



MI MAPA DE LOS SUEÑOS – METAS

Temática: Todas las drogas

Objetivo: El alumno diseñará planes a corto, mediano y largo plazo para plantearse metas alcanzables, mediante la creación de un collage con imágenes.

Tiempo: 45 minutos.

Materiales:



Libreta/hojas



Tijeras



Pegamento



Cartulina



Lapiceros o crayolas



Revistas, periódico o internet e impresora.

Listado de actividades:

- ▶ El agente comenzará con una explicación sobre la importancia de tener un plan de vida. Para ello se apoyará de una reflexión a raíz de las siguientes preguntas:
 - ▷ **¿Para mí qué significa ser feliz? ¿Qué necesito para ser feliz?**
 - ▷ **¿Qué es lo mínimo con lo que puedo empezar a ser feliz? ¿Qué puedo hacer para construir mi felicidad desde ahora y lograrla en 1, 3 y 5 años?**
 - ▷ **¿Cómo puedo seguir siendo feliz de grande? ¿Me veo con un oficio, trabajo, familia, viviendo dónde?**
 - ▷ **¿Tengo planteada alguna meta en concreto (a corto, mediano, largo plazo)?**
- ▶ El agente pedirá al alumno que las responda con palabras clave. Una vez teniendo esas respuestas, se le pedirá al alumno plasmarlas ahora con imágenes, recortes y dibujos en la cartulina.
- ▶ Una vez terminado el pequeño collage, se le pedirá que dibuje flechas entre las representaciones que están relacionadas entre sí, y que sobre las flechas escriba palabras que le permitan esa unión para cumplir sus sueños. Así, visualmente lo tendrán a modo de “ruta” para llegar a la meta.



- ▶ Ahora, se le pedirá que escriba la temporalidad que estima para ir construyendo los pasos que se ha planteado, pues “lo que diferencia a una meta de un sueño, es que las metas tienen fecha de caducidad”. Ya sea en cantidad de meses, edad de su vida, o grado escolar en el que se encuentre.
- ▶ Una vez terminado el mapa, se explicará al alumno que aparecerán amenazas externas que quieran atacar o destruir ese mapa de los sueños. Se le pedirá que nombre algunas amenazas y si por él mismo nombra las drogas, se continúa con la explicación. En caso de que no lo haga, el agente preventivo deberá mencionarlas y explicar cómo pueden acortar el plan de vida y destruir las metas. Por ello la importancia de no dejar que entren y de tener la mente fija en los sueños y METAS que se tienen.
- ▶ Finalmente, el alumno deberá anotar en la parte de atrás de su cartulina cómo evitar que las drogas sean ese obstáculo para frenar sus metas y sueños.

Variante sugerida: Para lograr un mayor impacto, se invita a que el agente preventivo también realice su mapa de los sueños a la par del alumno, para que se sienta más acompañado; pero en el punto 5, con la llegada de las drogas o adicciones, el agente preventivo DEBERÁ ROMPER SU PROPIO MAPA DE LOS SUEÑOS, argumentando que, si él/ella permitiera la entrada de una droga, su mapa de los sueños, se esfumaría en ese momento.