



# DA UN PASO ENFRENTA SI...

**Objetivo:** Los alumnos reflexionarán sobre el entorno que los rodea y de cómo este influye en la toma de decisiones, mediante una dinámica de introspección dirigida por el agente preventivo.

**Tiempo:** 20 minutos.

**Materiales:** Ninguno.

## Listado de actividades:

- Para esta actividad será importante crear previamente un ambiente de confianza y seguridad para los adolescentes.
- Para iniciar, se reflexionará con los alumnos respecto al fácil acceso del alcohol en la sociedad. El agente preventivo deberá lograr empatía con los alumnos para que sean honestos en la actividad y funcione correctamente.
- En un espacio abierto, el agente pedirá a los adolescentes que hagan una fila viendo hacia el frente. Les pedirá que cierren los ojos y les dará la instrucción de dar un paso al frente si han hecho o vivido la situación que se les mencione. Nota: Será importante hacer mucho énfasis en que no abran los ojos en ningún momento de la actividad, de lo contrario, no se generará un ambiente de confianza en donde sean honestos.
- Se puede iniciar con una frase de prueba generada por el agente preventivo para asegurarse de que se ha entendido la instrucción. Algunos ejemplos: “Da un paso enfrente si no te gustan las matemáticas”, “Da un paso enfrente si prefieres ver series que películas”, “Da un paso enfrente si te gustaría ser influencer”.
- Ya comprendida la instrucción, los alumnos regresarán al punto de partida y el agente mencionará las situaciones. Para alcohol: “Da un paso enfrente si..”
  - ❖ *Has visto o conoces a alguien que cuando toma, se pone “mala copa”*
  - ❖ *Conoces o has escuchado de alguien con alcoholismo*
  - ❖ *Alguna persona cercana a ti tiene problemas con el alcohol*
  - ❖ *Has probado alcohol alguna vez en tu vida*
  - ❖ *La primera vez que probaste el alcohol fue antes de los 13 años*
  - ❖ *No te imaginas una fiesta sin alcohol*
  - ❖ *Te has puesto borracho alguna vez y has sentido las reacciones del alcohol en tu cuerpo*
  - ❖ *Te han ofrecido otras drogas a parte del alcohol*



- ▶ Para otras drogas: “Da un paso enfrente si..”
  - ❖ **Has tenido alguna vez una droga frente a ti**
  - ❖ **Alguna vez te han ofrecido cualquier droga**
  - ❖ **Alguna persona cercana a ti consume drogas**
  - ❖ **Conoces a alguna persona con adicción a las drogas**
  - ❖ **Si has probado alguna droga al menos una vez en la vida**
  - ❖ **La primera vez que probaste una droga fue antes de los 13 años**
  
- ▶ Para tabaco: “Da un paso enfrente si..”
  - ❖ **Tienes amigos de tu edad que fuman cigarro o vape**
  - ❖ **Alguno de tus padres fuma tabaco o vape**
  - ❖ **Conoces a alguna persona adicta al tabaco o vape**
  - ❖ **Tienes a algún familiar cercano que identifiques que su casa siempre huele a tabaco**
  
  - ❖ **Te han ofrecido tabaco o vape**
  - ❖ **Has probado alguna vez en tu vida un cigarro o vape**
  
- ▶ El agente preventivo pedirá a los alumnos que abran los ojos para visualizar qué tan adelante quedaron. Nota: Importante aclarar que no deben compararse con nadie más, que aquí lo que debe de importarles es el propio proceso. Después de esto, pedir que regresen a sus lugares.
  
- ▶ Si el auditorio tiene más de 20 alumnos, se recomienda que la actividad se realice de otra manera. Para una situación así, hay dos opciones (en ambas pedir que cierren los ojos):
  - ❖ **1) El agente pedirá que levanten los 10 dedos y vayan bajando uno si les ha sucedido o han experimentado dicha situación.**
  - ❖ **2) Mencionar una a una las situaciones y pedir que levanten la mano si la han vivido. Como agente preventivo, deberás hacer e incluso anotar en el pizarrón un conteo rápido de las personas que levantaron la mano por cada situación. Al final, en la reflexión se darán los números que se contaron en cada una para que visualicen los resultados cuantitativamente.**



- ▶ El agente hará la **reflexión final**. Deberá mencionar que, mientras más adelante terminen, más expuesto están a las drogas y a sufrir las consecuencias directas o indirectas. Es elección de ellos si continúan exponiéndose a que algún día caigan en la tentación, o ahora que ya identificaron lo expuestos que están, tomar acción y alejarse de esos momentos en lo que podrían caer.