



# FRASCO DE PRIORIDADES

**Objetivo:** Los adolescentes descubrirán la importancia de priorizar actividades, momentos y personas, para enfocarse en lo importante de su vida, dejando fuera las amenazas, como las drogas.

**Tiempo:** 30 minutos.

## Materiales:



5 frascos medianos que permitan ver al interior. Pueden ser frascos reutilizables, por ejemplo: de mayonesa



Piedras de aproximadamente 5cm de diámetro, o bolas de papel reciclable



Piedras de aproximadamente 3cm de diámetro, o bolas de papel reciclable de ese tamaño



Arena



Pluma

## Listado de actividades:

- ➡ El agente preventivo dividirá al grupo en 5 equipos y le entregará un frasco a cada equipo.
- ➡ Los demás materiales: piedras o bolas de papel y arena se quedarán en el escritorio. Un representante de cada equipo podrá ir por ellos cuando lo indique el agente.
- ➡ El agente explicará que deben meter todos los materiales en el frasco y el equipo que lo haga más rápido y mejor, gana.
- ➡ Dejará que cada equipo haga su trabajo y les dará aproximadamente 5 minutos.
- ➡ Al finalizar el tiempo, cada equipo tendrá unos minutos para explicar el procedimiento utilizado para meter todos los materiales en un solo frasco.
- ➡ Después de la explicación, el agente preventivo podrá guiar una reflexión respecto a que el frasco representa la vida, si ellos tienen muchas personas y actividades importantes que les gustan, es válido y realista. El reto de la vida es aprender a acomodar todo para que quepan las personas y las actividades importantes, incluyendo las que gustan y las que no, pero que SON NECESARIAS, como la escuela o los deberes de la casa. La arena es aquello que gusta, como los pasatiempos, si metemos pura arena al inicio, no va a haber espacio para meter las piedras de diferentes tamaños que simbolizan por ejemplo la escuela, los papás u otra persona o actividad necesaria en la vida. Si en cambio se mete primero lo más grande e importante y se continúa metiendo los demás materiales mientras reducen su tamaño e importancia, se podrá incluir a todas las personas y actividades en la vida.



- 💡 Cabe destacar que, en ocasiones, habrá que dejar cosas fuera, para que quepa el resto o lo más necesario. De estas personas o actividades que se queden fuera, es mejor que sean aquellas que no suman realmente al proyecto de vida, a la realización y felicidad de cada uno. Es mejor meter en el frasco aquello que sí suma y nos permite ser felices no solo de manera inmediata, sino también en el futuro.”
- 💡 Como último paso, se pedirá a los alumnos que identifiquen qué nombre de persona o actividad quieren que simbolice cada piedra (grandes y pequeñas), hasta llegar a la arena. Podrán hacerlo en una hoja reciclable o un cuaderno destinado para todas las actividades preventivas.