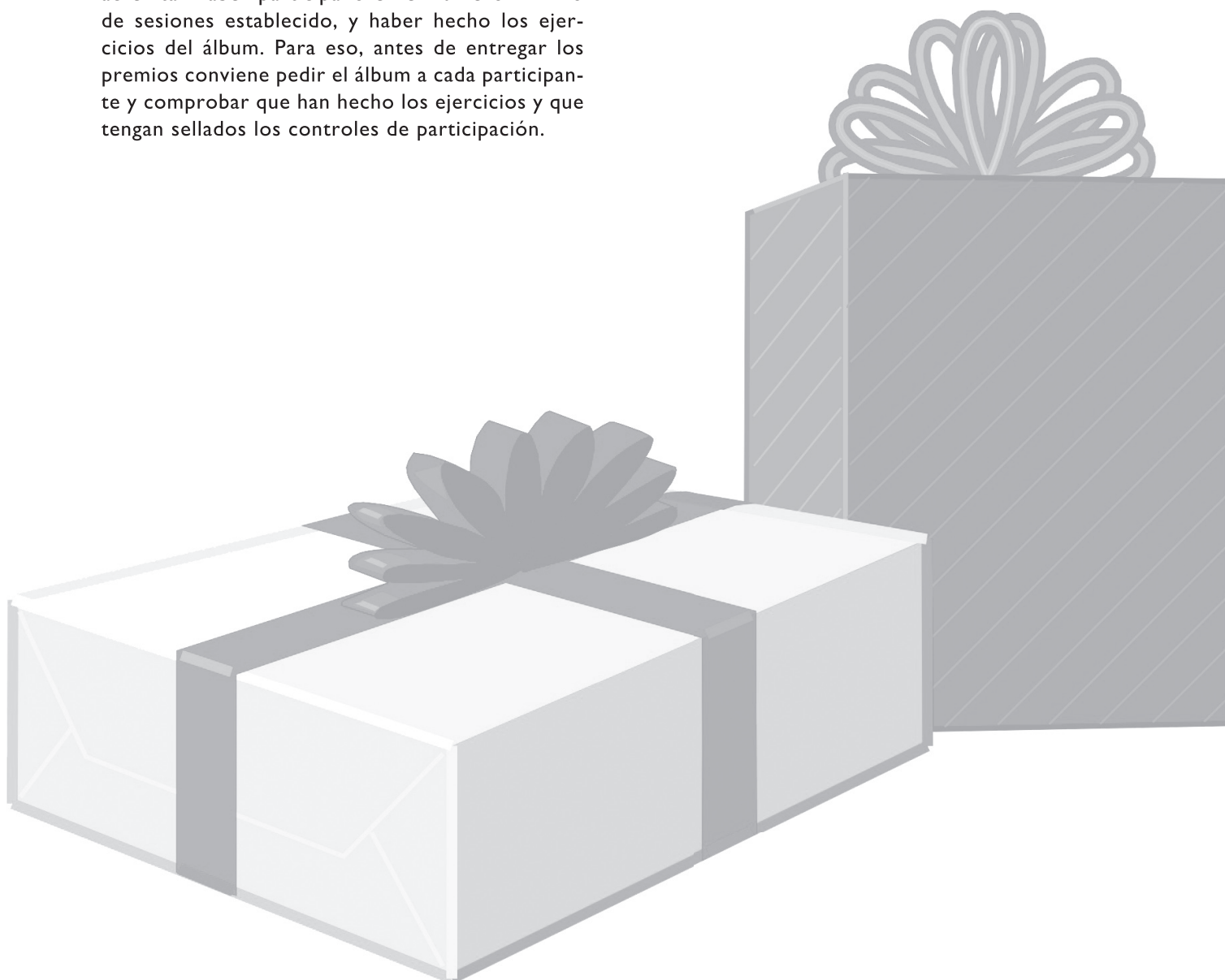
Esta actividad se puede enmarcar en actividades lúdicas o festivas habituales o bien programarse expresamente. Las actividades pueden incluir un taller de vidas saludables, una representación teatral, bailes, juegos y/o competiciones deportivas, etc.

Es necesario contar con pequeños obsequios para todos los participantes que hayan asistido a un mínimo de seis sesiones, y sortear uno o varios premios más importantes entre los que hayan completado las ocho sesiones de trabajo del programa. Los premios pueden ser libros, CD, camisetas, etc. Es posible reforzar el carácter comunitario del programa con premios como inscripciones gratuitas en actividades culturales y recreativas (por ejemplo: piscina, teatro, conciertos, etc.).

Para acceder a los premios los participantes han de acreditar haber participado en el número mínimo de sesiones establecido, y haber hecho los ejercicios del álbum. Para eso, antes de entregar los premios conviene pedir el álbum a cada participante y comprobar que han hecho los ejercicios y que tengan sellados los controles de participación.

Antes, la organización habrá recogido la valoración de las actividades por parte de los participantes (apartado “¿Cómo ha ido?”). Al reverso de esta página hay un espacio para que los participantes dibujen un cartel publicitario de una vida saludable. Como ahí consta, el nombre puede servir para sortear los premios. Por ejemplo: poner todos los dibujos en una bolsa y pedir a algún integrante que saque, a ciegas, tantos como premios se entregarán. Para recoger las valoraciones se puede pedir que las dejen en uno de los servicios colaboradores (por ejemplo, en una urna identificada con el logotipo de LA BARRA). También se pueden recoger en las escuelas, o en la misma fiesta.

La magnitud estará sujeta a las posibilidades del municipio donde se haya aplicado LA BARRA, y su planificación y ejecución corresponde al equipo coordinador del programa. Se recomienda utilizar las sugerencias presentes en esta guía.







ANEXOS





Anexo 1

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL TABACO

Componentes del humo del tabaco:

El humo del tabaco contiene alrededor de 4.000 sustancias diferentes, muchas de las cuales son perjudiciales para la salud. Las más importantes son:

- **Nicotina:** responsable de la adicción. Hace que muchas de las personas que comienzan a fumar, al cabo de poco tiempo acaben siendo fumadoras sin habérselo propuesto (acaban teniendo dependencia al tabaco) y además les cueste mucho dejar de fumar.
- **Monóxido de carbono:** dificulta la aportación de oxígeno a las células. Es muy venenoso; es uno de los gases que desprenden los caños de escape de los autos.
- **Alquitrán:** formado por diferentes sustancias. Muchas de ellas son cancerígenas.
- **Gases irritantes:** irritan las mucosas de la boca, la garganta, la nariz, los ojos y el aparato respiratorio. Por eso pican los ojos cuando se está en un lugar lleno de humo.

Además, los fabricantes suelen agregar otras sustancias (amoníaco, cacao, etc.) para:

- a) Modificar el aroma y el gusto de las diferentes marcas para hacerlo más agradable.
- b) Hacer que el tabaco queme más rápido y el fumador necesite comprar más.
- c) Hacer que la nicotina se absorba más rápidamente o en mayor cantidad, y que de esta manera genere dependencia más rápido. Por ejemplo, el cacao unido al tabaco dilata las vías respiratorias haciendo que entre más humo a los pulmones.

Consecuencias del tabaco sobre la salud

- Aparato respiratorio: tos, bronquitis, riesgo muy alto de padecer cáncer de pulmón, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, etc.
- Aparato cardiovascular: más riesgo de infarto y de otras enfermedades cardiovasculares.
- Sistema Nervioso Central (cerebro): Dependencia.
- Otros sistemas: mayor riesgo de tener úlcera, de tener enfermedades de riñón, del páncreas, etc.

Efectos del humo de tabaco en la vida diaria (calidad de vida a corto y mediano plazo)

Además de aumentar mucho el riesgo de tener enfermedades muy graves al cabo de los años, fumar tiene muchas otras consecuencias negativas, ciertamente menos importantes, pero de aparición más rápida y que pueden resultar fuertemente desagradables: mal olor, dientes manchados, dedos amarillentos, arrugas en la piel (piel seca – deshidratación), disminución de los sentidos del gusto y del olfato, cansancio, disminución del rendimiento físico, tos, más resfríos, irritación de la garganta, etc.

Factores que aumentan los riesgos de fumar

Fumar es siempre perjudicial para la salud, para todas las edades. Pero, cuanto más joven se comienza a fumar (además de tener más riesgo de desarrollar dependencia) es también más alto el riesgo de que el tabaco provoque mutaciones del ADN de las células, que acaben en cáncer más adelante. Eso tiene que ver con el hecho de que el organismo de los niños y de los adolescentes está en pleno proceso de formación y es más susceptible a determinados tóxicos.

Concepto de fumador pasivo y consecuencias para la salud

El humo del tabaco perjudica a todos los que lo respiran, y no solo a los fumadores activos. Es un hecho comprobado que la exposición al aire contaminado por humo de tabaco perjudica a los fumadores pasivos y aumenta el riesgo de padecer enfermedades provocadas por el tabaco. Ciertamente, la intensidad de la inhalación es menor en el fumador pasivo que en el fumador activo, pero también conviene saber que el humo del fumador de la corriente secundaria (la que sale por el extremo donde quema el cigarro) tiene más concentración de tóxicos que el de la corriente principal (la que sale por la parte del filtro).

Anexo 2

Fuentes de información adicional sobre el tabaco

Para ampliar la información sobre el tabaco y el tabaquismo se puede consultar Internet:

- **www.infodrogas.gub.uy**

Anexo 3

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE TABACO

Presentación

Este cuestionario pretende conocer mejor los conocimientos, las actitudes y las conductas de los niños y niñas de tu edad en torno al tabaco. Se enmarca en el programa de prevención de drogodependencias LA BARRA, y servirá para evaluar los efectos del programa.

Este cuestionario es ANÓNIMO. No tienes que poner tu nombre. Las respuestas serán estudiadas por personas de fuera de la escuela, y ni tus profesores, ni tus padres, ni otra persona cercana conocerá las respuestas individuales. Nada más se estudiarán y se analizarán los datos conjuntos de todos los alumnos de sexto de primaria (de esta y de otras escuelas) que respondan la encuesta, y nunca uno por uno.

Te pido, entonces, que contestes con total sinceridad. Tu colaboración es espontánea: si hay alguna pregunta que no quieres contestar puedes dejarla en blanco.

Cuando respondas a las preguntas, contesta lo que tú piensas o haces realmente. No lo que crees que contestaron tus compañeros ni lo que crees que está correcto. Si no tienes la respuesta exacta a tu caso, escribe la que más se acerque.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

Escribe, por favor, la fecha de hoy:

Fecha de hoy					
Día:		Mes:		Año:	

En primer lugar queremos hacerte unas preguntas de carácter general

1. ¿En qué escuela estudias?

2. ¿A qué grupo vas?

6° único	6° A	6° B	6° C	6° E

3. ¿Por qué letra comienza tu primer apellido?

(Si es un nombre compuesto, como "De La Sierra", escribe la letra D)

Mi primer apellido comienza con la letra...	
---	--

4. ¿Cuál es tu fecha de nacimiento?

Yo nací el...					
Día:		Mes:		Año:	

Las próximas preguntas tienen que ver con el tabaco.

En el cuestionario no consta tu nombre. Nadie podrá saber qué has contestado tú. Por eso, te pido que contestes con sinceridad a todas las preguntas, de acuerdo con lo que tú pienses, hagas o sientas, y no según lo que crees que contestarán tus compañeros, ni tampoco en función de lo que piensas que les agradaría que contestases a tus padres, a tus profesores o a tus amigos.

Escucha y/o lee con atención cada pregunta y cada una de las opciones de respuesta antes de responder. Si en alguna pregunta no hay una opción que se adecue a tu situación u opinión, señala la que más se acerca.

Recuerda: esta encuesta es anónima.

5. ¿Qué sustancia del tabaco hace que muchos fumadores necesiten continuar fumando a través del tiempo y les cueste mucho dejar de fumar?

El monóxido de carbono	
La nicotina	
El amoníaco	
Los gases irritantes	
El alquitrán	
No lo sé	

6. ¿Qué sustancia del humo del tabaco puede provocar cáncer?

El monóxido de carbono	
La nicotina	
El amoníaco	
Los gases irritantes	
El alquitrán	
No lo sé	

7. ¿Qué sustancia del tabaco dificulta el transporte de oxígeno a las células, haciendo que los fumadores se cansen más rápido?

El monóxido de carbono	
La nicotina	
El amoníaco	
Los gases irritantes	
El alquitrán	
No lo sé	

8. ¿Qué tipos de enfermedades puede causar el tabaco?

Cáncer de pulmón	
Bronquitis	
Reuma	
Problemas cardíacos	
Gripe	
No lo sé	

9. Los fabricantes de tabaco suelen agregar diferentes sustancias a los cigarros, como amoníaco o cacao, para que las personas se enganchen más rápido y que los cigarros se terminen más de prisa, y para que los fumadores tengan que gastar más dinero.

Es verdad	Es falso	No lo sé

10. ¿Qué es un fumador pasivo?

Una persona que además de fumar, hace poco ejercicio físico.	
Una persona que no compra tabaco, pero fuma si la convidan.	
Una persona que no fuma, pero respira el humo de tabaco de la gente que fuma.	
Una persona tímida, que sólo fuma si le insisten.	
No lo sé	

11. Fumar es malo para la salud, y no tiene nada que ver la edad en que se comienza a hacerlo. Es igual de malo comenzar a fumar de muy joven que de adulto.

Es verdad	Es falso	No lo sé

12. En general, se exagera cuando se habla de los peligros de fumar.

Estoy de acuerdo	No estoy de acuerdo	No lo sé

13. Casi todas las personas adultas fuman.

Es verdad	Es falso	No lo sé

14. Si un amigo (o una amiga) te ofrece un cigarro sin que haya una persona adulta que los pueda ver, ¿qué harías?

Lo aceptaría	Lo rechazaría	No lo sé

15. ¿Crees que fumarás de aquí a un año?

Sí	No	No lo sé

16. ¿Crees que fumarás cuando seas grande?

Sí	No	No lo sé

17. ¿Alguien te ha convidado a fumar o te ha propuesto hacerlo?

Sí	No

18. Si quisieras conseguir tabaco hoy mismo, ¿crees que sería fácil o difícil?

Muy difícil	Difícil	Fácil	Muy fácil	No lo sé

19. Mi padre me ha dicho alguna vez que espera que yo no fume.

Sí	No	No estoy seguro/a

20. Mi madre me ha dicho alguna vez que espera que yo no fume.

Sí	No	No estoy seguro/a

21. Si yo fumara y mi padre me descubriera, creo que...

Se enojaría mucho	Se enojaría bastante	Se enojaría un poco	No se enojaría

22. Si yo fumara y mi madre me descubriera, creo que...

Se enojaría mucho	Se enojaría bastante	Se enojaría un poco	No se enojaría

23. ¿Tu padre fuma?

Sí	No	Fuma, pero lo va a dejar	No lo sé

24. ¿Tu madre fuma?

Sí	No	Fuma, pero lo va a dejar	No lo sé

25. ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor tu experiencia con el TABACO? Léelas todas antes de contestar.

No he fumado cigarrillos, ni tan solo una vez	
He probado los cigarrillos una o dos veces, pero no he empezado a fumar	
Fumaba, pero ahora ya no fumo	
Fumo cigarrillos de tanto en tanto (como en fiestas o celebraciones)	
Fumo cigarrillos al menos una vez a la semana	
Fumo cigarrillos todos los días o casi todos los días	

26. Si estando con dos compañeros/as, uno de ellos te ofrece un cigarrillo, y tú no quieres fumar, ¿qué crees que pasaría si te insistiera?

Seguro que lo aceptaría y lo fumaría	
Si insistiera mucho, terminaría fumando	
Creo que no fumaría, aunque me insistiera	
Seguro que lo rechazaría y no fumaría	
No lo sé	

27. ¿Te has inscrito en el programa "LA BARRA"?

Sí	No

SE HA TERMINADO EL CUESTIONARIO.
MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN.

Anexo 4

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN PARA LOS MONITORES

FECHA:	ENTIDAD O SERVICIO:
GRUPO:	MONITOR/A:
SESIÓN N°:	OPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

¿En qué grado crees que los participantes han asumido los objetivos de la sesión?

Nada		Poco		Bastante		Mucho	
------	--	------	--	----------	--	-------	--

¿Cómo valoras la implicación de los participantes en la sesión?

Muy Baja		Baja		Alta		Muy Alta	
----------	--	------	--	------	--	----------	--

¿Has tenido alguna dificultad en la aplicación de la sesión?

Sí		No	
----	--	----	--

Si has contestado “Sí” a la pregunta anterior, ¿cuáles han sido las dificultades?

¿Te agradaría continuar colaborando en futuras aplicaciones de este programa?

Sí		No	
----	--	----	--

¿Por qué?

Comentarios:

Anexo 5

MODELO DE BOLETA DE INSCRIPCIÓN

FICHA DE INSCRIPCIÓN

DATOS PERSONALES

Nombre: Edad: años

Apellidos:

CURSO

Grupo: Escuela:

Dirección:

Nº: Apto.: Piso:

Localidad: C.P.:

Tel.: Cel.:

Mail.:

¿Qué día de la semana preferirías tener la actividad?

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

Completa los datos y entrega la ficha en:

.....

antes del día

Anexo 6

MODELO DE CARTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

Estimados padres y madres:

El consumo de drogas está implicado en muchos problemas sociales y de salud que afectan a la sociedad actual. Por este motivo, respondiendo a la sensibilidad de buena parte de la población y de los colectivos profesionales en torno a este tema, se llevan adelante diferentes acciones preventivas (si corresponde, referir: en el marco del programa...).

Prevenir el consumo de drogas a nivel local implica sumar esfuerzos y coordinar recursos. A la vez de informar sobre las drogas y desarrollar ciertas habilidades entre los jóvenes, conviene promover la participación de la comunidad. Desde este planteamiento, se propone el programa LA BARRA.

LA BARRA se dirige a niños de 11 y 12 años, una etapa de cambios importantes, a los que se suma el hecho de ir dejando la escuela para entrar al liceo. Ciertamente, el consumo de drogas es minoritario en estas edades pero los expertos consideran que es una etapa clave para prevenir los problemas vinculados a su consumo.

Con la intención de promover y reforzar actitudes contrarias a las drogas y evitar (o al menos retardar) su consumo, LA BARRA se aplicará en diferentes servicios comunitarios (como por ejemplo plaza de deportes), que los participantes visitarán fuera del horario escolar.

LA BARRA se aplicará en 8 sesiones, a lo largo de los meses de (especificar) y se completa con una fiesta de cierre. En la sesión inicial, de presentación y entrega del material, que tendrá lugar el día (fecha) también estarán invitados los padres, igual que lo estarán en la fiesta de cierre. Todos los participantes recibirán un álbum de figuritas. Las figuritas se conseguirán gratuitamente participando en el programa. A la vez, todos los niños y niñas podrán participar en un sorteo final de premios.

Próximamente, sus hijos recibirán también una carta invitándolos a participar en LA BARRA, y una ficha de inscripción. Para formalizar la inscripción conviene llenar la ficha y llevarla a (nombre de la institución), antes del día (fecha). LA BARRA es un proyecto compartido por mucha gente. Esperamos y deseamos que también lo sea por ustedes. Por eso los convocamos a animar a sus hijos e hijas para inscribirse y participar.

Anexo 7

MODELO DE CARTA INFORMATIVA PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS

Estimados niños y niñas,

El motivo de esta carta es para invitarlos a participar en el programa LA BARRA, del cual puede ser que hayan oído hablar.

¿Qué es eso de LA BARRA?

LA BARRA es un programa de educación para la salud. Tiene una serie de actividades divertidas que se harán en (nombre de algunas instituciones) y en otros lugares. ¡Ah! también tiene un álbum de figuritas, y también...

¡Pará, pará, no vayas tan rápido! ¿Has dicho un álbum de figuritas?

Sí. Y es gratis. Y las figuritas también te las dan gratis: unas cuantas en cada actividad que, además, son todas muy divertidas.

¿Y cuándo es eso?

Eso será en los meses (precisar datos). Después de la escuela durante ocho días diferentes. El primer día se llevarán el álbum, y unas cuantas figuritas, y alguna cosa más. Y también habrá una fiesta al final de todo. Pero antes te tienes que inscribir.

¿Y cómo tengo que hacer?

Tienes que llenar la ficha que viene con la carta y dejarla en (nombre de la institución), antes del día (precisar la fecha). Pero no esperes a última hora, ¡eh!

Ah, además, los que hagan todas las actividades participarán en un sorteo especial y... ¡esperen! ¿Adónde van todos corriendo?



Anexo 8

REGISTRO DE CONTROL DE ASISTENCIA A LAS SESIONES

FECHA:	ENTIDAD O SERVICIO:		
GRUPO:	MONITOR/A:		
SESIÓN N°:	OPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:		

Nombre y Apellido		Asistencia	
		Sí	No
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
TOTAL DE INSCRITOS:		TOTAL DE ASISTENTES:	

Anexo 9

SERVICIO DE SOPORTE EN LA APLICACIÓN DE LA BARRA

El Instituto de Educación Popular “El Abrojo” facilita el acceso a los materiales del programa LA BARRA. Además, pone a disposición de quienes apliquen o se propongan aplicar este programa, un servicio de asesoramiento técnico gratuito para atender consultas puntuales. Este asesoramiento se llevará a cabo de forma virtual, telefónica y, en caso de ser necesario, de manera presencial.

Será bienvenida cualquier información u observación relacionada con la utilización del programa. Para ponerse en contacto con este servicio, dirigirse a:

SERVICIO DE ASESORAMIENTO TÉCNICO DEL PROGRAMA LA BARRA

- Correo postal: IEP EL ABROJO - Soriano 1153. Montevideo. Uruguay.
- Telefax: (02) 903 01 44 – (02) 900 91 23
- Correo electrónico habilidadesparalavida@elabrojo.org.uy

El IEP El Abrojo también se encargará de la presentación de LA BARRA en donde se aplicará, así como también de las actividades de formación y evaluación inherentes a su implementación.

Asimismo, puede establecer acuerdos con entidades interesadas para gestionar la implementación del programa en territorios concretos.

Anexo 10

CUENTO: LA VERSIÓN DEL LOBO

Caperucita Roja - La versión del Lobo⁶ **Autor Anónimo**

El bosque era mi hogar. Yo vivía allí y me gustaba mucho. Siempre trataba de mantenerlo ordenado y limpio.

Un día soleado, mientras estaba recogiendo las basuras dejadas por unos turistas sentí pasos. Me escondí detrás de un árbol y vi venir una niña vestida en una forma muy divertida: toda de rojo y su cabeza cubierta, como si no quisiera que la vieran. Andaba feliz y comenzó a cortar las flores de nuestro bosque, sin pedir permiso a nadie, quizás ni se le ocurrió que estas flores no le pertenecían. Naturalmente, me puse a investigar. Le pregunté quién era, de dónde venía, a dónde iba, a lo que ella me contestó, cantando y bailando, que iba a casa de su abuelita con una canasta para el almuerzo.

Me pareció una persona honesta, pero estaba en mi bosque cortando flores. De repente, sin ningún remordimiento, mató a un mosquito que volaba libremente, pues también el bosque era para él. Así que decidí darle una lección y enseñarle lo serio que es meterse en el bosque sin anunciarse antes y comenzar a maltratar a sus habitantes.

La dejé seguir su camino y corrí a la casa de la abuelita. Cuando llegué me abrió la puerta una simpática viejecita; le expliqué la situación. Y ella estuvo de acuerdo en que su nieta merecía una lección. La abuelita aceptó permanecer fuera de la vista hasta que yo la llamara y se escondió debajo de la cama.

Cuando llegó la niña la invité a entrar al dormitorio donde yo estaba acostado vestido con la ropa de la abuelita. La niña llegó sonrojada, y me dijo algo desagradable acerca de mis grandes orejas. He sido insultado antes, así que traté de ser amable y le dije que mis grandes orejas eran par oír la mejor.

Ahora bien, me agradaba la niña y traté de prestarle atención, pero ella hizo otra observación insultante acerca de mis ojos saltones. Ustedes comprenderán que empecé a sentirme enojado. La niña tenía bonita apariencia pero empezaba a serme antipática. Sin embargo pensé que debía poner la otra mejilla y le dije que mis ojos me ayudaban para verla mejor. Pero su siguiente insulto sí me encolerizó. Siempre he tenido problemas con mis grandes y feos dientes y esa niña hizo un comentario realmente grosero.

Sé que debí haberme controlado pero salté de la cama y le gruñí, enseñándole toda mi dentadura y diciéndole que eran así de grandes para comerla mejor. Ahora, piensen ustedes, ningún lobo puede comerse a una niña. Todo el mundo lo sabe. Pero esa niña empezó a correr por toda la habitación gritando y yo corría atrás de ella tratando de calmarla. Como tenía puesta la ropa de la abuelita y me molestaba para correr, me la quité pero fue mucho peor. La niña gritó aun más. De repente, la puerta se abrió y apareció un leñador con un hacha enorme y afilada. Yo lo miré y comprendí que corría peligro, así que salté por la ventana y escapé.

Me gustaría decirles que este es el final del cuento, pero desgraciadamente no es así. La abuelita jamás contó mi parte de la historia y no pasó mucho tiempo sin que se corriera la voz de que yo era un lobo malo y peligroso. Todo el mundo comenzó a evitarme.

No sé qué le pasaría a esa niña antipática y vestida en forma tan rara, pero sí les puedo decir que yo nunca pude contar mi versión. Ahora ustedes ya la saben.

⁶) En: www.7calderosmagicos.com.ar/Druida/Cuentos/Clasicos/caperucitaverlobo.htm

Anexo 11

SITUACIONES PROBLEMA

Los amigos de Juan pasan a buscarlo para ir a jugar a la plaza pero él tiene que hacer los deberes. A Juan le gusta mucho ir a la plaza pero sabe que los deberes los tiene que terminar antes de la merienda, porque hoy es el cumpleaños de su abuela y por eso no va a tener tiempo después.

Diego (de 12 años) y Carlitos (de 10 años) son hermanos. A la hora de la merienda a los dos les gusta mirar la tele, pero programas diferentes. A Carlitos le encantan los dibujos animados pero a Diego le interesa más ver deportes. La discusión siempre termina en que la mamá viene y apaga la tele, pero hoy decidió dejar que lo resolvieran ellos.

Anexo 12

ORIENTACIONES PARA EL DEBATE SOBRE LA PUBLICIDAD

La publicidad utiliza técnicas de comunicación de masas para influir sobre grupos de personas, más o menos homogéneos (niños, adolescentes, jóvenes, hombres, mujeres, etc.) en tanto que potenciales compradores del producto publicitado, para hacer que sientan la necesidad de comprarlo. Las funciones de un anuncio son:

1. Atraer la atención del público. Despertando la curiosidad con los colores, la música, etc. Haciendo extravagancias. Utilizando el sentido del humor. Con publicidad indirecta, como suele pasar con el tabaco y el alcohol para superar la prohibición de hacer publicidad de estos productos. Por ejemplo: patrocinando actividades para los jóvenes (torneos en la playa, conciertos, concursos de diseño, etc.). Esta manera de publicidad es muy sutil (hace ver que anuncia otra cosa) y, por tanto, es difícil evitar sus efectos.
2. Hacer que el público se interese por el producto. Haciendo que resulte familiar al verlo por todos lados. Cambiando la presentación para que parezca un producto nuevo. Induciendo a probarlo. Ejemplo: regalarlo para probar, ofreciendo muestras gratuitas, etc.
3. Despertar el deseo de tenerlo. La publicidad puede incorporar elementos informativos, pero sus efectos sobre los consumidores no se derivan de la información que facilita, sino de la asociación que hace del producto anunciado con determinadas necesidades psicológicas de los destinatarios del anuncio, como las de estima, de poder, de autoestima, de seguridad, de realización, etc.
4. Provocar la acción de compra del producto. A nadie le agrada reconocer que ha comprado una cosa influenciado por la publicidad. Pero muchas veces se es consciente de actuar según su influencia. Se prefiere pensar que cuando se compran las cosas se hace de una manera racional, valorando la utilidad, la calidad, el precio, etc. Pero lo cierto es que la publicidad funciona. Las grandes empresas invierten cada vez más dinero en publicidad porque saben que es una manera efectiva de aumentar las ventas y aumentar ganancias. Es más, el costo que supone la publicidad sobre el precio del producto lo acaba pagando el comprador.