



ASOCIACIÓN VIEIRO

EL TRIÁNGULO DE LA SALUD

Curso de prevención para alumnado Educación Secundaria

1.- Presentación y justificación

2.- Objetivos

3.- Población destinataria

4.- Metodología

5.- Contenidos

6.- Lugar de celebración

7.- Duración



ASOCIACIÓN VIEIRO

1.- PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Existe evidencia empírica de que las experiencias en el campo de la prevención, centradas en técnicas de intervención ampliamente contrastadas y que emergen del conocimiento e identificación de los factores de riesgo asociados con el consumo de drogas, son las que ofrecen resultados más prometedores. Por eso, el curso “El triángulo de la Salud” de Educación Secundaria, combina el entrenamiento en habilidades de resistencia con el entrenamiento en habilidades personales y sociales más generales, partiendo del supuesto de que mejorar en los adolescentes la competencia personal y social reducirá su tentación al consumo de drogas y otras conductas de riesgo como la adicción a las nuevas tecnologías. La susceptibilidad ante las influencias negativas del entorno pueden reducirse aumentando la autoestima, el autocontrol y la autoconfianza del/a adolescente para alcanzar una serie de objetivos y metas en la vida incompatibles con el consumo. La adquisición de una serie de habilidades personales y sociales adecuadas juegan un papel muy importante en el ajuste psicológico y en el desarrollo psicosocial del/a adolescente. Esto se complementa con la información sobre los efectos y los riesgos del consumo de sustancias basada en datos científicos y adaptadas a cada etapa evolutiva.

2.- OBJETIVOS

Partiendo del análisis de los factores psicosociales que conducen al consumo de sustancias, este curso tiene como objetivo fundamental proporcionar a los/as jóvenes las habilidades necesarias para enfrentarse adecuadamente a las influencias sociales que incitan al consumo de sustancias y el mal uso de las nuevas tecnologías (medios de comunicación, consumo en la familia) y muy en especial, a la presión del grupo de amigos/as, dada la intensidad con que esta actúa durante la adolescencia. Entre los objetivos generales se encuentran:



ASOCIACIÓN VIEIRO

- Proporcionar a los/as alumnos/as las habilidades necesarias para el desarrollo de la vida diaria.
- Dotar de conocimientos básicos para la utilización de las nuevas tecnologías de un modo saludable y responsable.
- Informar sobre los efectos y los riesgos asociados al consumo de sustancias.
- Retrasar la edad de inicio en el consumo de sustancias.

3.- POBLACIÓN DESTINATARIA

La población destinataria del curso es el alumnado de 1º, 2º, 3º, 4º y FP Básica.

4.- METODOLOGÍA

Para conseguir los objetivos del curso utilizaremos una metodología caracterizada por ser, activa (a mayor participación del alumnado, mayor aprovechamiento del curso), constructiva (sirviendo de guía para un conocimiento más adecuado) e interactiva (fomentando la cohesión grupal y una buena relación con el/a educador/a).

Cada unidad temática contiene una meta principal, una serie de objetivos específicos y actividades para ser trabajadas en el aula.

5.- CONTENIDOS

El curso “El triángulo de la Salud” consta de 9 sesiones distribuidas en tres bloques temáticos:

- 1.- **Me quiero**: consta de 5 sesiones sobre habilidades personales y sociales.



ASOCIACIÓN VIEIRO

2.- **Clikeando**: con 2 sesiones que tienen como finalidad la utilización de las novas tecnologías de un modo saludable y responsable.

3.- **Con Sumo Cuidado**: en el que se trabajan 2 sesiones a través de las que se pretende facilitar información sobre las distintas sustancias adictivas a las que los niños/as puedan tener acceso.

6.- LUGAR DE CELEBRACIÓN

Centros de Educación Secundaria

7.- DURACIÓN

9 sesiones semanales de 50 minutos de duración.