



**Programa prevención del consumo de drogas en
habilidades para la vida en los estudiantes de la I.E.
Túpac Amaru, La Victoria - 2017**

TESÍS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Educación

AUTOR:

Br. Ofelia Beatriz Soria Meza

ASESOR:

Dr. Ángel Salvatierra Melgar

SECCIÓN:

Educación e idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovación pedagógica

PERÚ - 2017

Dra. Rosalia Zarate Barrial
Presidente

Dra. Estrella Esquiagola Aranda
Secretaria

Dr. Ángel Salvatierra Melgar
Vocal

Dedicatoria

A mi padre que está en el cielo.

A ti Áurea por ser el ángel que cuida a
mi familia.

Y a mis tres grandes amores, mis hijos.

Agradecimiento

A Dios por las bendiciones recibidas y a la Universidad César Vallejo por permitirme hacer realidad mi sueño.

A mi madre por tanto cariño.

A mis suegros por ser mi ejemplo de superación.

Declaratoria de autenticidad

Yo, Ofelia Beatriz Soria Meza, estudiante del Programa de Maestría en Educación, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, identificada con DNI 09966615, con la tesis titulada “Programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en los estudiantes de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017”.

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Los Olivos, 17 de agosto del 2017



.....
Br. Ofelia B. Soria Meza

DNI 09966615

Presentación

La presente investigación trata sobre la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru; la población escolar de esta investigación se encuentra en riesgo de diferentes problemas sociales como por ejemplo el consumo de drogas, cabe resaltar la ubicación de la institución es el distrito de La Victoria cerca al emporio comercial de Gamarra y la Parada. La población escolar proviene de diferentes distritos como Comas, Santa Anita, San Juan de Miraflores, Ate; en fin no todos son de La Victoria sin embargo la mayoría posee las mismas características como: estudiantes de bajos recursos económicos, provienen de hogares disfuncionales entre otros. Por lo que se tomó la iniciativa de elaborar un Programa prevención del consumo de drogas para desarrollar 5 habilidades para la vida las cuales son: Conocimiento de sí mismo, comunicación asertiva, toma de decisiones, solución de problemas y pensamiento crítico. Además dicho programa se desarrolló en base a 10 sesiones. Se ha tenido en cuenta en el desarrollo de las sesiones las proyecciones de videos, dinámicas grupales y diferentes técnicas que le permitieron a los estudiantes y a la docente interactuar, tratando en todo momento que los aprendizajes obtenidos sean significativos y les sirva en todo momento de su vida.

El trabajo está estructurado en 8 capítulos:

Primero: La introducción. Conformado por los antecedentes, fundamentación científica, técnica o humanística, justificación, problema, hipótesis y objetivos.

Segundo: Marco metodológico: Que contiene la variable, definición operacional, metodología, tipo de estudio, diseño, población, muestra y muestreo, técnicas e instrumentos de recolección de datos y métodos de análisis de datos.

Tercero: Resultados: Donde se consignan los resultados estadísticos, de esta investigación.

Cuarto: Discusión: Donde figura la contrastación de ideas con los antecedentes.

Quinto: Conclusiones: Aquí se señala la comprobación o no de las hipótesis.

Sexto: Recomendaciones: Se plantean sugerencias con respecto a la mejora del trabajo de investigación.

Séptimo: Referencias: Relación de fuentes bibliográficas utilizadas en la redacción del presente trabajo.

Octavo: Anexos: Se consideró pertinente lo siguiente colocar la matriz de consistencia, la constancia emitida por la institución acreditando la realización del estudio in situ, la matriz de datos, el instrumento, el formato de validación del instrumento, el programa que se desarrolló, la listas de cotejo de la evaluación y el artículo científico.

Se ha tomado información de diversos autores nacionales e internacionales que han realizado investigaciones sobre los temas que se han tratado. Para finalizar agradezco la atención al presente trabajo.

Índice

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	viii
Índice de tablas	x
Índice de figuras	xii
Resumen	xiv
Abstract	xv
I Introducción	16
1.1. Antecedentes	17
1.1.1. Antecedentes Nacionales	17
1.1.2. Antecedentes internacionales	19
1.2. Fundamentación científica ,técnica o humanística	20
1.2.1. Marco teórico	20
1.2.1.1 Habilidades para la vida	20
1.2.1.2 Programa preventivo	33
1.2.2. Marco conceptual	40
1.3. Justificación	44
1.3.1. Justificación teórica	44
1.3.2. Justificación práctica	45
1.3.3. Justificación metodológica	45
1.3.4. Justificación epistemológica	45
1.4. Problemas	45
1.4.1. Problema general	47
1.4.2. Problemas específicos	47
1.5. Hipótesis	48

1.5.1.	Hipótesis general	48
1.5.2.	Hipótesis específica	48
1.6.	Objetivos	49
1.6.1.	Objetivos general	49
1.6.2	Objetivos específicos	49
II.	Marco metodológico	51
2.1.	Variable conceptual	52
2.1.1.	Habilidades para la vida	52
2.1.2.	Dimensiones de las habilidades para la vida	52
2.2..	Definición operacional	53
2.3.	Metodología	56
2.4.	Tipos de estudio	56
2.5.	Diseño	56
2.6.	Población, muestra y muestreo	57
2.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	59
2.8.	Métodos de análisis de datos	63
III.	Resultados	64
IV	Discusión	87
V	Conclusiones	92
VI	Recomendaciones	96
VII	Referencias	99
VIII	Anexos	105
	Anexo 1 Matriz de consistencia	106
	Anexo 2 Constancia in situ	110
	Anexo 3 Matriz de datos	111
	Anexo 4 Instrumento	116
	Anexo 5 Formato de validación de instrumento	119
	Anexo 6 Programa de prevención del consumo de drogas	126
	Cuaderno del estudiante	176
	Anexo 7 Listas de cotejo	204
	Anexo 8 Artículo científico	214

Índice de tablas

Tabla 1. Variable Dependiente: Habilidades para la vida.	55
Tabla 2. Distribución de la población de estudiantes.	58
Tabla 3. Distribución de la muestra.	58
Tabla 4. Niveles y rango.	60
Tabla 5. Expertos durante la evaluación del instrumento de habilidades para la vida.	61
Tabla 6. Confiabilidad del instrumento.	62
Tabla 7. Niveles de comparaciones de habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	65
Tabla 8. Niveles del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria – 2017.	68
Tabla 9. Niveles de comparaciones de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	70
Tabla 10. Niveles de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	73
Tabla 11. Niveles de la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	75
Tabla 12. Niveles del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	78
Tabla 13. Nivel de significación de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	81
Tabla 14. Nivel de significación del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E.	82

Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Tabla 15. Nivel de significación de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	83
Tabla 16. Nivel de significación en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	84
Tabla 17. Nivel de significación en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	85
Tabla 18. Nivel de significación en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	86

Índice de figuras

Figura 1.	Implicaciones de las teorías para el desarrollo de las habilidades de la vida.	29
Figura 2.	10 Habilidades para la vida de acuerdo a Melero J. (2010)	30
Figura 3.	Por qué hacer la prevención de las drogodependencias en la escuela.	35
Figura 4.	Niveles de comparaciones de habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	66
Figura 5.	Comparaciones de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	67
Figura 6.	Niveles del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017	68
Figura 7.	Comparaciones del nivel del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria – 2017	69
Figura 8.	Niveles de comparaciones de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	71
Figura 9.	Comparaciones de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	72
Figura 10.	Niveles de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	73
Figura 11.	Comparaciones de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	74

Figura 12. Niveles de la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	76
Figura 13. Comparaciones la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	77
Figura 14. Niveles del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	78
Figura 15. Comparaciones del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	79

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru.

El enfoque fue cuantitativo, el tipo de investigación fue aplicada, con un tipo de estudio experimental y con diseño cuasiexperimental. En cuanto a la metodología utilizada fue el método científico y el hipotético deductivo. La población estuvo conformada por 60 estudiantes del 2º grado de la cual se tomó una muestra de 40 estudiantes (20 de 2º A y 20 de 2º B), se utilizó como instrumento un test de 5 habilidades para la vida con alternativas tipo Likert que para su validación se tomó una muestra representativa de 20 estudiantes donde se aplicó la prueba piloto la cual fue procesada por el sistema SPSS arrojando un resultado de 0,811 lo cual indica una alta confiabilidad con el coeficiente Alfa de Crombach y para la validación fue por un juicio de 3 expertos que determinaron la validez de contenido.

Con los resultados se demuestra que el programa prevención del consumo de drogas sí influyó en las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, del cual se tiene como valor de la z_c que se encuentra por encima del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$. En la investigación realizada se tuvo en cuenta 5 dimensiones que fueron: conocimiento de sí mismo, comunicación asertiva, toma de decisiones, solución de problemas y pensamiento crítico; solamente la dimensión 1 de conocimiento de sí mismo no fue significativa a diferencia de las otras 4 que si fueron significativas.

Palabras claves: Habilidades para la vida - prevención del consumo de drogas – programa

Abstract

This investigation had a mission to determinate the influence of the drug prevention program on life skills of the I.E. Túpac Amaru's sophomores. The approach was quantitative, the type of research was applied, with an experimental type of study and a quasi-experimental design.

With regard to methodology applied, it was the scientific and the deductive hypothetical method. The population was conformed by 60 sophomores of whom 40 students were taken into account for the sampling (22 from 2nd A and 20 from 2nd B), a Likert alternatives test of 5 life skills was taken as an instrument, which in turn was validated by a 20 students representative sample where the pilot test was applied, this test was processed by the SPSS system where it gave a result of 0,811 which means a high reliability with the Alfa de Crombach coefficient; for validation, the opinion of three experts who determined the validity of the content was taken into account.

The results show that the drug prevention program did influence the sophomore year Tupac Amaru students' life skills where the value of z_c is above the critical level, $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) and $p=0,000$ is less than 0,05. The research carried out took into account 5 dimensions that were: self-knowledge, assertive communication, decision making, problem solving and critical thinking; Only the dimension 1 of self-knowledge was not significant unlike the other 4 that were significant.

Keywords: Life skills- prevention of drug use - program

I. Introducción

1.1 Antecedentes

1.1.1 Antecedentes Nacionales

Saravia (2016) en su tesis *Habilidades para la vida y agresión en adolescentes infractores recluidos en un centro de rehabilitación de Lima*, cuyo objetivo general fue determinar la relación que existe entre ambas variables, el tipo de investigación es no experimental transversal con un diseño correlacional. La población es de 789 adolescentes recluidos en el Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima, la muestra estuvo constituida por 120 adolescentes infractores que se encontraron en el Programa Socioeducativo de Modalidad Medio Cerrado-Programa III Mahatma Ghandi de dicho centro juvenil y el muestreo fue censal. Los instrumentos utilizados fueron: un Test elaborado en base a las 10 habilidades para la vida y el cuestionario de Agresión de Buss y Perry (QA) versión adaptada por Matalinares et al (2009). La escala empleada fue de tipo Likert. Se llegó a la conclusión que Habilidades para la vida en total, comparando la muestra de estudio con la población infractora presentan un nivel muy bajo (84,2%) lo que indica que estos adolescentes no cuentan con Habilidades para la vida desarrolladas y con respecto a la agresión total presenta un nivel muy alto (95,8%), lo cual indica que los adolescentes presentan características agresivas.

Choque y Chirinos (2009) en su investigación *Eficacia del programa de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica*, realizaron una investigación experimental con preprueba y posprueba con un grupo de control no equivalente; su muestra fue 264 estudiantes adolescentes, las variables estudiadas fueron: comunicación, asertividad, toma de decisiones, sexo y edad. Obteniendo como resultado que hubo un incremento significativo en el desarrollo de habilidades de comunicación y asertividad en los estudiantes del grupo experimental. No se encontraron diferencias significativas en el desarrollo de la habilidad de toma de decisiones y autoestima.

Neri (2012) en su tesis tiene el objetivo general es la de determinar la prevalencia del consumo de drogas y su repercusión en el rendimiento académico

en los estudiantes de la Universidad "José Faustino Sánchez Carrión" de Huacho. El tipo de investigación es descriptiva correlacional. Es una investigación social que se conoce como triangulación con un diseño no experimental; la muestra estuvo constituida por 67 estudiantes del III, IV, VI, VII, VIII, IX y X de la especialidad de matemática, física e informática de dicha universidad. Los instrumentos utilizados fueron: guías de observación, rendimiento académico, cotejo de conductas y encuestas. Llegó a la conclusión que las sustancias psicoactivas de mayor consumo por los jóvenes universitarios son las sustancias legales como el alcohol y el tabaco con un 28.4% de prevalencia y el 14.9% de estudiantes prefieren solo tabaco. El alcohol seguida de la cocaína y la marihuana son las que producen consecuencias mayores que ponen en riesgo la salud, accidentes de tránsito, conductas violentas, etc. Finalmente se determina que si existe repercusión del consumo de alcohol y drogas en el rendimiento académico de los estudiantes.

Acuña, Facho y Velásquez (2015) en su tesis realizaron la presente investigación titulada: *"Efectividad de un Programa educativo para fortalecer las Habilidades Sociales en niños en edad escolar en una LE. Chiclayo - 2014"*, cuyo objetivo general fue determinar la efectividad de un programa educativo para fortalecer las habilidades sociales en niños en edad escolar. El estudio es cuasi experimental, con enfoque cuantitativo. La muestra se obtuvo por conglomerados conformado por 131 escolares. El instrumento utilizado fue el Test de Habilidades Sociales del MINSA con sus 4 habilidades: comunicación, asertividad, autoestima y toma de decisiones; con el análisis de las habilidades les permitió identificar qué habilidad estaba más desarrollada y cuál estaba en menos desarrollada o en equilibrio. Los resultados señalaron que antes del programa las habilidades sociales que presentaron bajos porcentajes fueron: toma de decisiones, autoestima, asertividad y comunicación, posteriormente mejoraron significativamente luego de la aplicación. Para el análisis estadístico se aplicó la prueba "t" de student, considerándose altamente significativas. Llegando a la conclusión que el programa educativo, fue efectivo y por lo que determinaron que se debería seguir desarrollando este tipo de programas con nuevas estrategias para mejorar las habilidades sociales en los niños en edad escolar.

1.1.2 Antecedentes Internacionales

Morales, Benítez y Agustín (2013) en su tesis *Habilidades para la vida (cognitivos y sociales) en adolescentes de una zona rural con un enfoque basado en habilidades para la vida* que permite desarrollar competencias psicosociales específicamente en habilidades sociales y cognitivas, esta investigación es cuantitativa con diseño preexperimental con alcance descriptivo - correlacional. Siendo su objetivo fortalecer habilidades cognitivas y habilidades sociales, a través de la implementación de dos programas de intervención psicoeducativa. La muestra estuvo constituida por 96 adolescentes que abarcaban los tres grados de una secundaria técnica de la localidad de Tirindaro; se utilizaron 3 instrumentos: la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. Los resultados arrojaron una mejora en habilidades sociales; además de encontrar asociación entre habilidades sociales avanzadas y autoeficacia, así como en afrontamiento activo con las habilidades sociales; no se observaron cambios en autoeficacia ni afrontamiento. Concluyeron que el programa fue efectivo al mejorar las habilidades sociales de los adolescentes; pero, se requiere de mayor tiempo para mejorar el desarrollar las habilidades cognitivas, por las condiciones de la zona rural.

Pérez (2013) en su tesis *Habilidades para la vida y uso de anticonceptivos por tipo de pareja sexual en adolescentes* cuyo objetivo fue identificar las diferencias en el nivel de conocimientos y creencias sobre sexualidad, y habilidades en la toma de decisiones y comunicación asertiva, de acuerdo al uso y frecuencia de anticoncepción por tipo de pareja sexual, regular u ocasional, trabajó con una muestra de 386: 168(43,5%) hombres y 218 (56,5%) mujeres estudiantes del estado de Morelos (México), además fueron seleccionados de forma aleatoria. Para medir las habilidades se utilizaron cuatro escalas validadas previamente que median conocimientos sobre sexualidad, creencias conductuales hacia la sexualidad, habilidades en la toma de decisiones y habilidades para la comunicación asertiva. Se demostró diferencias significativas en el nivel de conocimientos en las habilidades y el uso de métodos anticonceptivos siempre con su pareja sexual regular y sin debut sexual, además que su método de preferencia para no correr riesgos es el condón. Finalmente

se obtuvo diferencias significativas en el nivel de creencias del grupo que se protegió pocas veces, con la pareja sexual ocasional y sin debut sexual, respecto a los que siempre se protegen. La recomendación fue desarrollar programas de prevención con adolescentes de conductas sexuales de riesgo, para que sean conscientes de las consecuencias de sus actos; por lo que dichos programas deben tener un enfoque de habilidades para la vida.

Pérez (2012) en su tesis *Habilidades para la vida y consumo de drogas en adolescentes escolarizados mexicanos*, cuyo objetivo fue validar siete escalas de habilidades para la vida que permitieran identificar si existen diferencias significativas en dichas habilidades en adolescentes estudiantes no consumidores y consumidores de alcohol, tabaco, marihuana e inhalables, para ello se realizó un estudio experimental. La muestra fue seleccionada en forma aleatoria y estuvo constituida por 425 estudiantes del nivel medio superior de una institución privada del Estado de Morelos. Como instrumento elaboraron un cuestionario cuyos ítems fueron sometidos a validación por 6 jueces expertos en el área y para medir el patrón de consumo se utilizaron las mediciones de la Encuesta Nacional de Adicciones (2008). El trabajo de investigación se basa en el enfoque de Habilidades para la vida en el ámbito educativo cuyo objetivo ha sido la prevención de consumo de drogas en niños y adolescentes por Botvin y Griffin (2007). Los resultados mostraron que los estudiantes no consumidores de alcohol, tabaco, marihuana e inhalables obtuvieron diferencias significativas en las habilidades de resistencia a la presión, habilidades de planeación y empatía a diferencia de los consumidores en el último mes; por lo que se concluyó en la necesidad de desarrollar programas de prevención de adicciones para estudiantes adolescentes en un enfoque de habilidades para la vida.

1.2. Fundamentación científica, técnica o humanística

1.2.1. Marco teórico

1.2.1.1. Habilidades para la vida

La OMS en 1999 se refiere así a las capacidades que se debería tener para lograr un comportamiento adecuado y así poder sobrellevar los distintos retos u obstáculos a los que nos enfrentamos diariamente (Mantilla, 2002, p.15).

Generalmente los estudiantes tienen que lidiar con muchos problemas como por ejemplo el consumo de drogas para lo cual es fundamental que hayan desarrollado habilidades para la vida.

Dimensiones de Habilidades para la vida

El conocimiento de sí mismo

La OMS desde 1993 explica que esta habilidad nos facilita el conocernos a nosotros mismos: ¿Cómo somos?, ¿cuáles son nuestras fortalezas y debilidades?, ¿cuáles son nuestras preferencias?; de esta manera se nos va hacer más fácil darnos cuenta de nuestras necesidades para poder sentirnos mejor; así también el desarrollo de esta habilidad nos va ayudar a poder comunicarnos asertivamente, relacionarnos con otras personas y ser aceptados (Mantilla, 2002, p.18). Debemos resaltar que el desarrollo de esta habilidad es fundamental ya que va a permitir que los adolescentes formen su personalidad; valorándose, formando su propio autoconcepto y desarrollando su autoestima.

La comunicación efectiva o asertiva

La OMS desde 1993 manifiesta que con esta habilidad podremos comunicarnos en forma verbal o no verbal de acuerdo a nuestro contexto y en distintas situaciones; lo importante de lograr esta habilidad es que vamos a poder transmitir todo lo que sentimos sin lastimar a nadie (Mantilla, 2002, p.18). Actualmente los adolescentes carecen de esta comunicación y lo evidencian en su día a día involucrándose en diferentes problemas como por ejemplo violencia escolar y consumo de drogas; es muy importante lograr la asertividad en ellos para mejorar la convivencia escolar.

La capacidad de tomar decisiones

La OMS desde 1993 explica que el desarrollo de esta habilidad nos hace responsables de nuestros actos, ya que al decidir tenemos que evaluar diversas situaciones midiendo las posibles consecuencias como el atentar contra nuestra salud (Mantilla, 2002, p.18). Lamentablemente hay que ser realistas sobre el desarrollo de esta habilidad en nuestros estudiantes ya que muchas veces toman

decisiones no visualizando las consecuencias, por lo que muchas veces lastiman a otros y sin darse cuenta se lastiman ellos mismos.

La habilidad para resolver problemas

La OMS desde 1993 manifiesta que el desarrollo de esta habilidad permite la solución de problemas a los que nos enfrentamos diariamente, muchas veces estos están relacionados con la salud y si no se resuelven adecuadamente les puede ocasionar malestares psicológicos (Mantilla, 2002, p. 19). Los adolescentes generalmente resuelven problemas a su manera, muchos de ellos vienen de hogares disfuncionales y de bajos recursos económicos; por lo deciden muchas veces involucrarse en robo de libros, de celulares y consumo de drogas. Este último por ejemplo genera problemas de salud, de aprendizaje, de convivencia, etc. Cabe resaltar que el desarrollo de esta habilidad les podrá facilitar la resolución de sus problemas en forma adecuada.

El pensamiento crítico

La OMS desde 1993 explica que esta habilidad hace que los adolescentes analicen diversas situaciones de su vida, les va a permitir ser más críticos al opinar; principalmente haciendo buen uso de los medios de comunicación y no dejando ser manipulados por sus compañeros (Mantilla, 2002, p. 19). En nuestro país no hay control de los programas emitidos por los medios de comunicación y cae toda la responsabilidad en los padres de familia en controlar eso en sus hogares; pero hay que ser realistas muchas veces ellos no se encuentran en casa por motivos de trabajo y son los adolescentes los que toman las decisiones sobre ¿qué programas ver?, ¿qué diarios o revistas leer?, ¿Qué amigos frecuentar?, es por eso la importancia del desarrollo de esta habilidad ya que los va a ser más críticos en su forma de pensar.

Características de habilidades para la vida

Especificidad cultural

Las habilidades para la vida son propias de cada cultura y se adecuan a los diferentes contextos sociales sin perder su naturaleza con determinadas normas y valores, teniendo en cuenta algunos factores como por ejemplo la condición social (Mantilla, 2001, p. 10), en nuestro país las habilidades para la vida van a contribuir

para que el adolescente se pueda desenvolverse en el medio donde vive con una buena conducta, respetando el derecho de los demás, utilizando un vocabulario adecuado, fomentando los valores para mejorar la convivencia.

Naturaleza genérica de las habilidades psicosociales

Es genérico porque una habilidad va a propiciar el manejo de diferentes momentos en nuestra vida así como las diferentes situaciones de riesgo en la que se encuentre el adolescente. Hay que tener en cuenta que para tener éxito frente a diferentes situaciones problemáticas podremos usar varias habilidades. (Mantilla, 2001, p. 10 y 11). Puede suceder los adolescentes pueden desarrollar una habilidad para enfrentarse a varios problemas, por ejemplo: una buena comunicación asertiva evitará el consumo de drogas, la iniciación precoz de la sexualidad o también el abuso sexual.

No son únicas o exclusivas

Sucede que las habilidades para la vida se encuentran relacionadas teniendo en cuenta que de acuerdo a la circunstancia en la que se encuentren unas tienen más importancia que otras; además que el comportamiento de los seres humanos es muy complejo y que en la práctica todas las habilidades para la vida se van a relacionar (Minsa, 2006, p. 200). Generalmente esto siempre ocurre, que los adolescentes cuando se encuentran frente a cualquier factor de riesgo hacen uso en forma simultánea de diferentes habilidades, como por ejemplo cuando se encuentran en el dilema de aceptar o no la droga que su compañero le invita; que hacen ellos emplean una comunicación asertiva para decir “no”, son críticos frente al consumo de las drogas, toman decisiones correctas para alejarse de ellas y resuelven su problema estratégicamente.

Fundamentos teóricos de las Habilidades para la vida

Teoría del desarrollo infantil y adolescente

Esta teoría recibe el aporte de diversos autores que determinan que los cambios biológicos, sociales y cognitivos van consolidar el desarrollo humano. Si nos referimos a los cambios biológicos es la forma como el adolescente va a reaccionar frente a los cambios hormonales que conllevan a su vez a cambios

tanto físicos como psicológicos es por eso de la importancia de prepararlos para que ellos acepten tal transformación porque engloba tanto la parte emotiva y van a experimentar nuevas sensaciones.

En cuanto al desarrollo humano en cada etapa ellos van a ir adquiriendo aprendizajes y a desarrollar habilidades; pero estos a su vez no van a ser fáciles por ejemplo en la niñez lo toman con mayor naturalidad que en la adolescencia ya que conforme va pasando el tiempo se empiezan a evaluar, van desarrollando su autoconcepto y sus perspectivas del mundo ya no son las mismas.

El desarrollo cognitivo se va adquiriendo por todo un proceso adquirido por la experiencia y que básicamente el conocimiento es producto de la interacción social con su entorno familiar como también de los amigos. Por ende los humanos somos seres sociales, se puede apreciar la importancia de confiar en uno mismo y en los demás.

En cuanto al género y desarrollo se refiere a las diferencias que presentan los hombres y las mujeres, resaltando que el desarrollo no es la misma en ambos sexos, entre los problemas que van a manifestar los adolescentes es cuando empiezan a relacionarse con su sexo opuesto.

El desarrollo moral se refiere a los valores y normas con las el adolescente tiene que aprender a convivir dentro de su contexto social, logrando esta dimensión del desarrollo humano es que ellos van a adquirir sus perspectivas de la moral y la ética (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 16). Con estas ideas con sustento científico se pueden desarrollar habilidades para la vida para lograr el desarrollo humano de los adolescentes inculcando en ellos hábitos positivos para lograr una convivencia escolar ideal con la capacidad de formar su personalidad con sentido común y criterio propio para tomar decisiones.

Teoría del aprendizaje social

Esta teoría propuesta por Albert Bandura en 1977, sostiene que los niños logran diferentes aprendizajes por la observación y por la imitación. Ellos aprenden interactuando con su entorno y observando, pero la reacción positiva o negativa se va a dar de acuerdo a la aceptación en el cambio de conducta o de cómo es recibido tal cambio. El autor también considera la confianza que se debe tener para el manejo y aplicación de estas habilidades en determinadas circunstancias

de la vida manteniendo una conducta adecuada frente a determinadas presiones sociales, es así como el desarrollo de las habilidades no sólo permitirán cambios de comportamiento sino serán cualidades internas de la persona (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 17). Esta teoría si la contextualizamos a la realidad de nuestros adolescentes es acertada, ya que ellos adquieren la mayoría de sus conductas por la observación para luego imitar; ya sean acciones buenas o malas; sin embargo la aceptación de estas hacen que ellos las repitan y si a su lado no hay una persona idónea para orientarlos, estas en vez de ser cualidades serán defectos que contribuirán a la formación de personas con poco valores, insensibles a diferentes circunstancias de la vida y tal vez vulnerables para adquirir adicciones como el consumo de drogas, el pandillaje, la delincuencia, etc.

Teoría de la conducta problemática

Esta teoría fue propuesta por Richard Jessor donde manifiesta sobre el desarrollo de diferentes conductas problemáticas del adolescente como el uso de drogas, la delincuencia y conductas sexuales de menores de edad. Determina 5 categorías de variables psicológicas: sistema de personalidad, del medio ambiente, conductual, el ambiente social y la biológica; si se analiza cada una de ellas se podrá determinar la predisposición de los adolescentes frente a las diversas conductas problemas; por lo que el autor ayudó a promover el desarrollo de habilidades para la vida con nuevas estrategias (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 17). Actualmente los adolescentes manifiestan diversas conductas problemáticas que son consecuencia de diversos factores de riesgo que tienen en su entorno familiar ya que es ahí donde se va formando la base de su personalidad; los estudiantes que manifiestan este tipo de conducta generalmente provienen de hogares disfuncionales, con bajos recursos económicos y su formación es carente de valores; otro factor proviene de su entorno social, quiere decir con quien se relacionan en su barrio, en el colegio y los diversos lugares a donde frecuentan ir. Además que algunos provienen de hogares donde la familia en general o el padre muchas veces se dedica a la delincuencia o son consumidores de alguna droga y como consecuencia ellos adquieren estas malas conductas.

Teoría de la influencia social

Esta teoría se sustenta en los trabajos de Albert Bandura, quien manifestó que los niños y adolescentes son más sensibles bajo presión para caer en conductas de riesgo. Cuando se dice bajo presión, se refiere al poder social que ejercen los medios de comunicación que fomentan el consumo de cigarrillos con publicidad engañosa, la influencia de los pares y la de los padres fumadores. Esto quiere decir que los cambios de conductas de las personas son ocasionados por otras; pero existen programas de influencia social que previenen a los adolescentes sobre la presión que ejercen los medios de comunicación y de esta manera puedan resistir dicha situación (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 18).

Lamentablemente esta teoría es acertada ya que los adolescentes generalmente adoptan conductas aprendidas en su entorno, uno de los más determinantes se puede decir que son los medios de comunicación: como la televisión y los avisos publicitarios; que incitan a que los adolescentes en vez de evitar el consumo de sustancias nocivas para su salud lo hagan ya sea por curiosidad o presión de grupo. Es por eso la gran importancia de los programas preventivos para que los adolescentes puedan estar preparados y resistan las influencias negativas de estos medios desarrollando las habilidades para la vida.

Solución cognitiva de problemas

Este modelo manifiesta la importancia de la enseñanza de habilidades interpersonales de solución cognitiva del problema a temprana edad para así facilitar el desarrollo de estas aptitudes para ponerlas en práctica y poder reducir y prevenir conductas negativas. La experiencia de la enseñanza de estas habilidades hace que los niños que recibieron este entrenamiento sean más capaces en enfrentarse a problemas cotidianos a diferencia de los niños que no lo recibieron (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 18). Este modelo planteado así tiene una razón muy lógica, ya que el desarrollar ciertas aptitudes positivas a temprana edad hacen que los seres humanos se encuentren en la capacidad de enfrentar con mayor facilidad a diferentes problemas que a diario se nos presenta y es que esa es precisamente la finalidad del desarrollo de habilidades para la vida además. Además los docentes que trabajan programas preventivos brindan la enseñanza de habilidades para que los estudiantes solucionen problemas a los

constantemente ellos se ven enfrentados y con el modelo de habilidades para la vida que se encuentra contextualizado en el Programa de prevención del consumo de drogas del Minedu.

Inteligencias múltiples

Esta teoría es sustentada por Howard Gardner quien propone ocho inteligencias humanas: las lingüísticas, lógico matemáticas, musical, espacial, corporal, naturalista, interpersonal e intrapersonal. Se basa en que los seres humanos nacemos con estas inteligencias; sólo que algunas son estimuladas más que otras por ejemplo muchas veces podemos enfrentar un problema en común pero sin embargo cada persona lo resuelve a su manera haciendo uso de la inteligencia que haya desarrollado más. Es importante el conocimiento de estas inteligencias para poder incorporarlas en la enseñanza de las habilidades para la vida para promover la prevención (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 19).

Es necesario tener en cuenta los tipos de inteligencias que propone Gardner y más especialmente cuando un maestro quiere desarrollar un programa preventivo ya que este le puede facilitar el trabajo con sus estudiantes y se hace aún más necesario cuando se quiere trabajar el desarrollo de habilidades para la vida, esto implica que las sesiones sean dinámicas y significativas lo cual se va a lograr si conocemos sus estilos de aprendizaje.

Teoría de la resiliencia y riesgo

Esta teoría determina el por qué algunas personas sobresalen en medio de tantas adversidades de la vida, por lo que manifiesta la existencia de factores internos y externos que favorecen a las personas para su protección y fortalecimiento contra diferentes riesgos que se corren en la vida como por ejemplo la violencia. Estos factores de protección interno podrían ser el autoestima y la aptitud social; los factores de protección externa las relaciones positivas que se podrían dar con la familia, la escuela, etc. (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 19). Esta teoría se puede comprobar en las escuelas ya que existen muchos adolescentes que estudian en un entorno problemático como por ejemplo: el consumo de drogas, estudiantes con pocos valores, agresivos y que no aspiran realizarse como

personas profesionales, y que pese a estos obstáculos ellos surgen logrando sus metas.

Teoría de la psicología constructivista

Esta teoría sostiene que el aprendizaje se produce por la interacción social del individuo como por ejemplo cuando trabaja con sus pares, en grupo socializando con sus compañeros dando su punto de vista y escuchando a los demás. El aprendizaje como se va a dar en un entorno cultural y es imposible lograrlo sin la influencia social (Mangrulkar, Whitmany Posner, 2001, p. 21). Esta teoría brinda grandes aportes para el desarrollo de las habilidades para la vida en los estudiantes ya que la naturaleza del ser humano es ser sociables, no podemos vivir ni menos aprender individualizándonos, al contrario desde niños aprendemos en grupo interactuando con nuestro entorno por lo que muchas de nuestras experiencias se hacen significativas. Actualmente en nuestras escuelas los docentes hacemos uso y fomentamos la socialización; en la enseñanza de las habilidades para la vida es imprescindible que el docente ponga en práctica dichos conocimientos.

Teoría del desarrollo del niño y del adolescente	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> La adolescencia temprana (10–14 años) se singulariza como un momento crítico para formar habilidades y hábitos positivos, puesto que en esa edad se está desarrollando la autoimagen y habilidad para pensar en forma abstracta y resolver problemas. <input type="checkbox"/> El contexto social más amplio de la adolescencia temprana y media provee situaciones variadas, en las cuales se pueden practicar habilidades nuevas con pares y otros individuos fuera de la familia <input type="checkbox"/> Se reconoce que el desarrollo de habilidades y aptitudes es crítico en el desarrollo de un niño y para alcanzar un sentido de sí mismo como un individuo autónomo
Teoría del aprendizaje social	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> La enseñanza de habilidades para la vida requiere copiar los procesos naturales por los cuales los niños aprenden conductas (modelos, observación, interacción social). <input type="checkbox"/> Los niños necesitan desarrollar habilidades internas (autocontrol, reducción del estrés, control de sí mismos, toma de decisiones) que puedan apoyar conductas positivas externas.
Teoría de conducta problemática	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Las conductas están influenciadas por los valores, creencias y actitudes del individuo y la percepción que los amigos y familiares tienen acerca de estas conductas; por lo tanto, las habilidades de clarificación y pensamiento crítico (para evaluarse a sí mismo y a los valores del medio social) constituyen un aspecto importante de los programas de habilidades para la vida.
Teoría de la influencia social	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Se puede evitar la presión social y la de los pares para practicar conductas insanas si se tratan <i>antes</i> de que el niño o adolescente se vea expuesto a estas presiones, apuntando así hacia la prevención temprana en vez de una intervención más tarde. <input type="checkbox"/> Es más efectivo enseñar a los niños habilidades de resiliencia para reducir las conductas problemáticas que darles información o provocar miedo a los resultados de la conducta.
Solución cognitiva de problemas	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> La falta de habilidades para resolver problemas está relacionada con conductas sociales insuficientes. Esto indica que es necesario incluir la solución de problemas como un aspecto de los programas de habilidades para la vida. <input type="checkbox"/> Enseñar habilidades para la solución de problemas interpersonales en las etapas tempranas del proceso de desarrollo (niñez, adolescencia temprana) es sumamente efectivo.
Inteligencias múltiples (incluyendo la inteligencia emocional)	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Una visión más amplia de la inteligencia humana apunta hacia el uso de varios métodos de instrucción, utilizando diferentes estilos de aprendizaje. <input type="checkbox"/> El control de emociones y la comprensión de los propios sentimientos y los sentimientos de los demás son críticos en el desarrollo humano, y los niños pueden aprenderlos de la misma forma que se aprende a leer o las matemáticas.
Teoría de resiliencia y riesgo	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Las habilidades socio-cognitivas, la aptitud social y las habilidades para la solución de problemas pueden servir como mediadores de la conducta. <input type="checkbox"/> Las habilidades específicas tratadas en los programas de habilidades para la vida forman parte de los factores internos que ayudan a los jóvenes a responder ante la adversidad, y son los rasgos que caracterizan a los jóvenes resistentes.
Teoría de psicología constructivista	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> El proceso de aprendizaje ocurre a través de la interacción social en el aprendizaje de los pares, grupos cooperativos o situaciones de discusión abierta. <input type="checkbox"/> El desarrollo de habilidades para la vida en los adolescentes, como cualquier otro proceso de aprendizaje, está lleno de creencias y valores culturales. <input type="checkbox"/> El desarrollo de habilidades por medio de la interacción individual y el medio sociocultural puede llevar a cambios <i>tanto</i> en el individuo <i>como</i> en el medio (grupo de pares, clase, familia, grupo de jóvenes).

Figura 1. Implicaciones de las teorías para el desarrollo de las habilidades de la vida.

Nota: La fuente fue de Mangrulkar, Whitman y Posner (2001).

En la figura 1 se puede apreciar como cada una de las teorías que sustentan las habilidades para la vida se van a relacionar para lograr cambios de conducta en los estudiantes logrando desarrollar en ellos diversas capacidades que les fortalecerá su personalidad.

Principales habilidades para la vida

Habilidad para la vida	Definición básica
Conocimiento de sí mismo	"Reconocimiento de nuestra personalidad, características, idiosincrasia, fortalezas, debilidades, aspiraciones, expectativas, etc.)".
Empatía	"Capacidad para ponerse en el lugar de otra persona y desde esa posición captar sus sentimientos".
Comunicación efectiva o asertiva	"Habilidad para expresarse de manera apropiada al contexto relacional y social en el que se vive".
Relaciones interpersonales	"Competencia para interactuar positivamente con las demás personas".
Toma de decisiones	"Capacidad para construir racionalmente las decisiones cotidianas de nuestra vida".
Solución de problemas y conflictos	"Destreza para afrontar constructivamente las exigencias de la vida cotidiana".
Pensamiento creativo	"Utilización de los procesos de pensamiento para buscar respuestas innovadoras a los diversos desafíos vitales".
Pensamiento crítico	"Capacidad para analizar con objetividad experiencias e información, sin asumir pasivamente criterios ajenos".
Manejo de sentimientos y emociones	"Reconocimiento y gestión positiva de nuestro mundo emocional".
Manejo de las tensiones y estrés	"Capacidad para reconocer nuestras fuentes de tensión y actuar positivamente para su control".

Figura 2. 10 Habilidades para la vida de acuerdo a Melero J. (2010)

Nota: La fuente fue tomada de Díaz, Rosero, Melo., Aponte (2013). Revista colombiana de Ciencias Sociales

Iniciativa de la OMS en habilidades para una vida saludable

La iniciativa de la Organización Mundial de la Salud para promover en los colegios la enseñanza de habilidades para la vida es muy importante ya que esto favorece a los escolares a mejorar sus hábitos saludables y se mantengan en buen estado físico, social y psicológico, para ello promueve 10 habilidades: la toma de decisiones, la resolución de problemas, el pensamiento creativo, el

pensamiento crítico, la comunicación con eficacia, la de establecer y mantener relaciones interpersonales, el autoconocimiento, la empatía, el controlar las emociones y el de manejo de la tensión y el estrés. La OMS brinda apoyo a nivel internacional para promover la enseñanza de las habilidades para la vida con la finalidad de mejorar la calidad de vida de los estudiantes y lo hace apoyando con talleres, brindando material para trabajar en los colegios (OPS, 2001, p. 37). Cabe resaltar la importancia a nivel nacional e internacional del apoyo de la OMS tanto en la salud como en la educación especialmente en los adolescentes, es labor de los colegios fomentar el desarrollo de habilidades para la vida para crear hábitos saludables, conductas adecuadas para evitar la crisis social en la que nuestros niños y adolescentes se ven involucrados como: el pandillaje, consumo de drogas y robos que realizan por ellos mismos o son utilizados por otras personas.

El papel del maestro y los demás miembros de la comunidad educativa en la educación de habilidades para la vida

Para aplicar esta metodología es indispensable que el maestro sea una persona con muchas cualidades como: un buen guía para poder orientar, ser creativo e innovador para captar el interés, ser capaz de criticar y escuchar las críticas, flexible, empático, respetuoso, buen sentido del humor y autoridad con mucho criterio, todo para lograr el desarrollo de habilidades para la vida en los estudiantes a través del aprendizaje social. En todo momento las sesiones deben ser realizadas interactuando con los estudiantes propiciando en todo momento la participación de todos.

Desarrollar la habilidad de pensar en forma crítica requiere crear un ambiente en la comunidad educativa en el que:

- Los docentes dentro de sus estrategias deben presentar dilemas, problemas, debates y propicien discusiones grupales para que ellos propongan soluciones.
- Toda la comunidad educativa debe brindar un clima de confianza para ello deben estar prestos a escuchar las ideas y necesidades de los estudiantes. Si los estudiantes llegan a confiar en sus autoridades entonces no se van a sentir intimidados al escucharlos, al contrario será más fácil para ellos comunicar sus pensamientos.

- La comunidad educativa debe brindar espacios, recursos necesarios para lograr los aprendizajes.
- La institución educativa debe saber que estudiantes tiene y que tipo de estudiantes desea formar (Mantilla, 2001, p. 15 y 16).

El desarrollo de las habilidades para la vida en las instituciones educativas es un trabajo en conjuntos de toda la comunidad educativa, ya que lo que se quiere lograr es en beneficio de todos. Pero cae la responsabilidad en los maestros porque tenemos una relación más directa con ellos en las aulas lo que permite nos influenciar en ellos de manera positiva, debemos trabajar con el ejemplo brindando una atención personalizada al momento de orientarlos y más aún si diagnosticamos algún problema. Si logramos desarrollar habilidades para la vida debemos tener en cuenta que los estudiantes al asimilarlos lo harán para toda su vida.

Las habilidades para la vida, eje de una educación humanizadora

Muchos organismos internacionales como la OMS y Unicef han llegado al conclusión sobre la eficacia de promover las habilidades para la vida en los colegios, ya que va a prevenir a los estudiantes sobre los factores de riesgo a lo que ellos siempre se van a ver afectados, al desarrollar estas habilidades ellos serán menos vulnerables y capaces de poder lidiar con problemas que atenten contra su salud e integridad física. Además los estudiantes estarán dotados de habilidades para no verse amenazados con conductas de riesgo como por ejemplo la prevención del consumo de drogas y las escuelas donde se ha puesto en práctica tienen un eje inclusivo que propician comportamientos positivos (Melero, 2010, p. 5 y 6). La eficacia de los programas basados en habilidades para la vida a nivel internacional hace que se establezca dicho modelo en el Programa de prevención del consumo de drogas y en el Programa de educación sexual integral ya que la estadística de la realidad peruana con respecto a nuestros escolares comprueba que entre los factores de riesgo al que se enfrentan son el consumo de drogas y los embarazos adolescentes. Lo que se espera con el desarrollo de estas habilidades es formar estudiantes con valores, personas humanas sensibles con la capacidad de tomar decisiones, solucionar problemas, asertivas al comunicarse, sociables al relacionarse con sus pares

además de que puedan lograr una convivencia armoniosa y pacífica respetando sus derechos y de los demás.

1.2.1.2. Programa preventivo

Podemos decir que un programa preventivo es un conjunto de estrategias empleadas con la finalidad de poner en aviso sobre los peligros que pueden atender contra la salud, integridad física y moral del individuo, Rodríguez A. (s.f.) determinó que “Un programa preventivo es diseñar y desarrollar un conjunto de acciones y estrategias con la finalidad de evitar o disminuir un problema relacionado a la droga dependencia” (p.7), en esta investigación se ha desarrollado un programa de prevención del consumo de drogas basado en el desarrollo de habilidades para la vida, las actividades y estrategias planteadas en este programa son muy interactivas; ya que con el grupo que se trabajó son adolescentes muy activos en clase.

Características del programa preventivo

Dentro de las características que se ha podido determinar de un programa es que deben ser muy dinámicas y participativas. Sin embargo Rodríguez V. (s.f.) manifestó sobre las características que tiene un programa preventivo a) Es un proceso activo, teniendo en cuenta la realidad sobre la cual se va a trabajar, b) Es global, se diagnóstica para trabajar un problema en forma integral, c) Es continuo, quiere decir que se debe trabajar bajo un programa que generalmente se planifica a largo plazo (p. 7)

Con estas tres características el programa preventivo se hace eficaz porque al realizarse con un proceso activo los estudiantes y docentes estarán interactuando constantemente; además si es global toda la comunidad educativa participará en su desarrollo y si es continuo a largo plazo es para garantizar su eficacia.

Rol del docente como agente de prevención

El docente para prevenir conductas de riesgo como el consumo de drogas en sus estudiantes debe comprometerse a cumplir esta labor que muchas veces no sólo es agotadora, sino que absorbe bastante tiempo para dedicarse a atender las

necesidades de los estudiantes. Es por ello que mencionamos ciertas características del docente involucrado en estas acciones:

- Conocer y poseer sensibilidad ante la situación problemática.
- Que su forma de pensar y de hacer las cosas se identifiquen con el mismo, además de propiciar el trabajo grupal.
- Que evite usar el mismo discurso que usan los padres, que motive constantemente a sus estudiantes.
- Propicia que los estudiantes tomen decisiones para solucionar problemas.
- Al involucrarse con los estudiantes se encuentra apto para sensibilizar a sus estudiantes (Minedu, 2015, p. 53)

Estas características son las que debe poseer un maestro comprometido con su labor, que además le interese el desarrollo de sus estudiantes proporcionándoles facultades para que en un determinado momento de su vida sean capaces de defenderse. Los maestros en todo momento debemos enseñar con el ejemplo y más aún si vamos a liderar un grupo para la prevención que vean en nosotros personas en las que pueden confiar cuando se encuentren afligidos y que no piensen que cumplimos una labor sancionadora.

Niveles de prevención

Para realizar los programas de prevención se establecieron tres niveles propuestas por Gordon en 1987: el primero es el universal en el cual se van a brindar herramientas generales desarrollando actividades estratégicas para el logro de habilidades para una población amplia; el segundo es selectiva porque va dirigido a un determinado grupo con riesgo al consumo de drogas y el tercero que se dirige a un grupo de alto riesgo porque se ha detectado que estos no sólo consumen sino pueden estar involucrados en la venta y producción de drogas (Rodríguez A., s.f., p. 8). En el caso de esta investigación se puede ubicar el programa de prevención en el nivel universal, ya que se desea lograr el desarrollo de habilidades para que los adolescentes de la institución educativa puedan enfrentarse ante la problemática de las drogas.

Prevención escolar

Hablar de la prevención en las escuelas implica tomar medidas urgentes sobre la población escolar porque se ha detectado un posible riesgo sobre el consumo de

drogas, por lo que Becoña (2002) manifestó sobre la prevención escolar “permite llegar a los jóvenes escolarizados, en la edad de máximo riesgo para el consumo de las distintas drogas, facilitándose así de modo importante realizar la prevención” (p.76). Es en la escuela un lugar donde podemos detectar esta problemática ya que es precisamente la escuela donde se propicia la oportunidad para los estudiantes de involucrarse con ella o abstenerse a su consumo; por eso es vital que los maestros por prevención debemos estar alertas y trabajar en forma conjunta con la familia.

- Porque es uno de los principales agentes de socialización, junto con la familia y el grupo de iguales, y es en ella donde se continúa el proceso de socialización iniciado en la familia, bien reforzando las actitudes en ella generadas o bien modificándola en aquellos casos en que sea preciso.
- Porque actúa sobre las personas en una fase del proceso de maduración en la que la intervención del adulto tiene una gran incidencia.
- Porque a lo largo de la edad escolar los alumnos están sometidos a cambios y momentos de crisis que les exponen a múltiples riesgos (entre ellos, el consumo de drogas).
- Porque la obligatoriedad de la escolarización hasta los dieciséis años implica que por ella deben pasar todas las personas durante el período más importante de la formación de la personalidad.
- Porque es un espacio ideal para detectar precozmente posibles factores de riesgo.
- Porque los profesores, así como otros componentes de la comunidad educativa, son agentes preventivos debido a su cercanía con los alumnos, a su papel como modelos y a su función educadora.
- Porque la Reforma crea un marco, la Educación para la Salud, en el que trabajar la prevención del abuso de drogas.

FUENTE: Alonso, Freijo y Freijo (1996).

Figura 3. Por qué hacer la prevención de las drogodependencias en la escuela

Nota: la fuente fue tomada de Becoña (2002)

Prevención en el ámbito escolar

Para que los programas sean efectivos deben tener los siguientes componentes:

- Debemos desterrar los mitos y creencias sobre el consumo de drogas demostrándole con evidencias que los mitos no tienen fundamento científico, que el consumo de cualquier droga atenta contra nuestra salud y con el tiempo nos puede hacer adictos.
- Que el consumo de drogas a corto o largo plazo nos pone en riesgo en nuestro entorno social.
- Se deben desarrollar habilidades para la vida para que los estudiantes puedan estar preparados ante cualquier situación de riesgo específicamente con las drogas (OEA, s.f., pág. 38).

Todos estos componentes se han tenido en cuenta para el desarrollo de las sesiones del programa preventivo en la investigación, por lo que los mitos y creencias populares son muy conocidas por los estudiantes a tal punto que para ellos son ciertas y que las evidencias científicas son muy exageradas al emitir sus conocimientos referidos a las drogas. Sin embargo el debate en las sesiones se lograron aclarar dichas perspectivas.

Las drogas

Si hablamos de drogas nos referimos a toda sustancia que puede ser química o natural y su uso crea adicción. La OMS (como se citó en Cedro, 2015) sobre las drogas manifiesta que “es toda sustancia que introducida en el organismo por cualquier vía de administración produce una alteración del natural funcionamiento del sistema nervioso central y es, además susceptible de generar dependencia, ya sea psicológica, física o ambas” (p. 15). Es muy lamentable la opción que toman muchos de nuestros adolescentes para solucionar supuestamente sus problemas, o simplemente escapar de la realidad para evadir sus responsabilidades; nos referimos específicamente al consumo de drogas y si no lo han hecho tienen que convivir con este riesgo en forma permanente; por tal motivo realizar o tomar acciones para la prevención de su consumo es vital en todas las instituciones educativas ya que su consumo así sea una sola vez si no hay orientación oportuna lo volverán a hacer afectando su salud.

Clasificación de las drogas

Los autores clasifican las drogas de distintas maneras pero vamos a mencionar una en la que coinciden:

Por su origen las clasifican en: la primera en naturales porque se obtienen de la naturaleza y no necesitan ningún proceso para poder consumirlas como por ejemplo la coca, la segunda semi-sintéticas que han sido alteradas parcialmente para su consumo como por ejemplo la cocaína y la tercera clasificación sintéticas que se obtienen por diversos procesos químicos y desechos como por ejemplo el éxtasis (Cedro, 2015, p. 17).

Por sus formas de uso se clasifican en cinco: la primera drogas sociales son aquellas que lo podemos adquirir con facilidad en las tiendas, farmacias o boticas cuando son recomendadas por el médico como por ejemplo cigarrillos, pastillas para dormir, etc., (Cedro, 2015, p. 26), la segunda drogas folclóricas propias de la comunidad y son usadas por ellos como por ejemplo el chamico, etc. (Sajinez J., 2014, p. 26, 27), la tercera drogas terapéuticas que usadas con fines medicinales por la ciencia ya que por su composición son buenos analgésicos para las enfermedades como el cáncer o pacientes quemados, cabe resaltar que su uso es importante para los médicos (Sajinez, 2014, p. 119), la cuarta clasificación es drogas de abuso como la marihuana y la última clasificación drogas de uso industrial como el terokal (Cedro, 2015, p. 17)

Por sus efectos sobre el Sistema Nervioso Central se pueden clasificar en primero drogas estimulantes que afectan directamente al sistema nervioso central causando hiperactividad, como por ejemplo las drogas cocaínicas. Luego tenemos a las drogas depresoras que causan la disminución de su actividad, provocan relajación, lentitud y sueño; por ejemplo el alcohol y finalmente las drogas alucinógenas que causan la modificación del sistema nervioso, quiere decir nos hace salir de nuestra realidad provocando alucinaciones como la marihuana (Cedro, 2015, p. 17), estas drogas en general afectan el sistema nervioso alterando su función normal por lo que no hay pretexto de parte de los adolescentes de que solo lo consumirán una vez y no pasará nada ya que si existen estudios sobre sus daños; en el programa elaborado por esta investigación

se propuso a los estudiantes como una creencia sin fundamento científico y por tal motivo no tendría razón de ser.

Por su valoración pueden ser legales como la venta de cigarros, cerveza y fármacos que tienen permiso para la publicidad para todo el público causando diversos problemas sociales y de salud; también se clasifican como ilegales por las consecuencias graves de su consumo como la cocaína y la marihuana es por eso que los consumidores, vendedores y productores de dichas sustancias pueden recibir sanciones legales (Cedro, 2015, p. 17). En nuestro país es de conocimiento público que se está formando a la población para evitar que sean los niños y adolescentes por mandato de sus padres se acerquen a las tiendas, farmacias o boticas para poder adquirirlas; pero lamentablemente aún nos falta mucho por lograrlo; además es necesario que se estimule a la población sancionando eficazmente a quien no lo haga. En cuanto a las drogas ilegales se necesita mayor control y vigilancia para evitar su venta y consumo en los colegios.

Factores de la prevención del consumo de drogas

Si hablamos de factores de riesgo podemos definirlo como situaciones que atentan contra nuestra salud e integridad como personas, sin embargo Rodríguez V. (s.f.) lo define como “el elemento procedente del campo social, individual o de la propia naturaleza cuya presencia, ausencia, déficit o exceso hace que una persona se aproxime riesgosamente a tomar contacto con una sustancia adictiva y la consuma” (p. 47). Nuestros adolescentes constantemente tienen que lidiar con estos factores de riesgo como por ejemplo el consumo de drogas, si ellos no desarrollan habilidades se dejarán influenciar y no podrán evitar este tipo de sustancias adictivas.

Mientras que los factores protectores nos hacen sentir seguros y confiados contra cualquier situación que atente nuestra integridad, de ello Rodríguez V. dijo “son aquellos factores personales, familiares y/o sociales que protegen al individuo del consumo de sustancias psicoactivas y que le permitirán enfrentar exitosamente los problemas, haciendo más difícil su aparición (p. 50). Estos factores deben proporcionárselos primero el seno familiar específicamente los padres que deben mantener su autoridad propiciando el diálogo sin tratar de imponer para evitar la rebeldía de sus hijos, luego estos factores tienen que ser

proporcionados en el colegio con la colaboración especial de los maestros brindándoles confianza y seguridad para que se puedan desenvolver como personas libres que son.

La adolescencia como periodo de desarrollo y el riesgo adolescente

Generalmente en la etapa de la adolescencia diversos psicólogos determinan las características de esta etapa por lo que manifiestan que es una etapa conflictiva en especial con sus padres actuando en forma rebelde manifestando un mal comportamiento y cuestionando constantemente a los padres por lo que prácticamente la relación entre ellos se hace conflictiva. El adolescente no acepta la necesidad de relacionarse con sus padres toman sus propias decisiones siempre contradiciéndolos, a tal punto que llegan a pensar que son incomprendidos y poco valorados por sus propios padres, favoreciendo esta forma de pensar en una baja autoestima por lo que los hace propensos a riesgos propios de esta etapa (Cedro, 2013, p. 32 y 33). Es en la etapa de la adolescencia que generalmente surgen los problemas de conductas, por lo que muchas veces los padres pierden el control de sus hijos a tierna edad y se dejan rápidamente convencer que sus hijos son casos perdido y nadie los va poder ayudar, pero sin embargo el apoyo de los padres es vital en esta etapa ya que es ahí donde ellos están formando su personalidad, su autoconcepto y su autoestima. Los adolescentes necesitan y piden ayuda, amor y comprensión de quienes le dieron la vida.

Los Medios de comunicación

Son recursos necesarios que la población utiliza para mantenernos informados con relación a ello Becoña (2002) manifestó que “En nuestra cultura los niños y adolescentes dedican un buen número de horas a ver la televisión. Ello unido a la gran receptividad que muestran hacia los spots publicitarios hace necesario que cualquier programa preventivo deba tener presente dicha influencia (p. 110), es lamentable la situación que ocurre en nuestro país con referencia a los medios de comunicación tanto la prensa escrita con sus diarios que se catalogan como “diarios chicha” brindando noticias con un lenguaje vulgar, los canales de televisión con sus famosos programas de “chicos reality” que son un mal ejemplo en la formación de nuestros niños y adolescentes; además de los spots

publicitarios que observamos en las calles que muchos de ellos son publicidad engañosa ya que su finalidad básicamente es vender. Cae toda la responsabilidad en los padres de tener un buen tino al momento de seleccionar que tipo de programas nuestros hijos deben ver, que diarios leer y dialogar con ellos para identificar el verdadero objetivo de la publicidad como por ejemplo de las cervezas.

1.2.2. Marco conceptual

Habilidades para la vida

Son capacidades que debemos desarrollar para enfrentarnos a la vida, el Minsa (2006) determinó que “son herramientas, que contribuyen al logro del empoderamiento y al fortalecimiento de las competencias individuales (p. 198). El desarrollo de estas habilidades permitirá a nuestros adolescentes poder enfrentarse en su vida a diversos problemas de índole personal y social.

Conocimiento de uno mismo

Se refiere a la habilidad de conocer nuestras fortalezas y debilidades, el Minsa (2006) manifestó que “implica reconocer nuestro ser, carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos, a través de una evaluación interna o introspección. Requiere de objetividad para identificar lo positivo y negativo que tenemos como personas” (p. 199), para lograr esta habilidad debemos hacer un análisis de nosotros mismos y además lograr nuestro autoconocimiento para poder valorarnos como personas desarrollando nuestra autoestima.

Autoestima

Es reconocer cuanto nos apreciamos, el Minsa (2006) lo definió “como la capacidad de sentir amor y respeto por uno mismo” (p.199). Generalmente es la mayor debilidad de los adolescentes que se sienten inseguros de quiénes son, que buscan y adonde se dirigen, tarea difícil pero no imposible tanto para los padres como para los maestros en las aulas. En el desarrollo del programa se pudo evidenciar tal situación.

Proyecto de vida

Podemos definirlo como un esquema de lo que queremos en la vida, para Vargas R. (2005) “El proyecto vital es la visión que el hombre descubre y realiza a través de su vida. Este proyecto de vida se origina en la vocación, pero, a su vez, el

proyecto de vida se convierte en vocación del hombre” (p. 437). Mayormente los adolescentes no saben que quieren en la vida y muchas veces se niegan a formular su proyecto de vida porque creen que para eso falta mucho tiempo, sin embargo cuando se desarrolló el programa preventivo contra las drogas muchos estudiantes manifestaron interés en saber para que les servía el proyecto de vida e inclusive manifestaron sus proyectos a corto y largo plazo demostrando su interés de tener una carrera profesional.

Comunicación asertiva

Es expresar lo que sentimos evitando lastimar a los que nos rodean, el Minsa (2006) manifestó que “es la capacidad de expresarse, tanto verbal como no verbalmente, en forma apropiada a la cultura y a la situación. Permite expresar lo que se quiere, siente y piensa en una determinada situación (p. 199). Otro de los problemas que manifiestan nuestros adolescentes es el comunicarse asertivamente ya que ellos lo hacen utilizando exceso de jergas, groserías, gestos no adecuados para su edad. Fue muy satisfactorio el trabajo realizado con los estudiantes con respecto a esta habilidad quedaron muy claro los conceptos de los tipos de comunicación asertiva ya que interactuaron ellos mismos comentando sus propias experiencias, pero se necesita fortalecer más esta habilidad en la convivencia escolar.

Comunicación verbal

Es la capacidad de poder expresarnos con la voz para transmitir lo que sentimos, pensamos y deseamos, así también Hernandez (s.f.) determinó que “la comunicación verbal también llamada comunicación oral, tiene la capacidad de utilizar la voz para expresar lo que se siente o piensa a través de las palabras” (p.2). Además podemos decir que es una facultad que tenemos los seres humanos para poder expresarnos con palabras.

Comunicación no verbal

Este tipo de comunicación se logra con gestos, con respecto a su definición Hernandez A. (s.f.) manifestó “la comunicación no verbal se refiere a todas aquellas señas o señales relacionadas con la situación de comunicación que no son palabras escritas u orales” (p. 11). En realidad es una forma especial de comunicarse ya que no todos los adolescentes lo realizan eficazmente, actualmente ellos tienen un patrón de conducta cuando usan gestos.

Toma de decisiones

Es reflexionar detalladamente sobre ciertas situaciones a las que nos enfrentamos midiendo las consecuencias de ellas, el Minsa (2006) lo definió así “es un proceso cognitivo, racional y reflexivo importante, que lleva a una persona hacer una elección ante determinada situación o problema. Nos facilita manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestras vidas” (p. 199) y Fundesyram (2011) manifestó que “La toma de decisiones es el proceso de aprendizaje natural o estructurado mediante el cual se elige entre dos o más alternativas, opciones o formas para resolver diferentes situaciones o conflictos de la vida, la familia, empresa, organización” (p. 16)

Ambos conceptos tienen el mismo trasfondo que son procesos que nos obliga a pensar detenidamente para determinar qué camino seguir para resolver un problema.

Resolución de problemas

Es la capacidad buscar posibles soluciones frente a una situación problemática, sin embargo, el IIEP (2000) manifestó “la resolución de problemas es una competencia primordial de la gestión estratégica del campo educativo, porque su preocupación es qué hacer con los problemas, de forma tal de asegurar calidad y realización” (p. 13). Esta capacidad se relaciona con la toma de decisiones, muchas veces los adolescentes al encontrarse en diferentes situaciones se ven en la necesidad de resolver sus propios problemas.

Pensamiento crítico

Capacidad que todo adolescente debe desarrollar lo cual le implica analizar todo tipo de información, con respecto el Minsa (2006) expresó lo siguiente “es la habilidad para analizar la información y las experiencias de manera objetiva. La persona crítica hace preguntas y no acepta las cosas en forma crédula, sin un análisis cuidadoso en términos de evidencia, razones y suposiciones” (p. 200). El desarrollo de esta habilidad es fundamental para la formación de los adolescentes para evitar dejar influenciarse fácilmente y sin fundamento ante cualquier situación de riesgo.

Prevención

Es prepararnos con anticipación ante cualquier evento, es así como Rodríguez V. (s.f.) determinó como “prevención al conjunto de medidas que se adoptan con anticipación antes de que ocurra una determinada situación o para minimizar sus efectos negativos. (pág 7). Nuestros adolescentes deben adoptar la prevención como parte de su desarrollo cultural para evitar cualquier situación que implica algún riesgo como por ejemplo el consumo de drogas ya sea para evitarlo o postergarlo.

Factores de riesgo y factores de protección

La presencia de estos factores son antagónicos mientras el primero nos expone al peligro, el otro nos brinda seguridad, con respecto a ello la OEA (s.f.) manifestó que son “factores de riesgo que, sin estar ligados causalmente al consumo o dependencia, los anteceden y aumentan su probabilidad de ocurrencia, y factores de protección que hacen fuertes a las personas para resistir los riesgos (p. 26). Los factores de protección que se hallan en el seno familiar son elementales para el adolescente, mientras que los factores de riesgo son permanentes; quiere decir que siempre los adolescentes van a tener que lidiar con ello. Por ejemplo cuando nos enfrentamos al riesgo de consumir drogas; pero la comunicación con nuestros padres es de confianza lo cual nos va permitir compartir nuestras necesidades, nuestros problemas con ellos y no vamos a sentir la necesidad de refugiarnos en actos negativos.

Drogas

Podemos decir que las drogas son sustancias naturales o químicas que su consumo causa daños irreversibles en nuestro cuerpo y corremos el riesgo de crear una adicción. Rodríguez V. (s.f.) determinó que “Es toda sustancia natural o sintética que cuando ingresa al organismo, es capaz de modificar una o más de las funciones de éste” (p. 25). El consumo de drogas crea malestar físico y social a la persona que lo consume es por eso de la importancia de fomentar el desarrollo de los programas preventivos de drogas en los colegios porque muchas veces es ahí donde se inicia el problema.

Drogas legales

Las drogas por ser legales no dejan de ser dañinas a lo Rodríguez V. (s.f.) manifestó que “drogas Legales son aquellas que tienen un reconocimiento legal y

un uso normativo, cuando no tienen una clara promoción (publicidad), a pesar de ser las que más problemas sociales y de salud generan” (p.29), por eso su consumo es más amplio ya que es más fácil adquirirlo.

Drogas ilegales

Aún más dañinas todavía y pese a las sanciones recibidas por su consumo y venta su proliferación va en aumento. Sobre ello Rodríguez V. (s.f.) dijo “Son aquellas que su venta y consumo están sancionadas por la ley, son las que mayor deterioro generan como consecuencia de su uso (a nivel personal, social, laboral) asimismo conllevan a la delincuencia y la marginalidad (p. 29). Lamentablemente su comercialización escapa del control de la ley por diversos motivos; pero se podría decir que uno de ellos es la rentabilidad que le ocasiona a quién se dedica a la venta.

Adolescencia

Se puede decir que es la etapa más complicada de los seres humanos pero también nos proporciona grandes satisfacciones cuando nos dedicamos a ellos, es así como el Minsa (2006) determinó que esta etapa “constituye uno de los periodos más intensos de cambios físicos, psicológicos y sociales de la vida de una persona. Entre los más importantes: la madurez del sistema reproductor, el desarrollo de la autonomía y la capacidad para el pensamiento abstracto” (p. 202). Es justamente en este período que los adolescentes requieren de nuestro tiempo y dedicación para superar la crisis en la que se encuentran como es la formación de su personalidad, autoestima y valoración.

1.3. Justificación

1.3.1. Justificación teórica

A consecuencia de la problemática del consumo de drogas en EEUU. El psicólogo Gilbert Botvin (1979) diseña un programa con un nuevo enfoque de habilidades para la vida que se basa en diversas teorías como por ejemplo la teoría del aprendizaje de Bandura, de esta manera los jóvenes podrían desarrollar habilidades que les permitirían estar prevenidos y protegidos de diversas influencias negativas en la sociedad que atentarían contra la salud. Es así como la OMS toma la iniciativa para promover diversos programas escolares

fomentando y desarrollando 10 habilidades para la vida los cuales son aplicados de acuerdo a los diferentes contextos sociales de cada país.

1.3.2. Justificación práctica

La presente investigación plantea un Programa preventivo del consumo de drogas en escolares desarrollado en habilidades para la vida con la finalidad de lograr cambios actitudinales de los estudiantes frente a las drogas por lo que gracias al desarrollo de ciertas habilidades como por ejemplo la toma de decisiones lo cual les va permitir evaluar las consecuencias de sus actos además de promover el cuidado de su salud mental, física y social.

1.3.3. Justificación metodológica

Para desarrollar el programa preventivo se van a ejecutar diversas estrategias como por ejemplo: debates, dramatizaciones, proyección de películas, etc. Se debe tener en cuenta que para obtener logros significativos las estrategias deben ser interactivas; quiere decir que los estudiantes participen relacionándose y trabajando en grupo.

1.3.4. Justificación epistemológica

El fundamento de esta investigación es el Conductismo ya que tanto la prevención del consumo de drogas y habilidades para la vida consideran como su teórico a Bandura, con su teoría del aprendizaje social y la teoría de la influencia social, que explica como los adolescentes siguen conductas aprendidas de su entorno social encontrándose en constantes riesgos.

1.4. Problema

Realidad problemática

Actualmente nuestra sociedad presenta diversos problemas relacionados con la salud que se manifiestan con conductas negativas de sus estudiantes, estos pues se ven reflejados en las instituciones educativas a nivel nacional, por lo que la I.E. Túpac Amaru del distrito de la Victoria no se exime de dicha problemática.

Cabe resaltar que los maestros de la institución educativa el año pasado tuvieron que lidiar con diversos problemas de conducta a consecuencia del

consumo de drogas legales e ilegales. En nuestros estudiantes se pudo detectar que las drogas de su preferencia eran: el tabaco, las bebidas alcohólicas, las pastillas para dormir y la marihuana. Lamentablemente las autoridades de la institución no pudieron hacer nada ya que justamente los padres de los estudiantes problemas no aceptaron que sus hijos consumían o comercializaban marihuana dentro de la institución. Por ejemplo en las aulas del primer año de secundaria el 2016 se observaron problemas de conducta que manifestaban los estudiantes dentro y fuera del aula; casos de robos de celulares y estudiantes con problemas de drogas. Esta situación es visible también en los otros grados, lo cual es alarmante. La institución educativa ha recibido la visita de la Dinandro (Dirección nacional antidrogas) con sus especialistas, psicólogos enviados por la comisaría de Apolo y charlas por parte del Minedu pero no es suficiente. Se sabe que el consumo de drogas deteriora la salud física y mental de los adolescentes afectando su derecho a disfrutar la vida saludable y prolongada. El presente año un porcentaje de aquellos estudiantes con problemas se han retirado de la institución por lo que esperamos cambios de conducta en la población escolar, además que el Área de TOE dentro de su programación ha considerado diversas actividades para remediar dichos problemas.

Las estadísticas a nivel nacional arrojan que el consumo de drogas legales e ilegales va en aumento, Devida en su investigación sobre el consumo de drogas en estudiantes de secundaria, publicada en el año 2005, comenta que los adolescentes enfrentan una serie de problemas de riesgo inherentes a su propio desarrollo: emocionales, de ambiente familiar, insalubridad, bajo rendimiento escolar y de adaptación a la escuela y al grupo de pares, déficits de comunicación, distanciamiento de los cuidados paternos, violencia, marginalidad social, etc. Todos estos problemas hacen crecer en el adolescente el sentimiento de falta de identidad y lo convierten en un individuo muy vulnerable al consumo de drogas. Mientras que el estudio nacional de prevención y consumo de drogas en estudiantes de secundaria realizado el 2016 arrojan resultados de la percepción del riesgo de su consumo encontrándose altos niveles de preferencia por el consumo de estos, en cuanto a la disposición del consumo de drogas según este análisis hay una baja disposición para el consumo de drogas ilegales; pero sin

embargo esa mínima cantidad de escolares implican un aproximado de 70000 de ellos y sobre la curiosidad hacia el consumo de drogas existe un 17% que manifiestan curiosidad por probar una droga ilegal. Cabe resaltar que a diferencia del año 2012 el consumo de drogas legales ha ido en aumento

El Minedu elaboró el año 2012 los Lineamientos para la Educación de una Vida sin Drogas que son ejecutados en diversas áreas dentro de Diseño Curricular en especial en el área de Tutoría; pero consideramos que es necesario y urgente la capacitación a nivel nacional de los maestros que van a cumplir esta labor. Es el motivo por lo que se ha considerado necesario la realización de un programa para la prevención del consumo de drogas; con el enfoque psicosocial desarrollando Habilidades para la Vida ya que consideramos que los maestros deben apoyar en el desarrollo de estas habilidades, lo cual les va a permitir a los estudiantes poder sobrellevar diversos factores de riesgo a lo que se ven enfrentados en su vida diaria, entre ellos cabe resaltar la problemática sobre el consumo de drogas. A consecuencia de ello se plantearon los siguientes problemas:

1.4.1. Problema general

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

1.4.2. Problemas específicos

Problema específico 1

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

Problema específico 2

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

Problema específico 3

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

Problema específico 4

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

Problema específico 5

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

1.5. Hipótesis**1.5.1. Hipótesis general**

El programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

1.5.2. Hipótesis específica**Hipótesis específica 1**

El programa prevención del consumo de drogas influye en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Hipótesis específica 2

El programa prevención del consumo de drogas influye en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Hipótesis específica 3

El programa prevención del consumo de drogas influye en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Hipótesis específica 4

El programa prevención del consumo de drogas influye en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Hipótesis específica 5

El programa prevención del consumo de drogas influye en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

1.6. Objetivos**1.6.1. Objetivo General**

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

1.6.2. Objetivos específicos**Objetivo específico 1**

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Objetivo específico 2

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Objetivo específico 3

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Objetivo específico 4

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Objetivo específico 5

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de Drogas en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

II. Marco metodológico

2.1. Variable conceptual

2.1.1. Habilidades para la vida

Según la OMS (1999) determinó que “son destrezas psicosociales que le facilitan a las personas a enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria”. (citado por Mantilla, 2002, p. 15).

2.1.2. Dimensiones de habilidades para la vida

Dimensión 1: Conocimiento de sí mismo.

El conocimiento de sí mismo implica reconocer nuestro ser, carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos. Desarrollar un mayor conocimiento de nosotros mismos nos ayudará a reconocer los momentos en que estamos preocupados o nos sentimos tensionados. A menudo, este conocimiento es un requisito de la comunicación efectiva, las relaciones interpersonales y la capacidad para desarrollar empatía hacia los demás. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 18).

Dimensión 2: La comunicación efectiva o asertiva.

La comunicación efectiva tiene que ver con nuestra capacidad de expresarnos tanto verbal como no-verbalmente y en forma apropiada con nuestra cultura y las situaciones que se nos presentan. Esto significa que tendremos la habilidad de decir cuáles son nuestros deseos como respuesta a una acción en particular en la que se nos pida participar. La comunicación efectiva también se relaciona con nuestra capacidad de pedir consejo en un momento de necesidad. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 18).

Dimensión 3: Toma de decisiones

La capacidad de tomar de decisiones nos ayuda a manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestras vidas. Esto puede tener consecuencias para la salud si la gente joven toma decisiones en forma activa acerca de sus comportamientos relacionados con la salud,

evaluando las opciones y los efectos que éstas podrían tener. (OMS, 1993, citado por Mantilla 2002, p. 18).

Dimensión 4: Solución de problemas

“La capacidad de resolver problemas nos permite enfrentar de forma constructiva los problemas en nuestras vidas. Los problemas importantes no atendidos pueden causar estrés mental y generar, por consiguiente, tensiones físicas”. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 19).

Dimensión 5: Pensamiento crítico

El pensamiento crítico es la habilidad para analizar información y experiencias de manera objetiva. El pensamiento crítico contribuye a la salud al ayudarnos a reconocer y evaluar los factores que influyen en nuestras actitudes y en nuestro comportamiento, como los medios masivos de comunicación y las presiones de los grupos de pares. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 20).

Para facilitar el desarrollo de estas habilidades en los estudiantes se desarrollaron 10 sesiones basadas en habilidades para la vida con la finalidad de lograr cambios actitudinales de los estudiantes frente a la problemática del consumo de drogas, ya que el desarrollo de estas habilidades permitió al estudiante ser más crítico, a tomar decisiones prudentes y necesarias, ser más asertivo al comunicarse, a solucionar problemas siendo objetivo y a conocerse a uno mismo valorándose, reconociendo sus cualidades.

2.2. Definición operacional

Entendemos por programa preventivo de drogas a aquellas acciones ejecutadas con la finalidad de evitar el consumo de drogas, según Becoña (2002) manifestó que el “Programa preventivo es un conjunto de actuaciones con el objetivo específico de impedir la aparición del problema al que se dirige dicho programa preventivo” (p. 90). En este caso la presente investigación elaboró el Programa prevención del consumo de drogas para estudiantes del segundo grado de educación secundaria ya que se han presentado problemas por el consumo de

este, haciendo de ellos adolescentes con malas conductas dentro y fuera de la institución.

El término droga se define como “toda sustancia psicoactiva que, introducida en el organismo vivo puede modificar una o más funciones de este” (Becoña, 2002, p. 26) cabe resaltar que los estudiantes que tuvieron problemas con las drogas tenían mal comportamiento, eran muy agresivos, faltaban el respeto a sus profesores, tenían problemas digestivos, etc. El programa fue desarrollado en 10 sesiones, las cuales desarrollaron con presentaciones de videos y dinámicas interactuando permanentemente con los estudiantes en clase. Para el desarrollo se emplearon técnicas como diálogos, debates, lluvia de ideas, pantomimas, plenarias, etc. y para cerrar las sesiones generalmente se concluía con reflexiones ayudándonos con un video o experiencias personales de los estudiantes.

Tabla 1

Variable Dependiente: Habilidades para la vida.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas	Niveles
Conocimiento de sí mismo.	-Puedo describirme a mí mismo.	1;2;3,4		Malo [8-18] Regular [19-29]
	-Puedo establecer y alcanzar objetivos.	5;6;7;8	Siempre	Bueno [30-40]
Comunicación asertiva.	-Es capaz de expresar sus ideas.	9;10;11;12	Casi siempre	Malo [8-18] Regular [19-29] Bueno [30-40]
	-Puede expresarse de diferentes maneras.	13;14;15;16;	Algunas veces	
Toma de decisiones.	-Reflexiona para decidir.	17;18;19;20	Casi nunca	Malo [8-18]
	-Apoya su decisión con argumentos.	21;22;23;24	Nunca	Regular [19-29] Bueno [30-40]
Solución de problemas.	-Encuentra una solución sensata.	25;26;27;28		Malo [8-18] Regular [19-29] Bueno [30-40]
	-Utiliza estrategias.	29;30;31;32		
Pensamiento crítico.	-Analiza un problema de diferentes perspectivas.	33;34;35;36;		Malo [8-18] Regular [19-29] Bueno [30-40]
	-Se sustenta con argumentos.	37;38;39;40		
General				Malo [40 – 93] Regular [94 – 146] Bueno [147 – 200]

2.3. Metodología

Método

En la investigación realizada se aplicó el método científico que fue entendido por Bernal (2010) “como el conjunto de postulados, reglas y normas para el estudio y la solución de problemas de investigación, institucionalizados por la denominada comunidad científica reconocida” (p. 71), y como método secundario se utilizó el método hipotético deductivo que según Bernal (2010) lo definió así “consiste en un procedimiento que parte de una aseveración en calidad de hipótesis y busca refutar o falsear tales hipótesis, deduciendo de ellas conclusiones que deban confrontarse” (p. 60).

2.4. Tipos de estudio

En la presente investigación se aplicó el tipo de investigación Aplicada.

La investigación aplicada recibe el nombre de “investigación práctica o empírica”, que tiene la cualidad de buscar la aplicación o el uso de todos los conocimientos y se sigue logrando nuevos conocimiento después de la práctica desarrollada en la investigación. (Murillo, 2008, citado en Vargas, 2009, p. 159)

La investigación que se realizó consistió en la aplicación de un programa “Prevención del consumo de drogas en estudiantes del 2° grado de educación secundaria” que contenía 10 sesiones para desarrollar 5 habilidades para la vida.

2.5. Diseño

Según Hernandez, Fernandez y Baptista (2010) definen al diseño como “el plan o estrategia que se desarrolla para obtener la información que se requiere en una investigación” (p.120). El diseño que se ha empleado en la presente investigación cuantitativa fue el experimental para lo cual Fernandez, Hernandez y Baptista (2010) se refieren que “los diseños experimentales se utilizan cuando el investigador pretende establecer el posible efecto de una causa que se manipula” (p.122). Así también el tipo de estudio es el cuasiexperimental por lo que se parece bastante a una experimental ya que también maneja un grupo control y un grupo experimental. Sobre el diseño experimental Kerlinger (1986) dice “Los experimentos verdaderos son aquellos en que el experimentador puede seleccionar a los participantes de manera aleatoria, asignar a los participantes de

tratamiento aleatoriamente y controlar la manipulación de la variable independiente. El diseño cuasi-experimental carece de una o más de estas características” (p. 501). Esto quiere decir que los grupos tanto de control (2° A) como experimental (2° B) son “no equivalentes” porque ya estuvieron designados y se manipuló la variable independiente para conocer los efectos que esta produjo en los estudiantes.

$$\begin{array}{cccc} \text{GE} & \text{O}_1 & \text{X} & \text{O}_2 \\ \text{GC} & \text{O}_3 & _ & \text{O}_4 \end{array}$$

Donde:

GE: Grupo experimental

GC: Grupo de control

O₁ y O₃: Pretest

O₂ y O₄: Posttest

X: Aplicación del programa

_ : No aplicación del programa

2.6. Población, muestra y muestreo

2.6.1 Población

Según Vara (2012) se define como “el conjunto de sujetos o cosas que tienen una o más propiedades en común, se encuentran en un espacio o territorio y varían en el transcurso del tiempo”. (pág. 221)

La población de esta investigación son los 60 estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru localizado en el distrito de la Victoria.

Tabla 2

Distribución de la población de estudiantes

Secciones	Estudiantes		Total
	Hombres	Mujeres	
A	14	8	22
B	12	8	20
C	13	5	18
Total	39	21	60

Nota: La fuente fue tomada de la nómina de matrícula de la I.E. Túpac Amaru 2017.

2.6.2 Muestra

Según Vara A. (2012) se define como “el conjunto de casos extraídos de la población, seleccionada por algún método racional, siempre parte de la población. (pág. 221)

La muestra para la investigación está conformada por 42 estudiantes del 2º grado de educación secundaria que corresponden a las secciones “A” y “B”, la cual es representativa ya que refleja las características generales de los estudiantes de la institución.

Tabla 3

Distribución de la muestra

Grupo control 2º “A”		Grupo experimental 2º “B”	
Femenino	Masculino	Femenino	Masculino
8	14	8	12
Total	22	Total	20

Nota: La fuente fue tomada de la nómina de matrícula de la I.E. Túpac Amaru 2017.

Exclusión: 2 Estudiantes del grupo control que no intervinieron en el experimento.

Inclusión: 40 estudiantes matriculados.

2.6.3 Muestreo

Vara (2012) define al muestreo como “proceso de extraer una muestra a partir de una población” (p. 221).

Es no probabilístico porque es intencional ya que los grupos de control y experimental ya estuvieron formados. Sobre el muestreo intencional o por criterio Vara (2012) dice “El muestreo se realiza sobre la base del conocimiento y criterios del investigador. Se basa, primordialmente, en la experiencia con la población” (p. 226),

2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

2.7.1. Técnica

Las técnicas son los procedimientos a seguir para obtener la información de las habilidades para la vida que poseen los estudiantes del 2° grado de secundaria, para la presente investigación se utilizó la técnica de la observación estructurada.

Al respecto, Vara (2012) mencionó es “una técnica cuantitativa que sirve para registrar conductas de forma sistemática y directa” (p. 256). La técnica empleada nos sirvió para recoger información de cómo los estudiantes mejoraban sus habilidades para la vida para prevenir el consumo de drogas.

2.7.2. Instrumento de la investigación

Para el proceso de recolección de datos se utilizó el instrumento de escala o prueba estandarizada. Al respecto Vara (2012) refiere que “Son aquellos instrumentos que permiten un escalamiento acumulativo de sus ítems, dando puntuaciones globales al final de la evaluación” (p. 255). En cuanto al estudio se trata de recolectar los datos de la variable Habilidades para la vida para poder prevenir el consumo de drogas de los estudiantes de la I.E. Túpac Amaru; dicho estudio se realizó en dos momentos.

Ficha técnica de habilidades para la vida

Nombre del Instrumento: Test de habilidades para la vida.

Objetivo: Lograr el desarrollo de 5 habilidades para la vida en los estudiantes del segundo año de educación secundaria para la prevención del consumo de drogas.

Autor/es: Leidy Evelyn Diaz Posada, Richard Francisco Rosero Burbano, María Paula Melo Sierra y Daniela Aponte López.

Adaptación: Lic. Ofelia Beatriz Soria Meza.

Administración: El test de Habilidades para la vida que tiene 5 alternativas con escala de Likert; que puede ser resuelta de forma colectiva ya que no es evaluativa. Con el test se busca identificar la percepción de los estudiantes de las habilidades para la vida para la prevención del consumo de drogas.

Duración: De 20 a 30 minutos.

Sujetos de aplicación: El test va a ser desarrollado por los estudiantes del 2° grado de educación secundaria, tanto en el grupo de control como en el grupo experimental.

Técnica: Observación

Puntuación y escala de calificación:

Escala de Likert: Nunca = 1, Casi nunca = 2, A veces = 3, Casi nunca = 4, Siempre = 5

Dimensiones e ítems:

Dimensión 1: Conocimiento de sí mismo.

Dimensión 2: Comunicación asertiva

Dimensión 3: Toma de decisiones

Dimensión 4: Solución de problemas

Dimensión 5: Pensamiento crítico

Presentación previa del instrumento: Anexo 1

Niveles y rango:

Tabla 4

Niveles y rango

Nivel	Rango
Malo	[40 – 93]
Regular	[94 – 146]
Bueno	[147 – 200]

Validez y confiabilidad del instrumento

Validez del instrumento para la obtención de los resultados del instrumento se ha acudido a expertos del tema de investigación. De acuerdo a Aiken (1996) “La validez de una prueba se define como el grado en el cual ésta mide aquello para lo que se diseñó” (p. 95), para la adaptación del test de habilidades para la vida se asumió los diferentes problemas de sus estudiantes los cuales están determinados en el Proyecto Curricular Institucional (PCI) 2017 con su lema “Educación en competencias con valores para la vida”, de los cuales cabe resaltar la indisciplina, la baja autoestima y la carencia de valores; que conllevaron a plantear diferentes actividades entre ellas el desarrollo de habilidades sociales (comunicación, asertividad, autoestima y toma de decisiones), además de manejar técnicas de resolución de conflicto y por recomendación de los coordinadores pedagógicos trabajar el desarrollo del pensamiento crítico; es por eso la iniciativa de elaborar un programa preventivo en 5 habilidades para la vida.

Se conocen tres tipos de validez, en la presente investigación se asumió la validez de contenido por lo que Hernandez, Fernadez y Baptista (2010) refieren que es el “grado en que un instrumento refleja un dominio específico de contenido de lo que se mide” (p. 201). Además Vara (2012) menciona que en la validez de contenido (criterio de jueces o expertos) “Se somete el instrumento a la valoración de investigadores y expertos quienes juzgarán la capacidad de este para evaluar todas las variables que desees medir”. En la presente investigación el instrumento fue validado por tres expertos con conocimientos de investigación científica los cuales determinaron la suficiencia de los ítems basados en habilidades para la vida.

Tabla 5

Expertos durante la evaluación del instrumento de habilidades para la vida

EXPERTO	DOMINIO	DECISIÓN
Ángel Salvatierra Melgar	Matemático - estadístico	Si hay suficiencia
Alarcón La Torre Edwin	Psicólogo	Si hay suficiencia
Rojas León Octavio T.	Metodólogo	Si hay suficiencia

Los expertos determinaron que el instrumento presenta validez de contenido.

Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento se procede a partir de la muestra piloto. En cuanto a Hernandez, Fernandez y Baptista (2010) definieron “La confiabilidad de un instrumento se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales” (p. 201) la confiabilidad del instrumento fue establecida por el coeficiente de Alfa de Cronbach ya que los ítems están determinados por la Escala Likert. La prueba piloto estaba constituida por 40 ítems y se aplicó a una muestra representativa de 20 estudiantes del 2° grado de secundaria. Finalmente se procesaron los datos en SSPS el cual arrojó un coeficiente de confiabilidad de 0,811 de acuerdo a la escala; el instrumento presenta alta confiabilidad cumpliéndose así con el criterio de confiabilidad ya que es mayor que 0,6. Por lo que se sugirió su aplicación para la recolección de datos durante la investigación.

Coeficiente Alfa de Cronbach

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] * \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_r^2} \right]$$

Dónde:

k= Número de Ítems

$\sum S_i^2$ = Suma de las varianzas de cada ítem

S_r^2 = Varianza Total

Tabla 6

Confiabilidad del instrumento

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,811	40

2.8. Métodos de análisis de datos

El procesamiento de datos se realizó usando el software SPSS, para lo cual se elaboró una base de datos del pretest control, pretest experimental, posttest control y posttest experimental en base a la variable dependiente Habilidades para la vida. Los gráficos empleados en la estadística general fueron Cajas y bigotes y gráficos de pirámide. El estadígrafo utilizado fue el no paramétrico, eligiendo la prueba Uman de Whitney con dos muestras independientes debido a que la variable es cuantitativa.

III. Resultados

3.1. Descripción

3.1.1. Descripción de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

A continuación presentamos los resultados después de la aplicación del programa prevención del consumo de drogas para las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, para verificar si el programa tuvo éxito se realizó el análisis estadístico en dos momentos; en primera instancia a la presentación descriptiva, donde las puntuaciones de cada dimensión fue transformada a niveles luego el análisis inferencial de la prueba de hipótesis correspondiente.

Tabla 7

Niveles de comparaciones de habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

		Tabla cruzada habilidades para la vida *test				Total	
		test					
		pre control	pre experimental	post control	post experimental		
habilidades para la vida	malo	Recuento	1	0	1	0	2
		% dentro de test	5,0%	0,0%	5,0%	0,0%	2,5%
	regular	Recuento	18	20	17	10	65
		% dentro de test	90,0%	100,0%	85,0%	50,0%	81,3%
	bueno	Recuento	1	0	2	10	13
		% dentro de test	5,0%	0,0%	10,0%	50,0%	16,3%
Total		Recuento	20	20	20	20	80
		% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

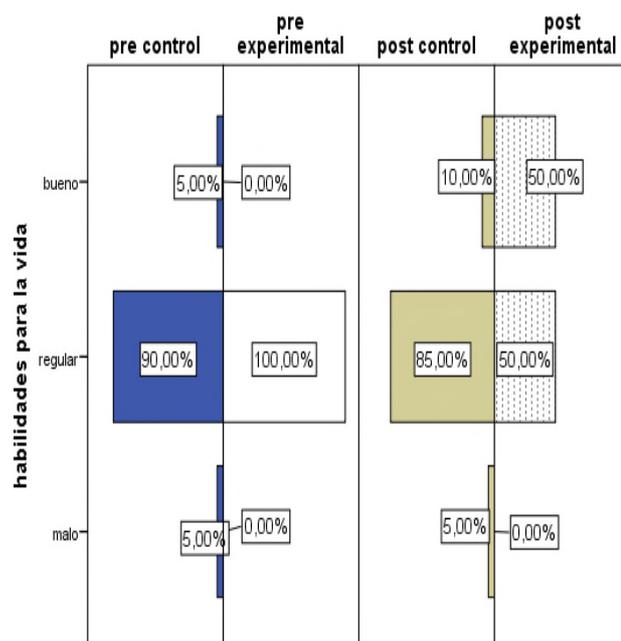


Figura 4. Niveles de comparaciones de habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

En cuanto a los resultados por niveles y la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 5% de los estudiantes presentan malas habilidades para la vida mientras en el grupo experimental ninguno presenta malas habilidades, sin embargo el 90% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida de manera regular mientras que el 100% del grupo experimental presentan habilidades regulares, luego de la aplicación del programa el 10% de los estudiantes del grupo control presentan buenas habilidades mientras que el 50% de los estudiantes del grupo experimental presentan buenas habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

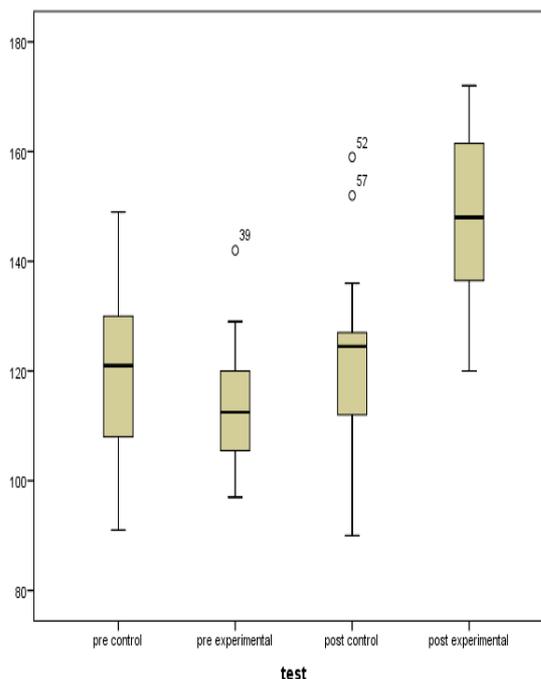


Figura 5. Comparaciones de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

De la figura 5, se observa que el puntaje inicial de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, el cual se aprecia tanto en el grupo control y experimental comparten similar niveles en el pre test, luego de la aplicación del programa se aprecia que en el grupo control los estudiantes se concentraron en nivel del regular mientras que en el grupo experimental comparten niveles entre regular y bueno en cuanto a las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Resultados específicos

Nivel del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria – 2017

Tabla 8

Niveles del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

		test				Total	
		pre control	pre experimental	post control	post experimental		
Conocimiento de sí mismo	malo	Recuento	1	0	1	0	2
		% dentro de test	5,0%	0,0%	5,0%	0,0%	2,5%
	regular	Recuento	14	18	12	8	52
		% dentro de test	70,0%	90,0%	60,0%	40,0%	65,0%
	bueno	Recuento	5	2	7	12	26
		% dentro de test	25,0%	10,0%	35,0%	60,0%	32,5%
Total		Recuento	20	20	20	20	80
		% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

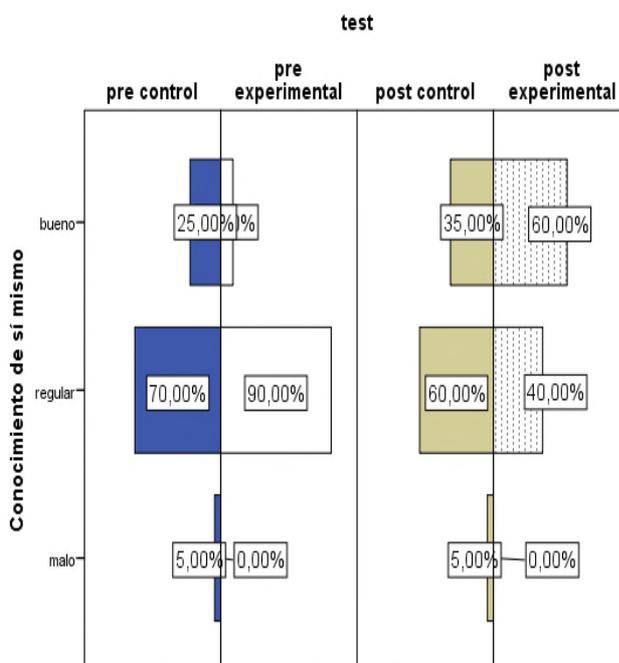


Figura 6. Niveles del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

En cuanto a los resultados específico por niveles del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 5% de los estudiantes presentan malas habilidades para la vida en la dimensión conocimiento de sí mismo mientras en el grupo experimental ninguno presenta malas habilidades en la dimensión conocimiento de sí mismo, sin embargo el 70% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida en la dimensión conocimiento de sí mismo de manera regular mientras que el 90% del grupo experimental presentan habilidades en la dimensión conocimiento de sí mismo regulares, luego de la aplicación del programa el 35% de los estudiantes del grupo control presentan buenas habilidades en la dimensión conocimiento de sí mismo mientras que el 60% de los estudiantes del grupo experimental presentan buenas habilidades para la vida en la dimensión conocimiento de sí mismo en estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

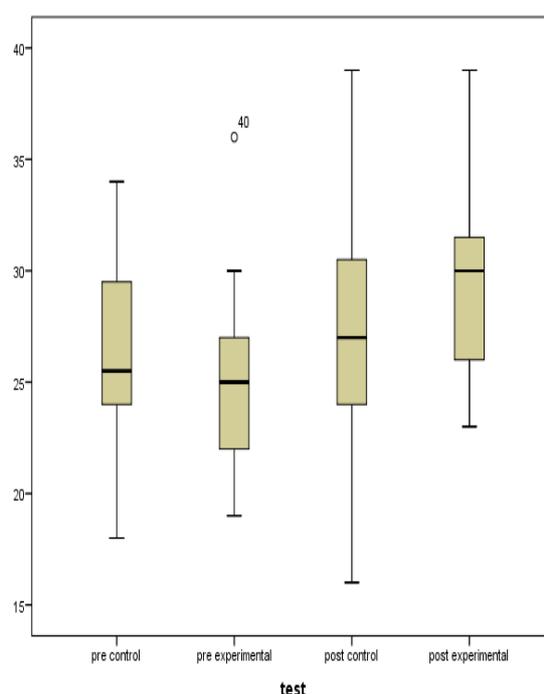


Figura 7. Comparaciones del nivel del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria – 2017.

En cuanto al resultado específico, en la figura 7, se observa que el puntaje inicial de las habilidades para la vida en la dimensión conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, el cual se aprecia tanto en el grupo control y experimental comparten similar niveles en el pre test, luego de la aplicación del programa se aprecia que en el grupo control los estudiantes se concentraron en nivel del regular mientras que en el grupo experimental comparten niveles entre regular y bueno en cuanto a las habilidades para la vida en la dimensión conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Tabla 9

Niveles de comparaciones de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

		Tabla cruzada Comunicación asertiva.*test					
		test				Total	
		pre control	pre experimental	post control	post experimental		
Comunicación asertiva.	malo	Recuento	4	1	4	0	9
		% dentro de test	20,0%	5,0%	20,0%	0,0%	11,3%
	regular	Recuento	12	18	12	10	52
		% dentro de test	60,0%	90,0%	60,0%	50,0%	65,0%
	bueno	Recuento	4	1	4	10	19
		% dentro de test	20,0%	5,0%	20,0%	50,0%	23,8%
Total	Recuento	20	20	20	20	80	
	% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

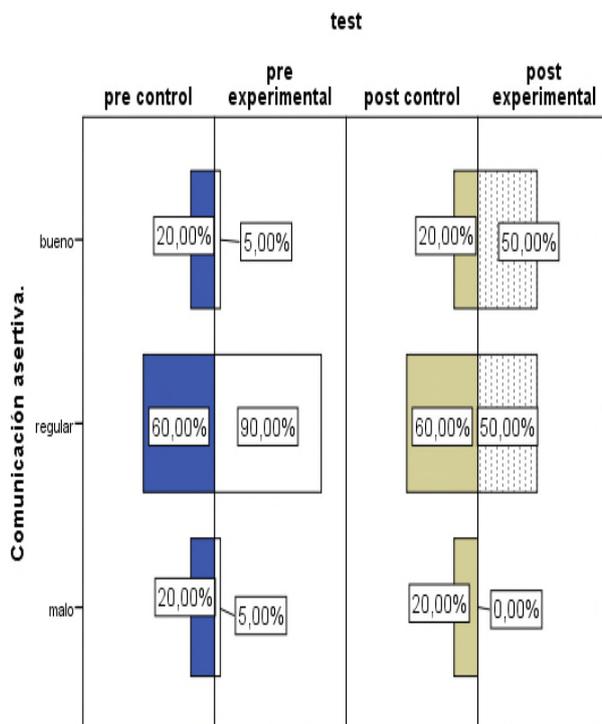


Figura 8. Niveles de comparaciones de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

En cuanto a los resultados específico por niveles *de la* comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 20% de los estudiantes presentan malas habilidades para la vida en la dimensión comunicación asertiva mientras en el grupo experimental el 5% presentan malas habilidades en la dimensión comunicación asertiva, sin embargo el 60% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida en la dimensión comunicación asertiva de manera regular, mientras que el 90% del grupo experimental presentan habilidades en la dimensión comunicación asertiva regular, luego de la aplicación del programa el 20% de los estudiantes del grupo control presentan buenas habilidades en la dimensión comunicación asertiva mientras que el 50% de los estudiantes del grupo experimental presentan buenas habilidades para la vida en la dimensión comunicación asertiva en estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

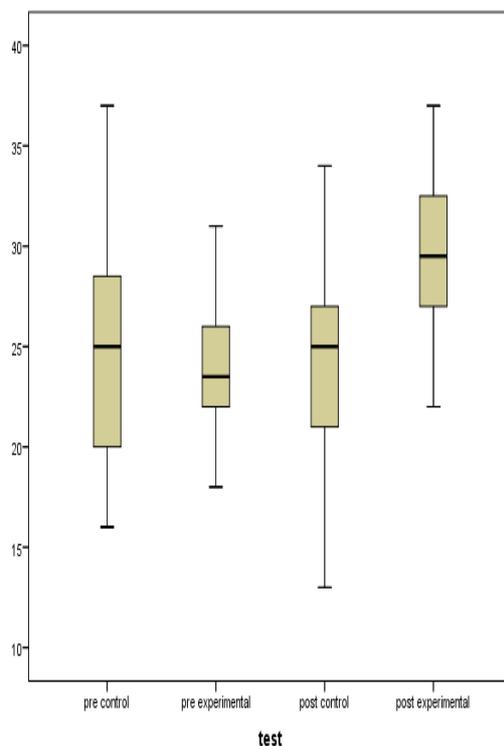


Figura 9 .Comparaciones de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Asimismo en el resultado específico, en la figura 9, se observa que el puntaje inicial de las habilidades para la vida en la dimensión comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, el cual se aprecia tanto en el grupo control y experimental comparten tendencias similares en niveles en el pre test, luego de la aplicación del programa se aprecia que en el grupo control los estudiantes se concentraron en nivel del regular mientras que en el grupo experimental comparten niveles entre regular y bueno en cuanto a las habilidades para la vida en la dimensión comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

3.1.2. Nivel de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Tabla 10

Niveles de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

		test				Total	
		pre		post			
		control	experimental	control	experimental		
Toma de decisiones	malo	Recuento	5	2	3	0	10
		% dentro de test	25,0%	10,0%	15,0%	0,0%	12,5%
	regular	Recuento	14	16	14	11	55
		% dentro de test	70,0%	80,0%	70,0%	55,0%	68,8%
	bueno	Recuento	1	2	3	9	15
		% dentro de test	5,0%	10,0%	15,0%	45,0%	18,8%
Total		Recuento	20	20	20	20	80
		% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

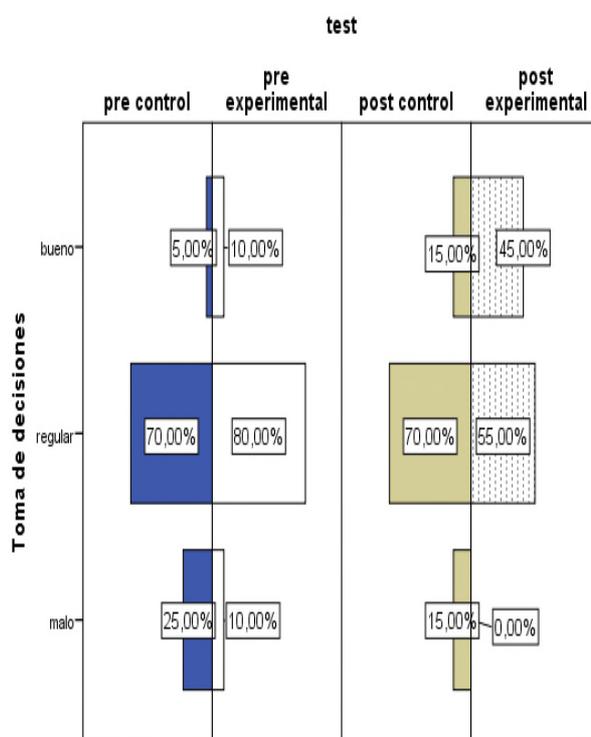


Figura 10. Niveles de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Asimismo en el resultados específico por niveles *de la* toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 25% de los estudiantes presentan malas habilidades para la vida en la dimensión la toma de decisiones mientras en el grupo experimental el 10% presentan malas habilidades en la dimensión la toma de decisiones, sin embargo el 70% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida en la dimensión la toma de decisiones de manera regular mientras que el 80% del grupo experimental presentan habilidades en la dimensión la toma de decisiones regulares, luego de la aplicación del programa el 15% de los estudiantes del grupo control presentan buenas habilidades en la dimensión la toma de decisiones mientras que el 45% de los estudiantes del grupo experimental presentan buenas habilidades para la vida en la dimensión la toma de decisiones en estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

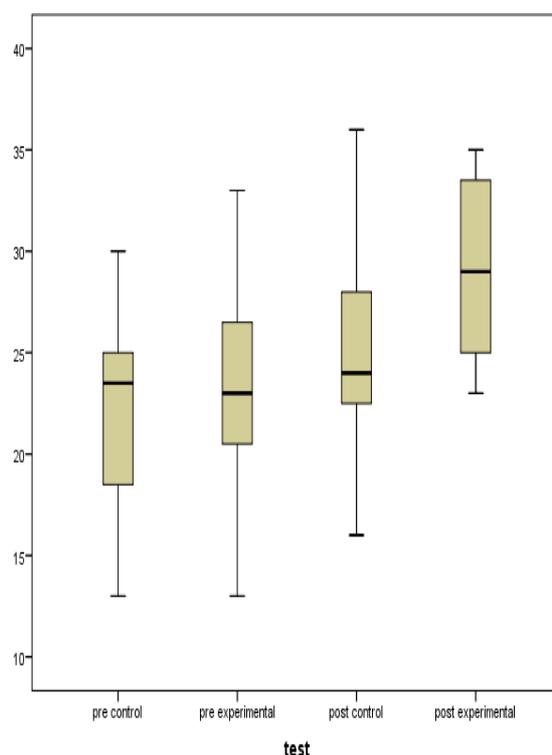


Figura 11. Comparaciones de la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Asimismo en el resultado específico, en la figura 11, se observa que el puntaje inicial de las habilidades para la vida en la dimensión toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, el cual se aprecia tanto en el grupo control y experimental comparten tendencias similar niveles en el pre test, luego de la aplicación del programa se aprecia que en el grupo control los estudiantes se concentraron en nivel del regular mientras que en el grupo experimental comparten niveles entre regular y bueno en cuanto a las habilidades para la vida en la dimensión toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

4.1.3 Nivel de la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Tabla 11

Niveles de la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

		Tabla cruzada Solución de problemas*test				Total	
		test					
		pre control	pre experimental	post control	post experimental		
Solución de problemas	malo	Recuento	4	5	3	0	12
		% dentro de test	20,0%	25,0%	15,0%	0,0%	15,0%
	regular	Recuento	15	15	17	7	54
		% dentro de test	75,0%	75,0%	85,0%	35,0%	67,5%
	bueno	Recuento	1	0	0	13	14
		% dentro de test	5,0%	0,0%	0,0%	65,0%	17,5%
Total	Recuento	20	20	20	20	80	
	% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

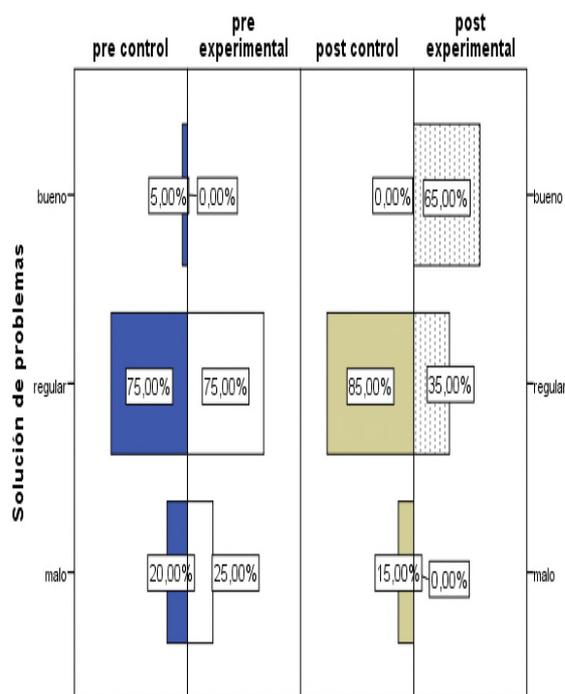


Figura 12. Niveles de la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Asimismo en el resultados específico por niveles de la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 20% de los estudiantes presentan malas habilidades para la vida en la dimensión solución de problemas mientras en el grupo experimental el 25% presentan malas habilidades en la dimensión solución de problemas, sin embargo el 75% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida en la dimensión la solución de problemas de manera regular mientras que el 75% del grupo experimental presentan habilidades en la dimensión solución de problemas regulares, luego de la aplicación del programa el 0% de los estudiantes del grupo control presentan buenas habilidades en la dimensión solución de problemas mientras que el 65% de los estudiantes del grupo experimental presentan buenas habilidades para la vida en la dimensión solución de problemas en estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

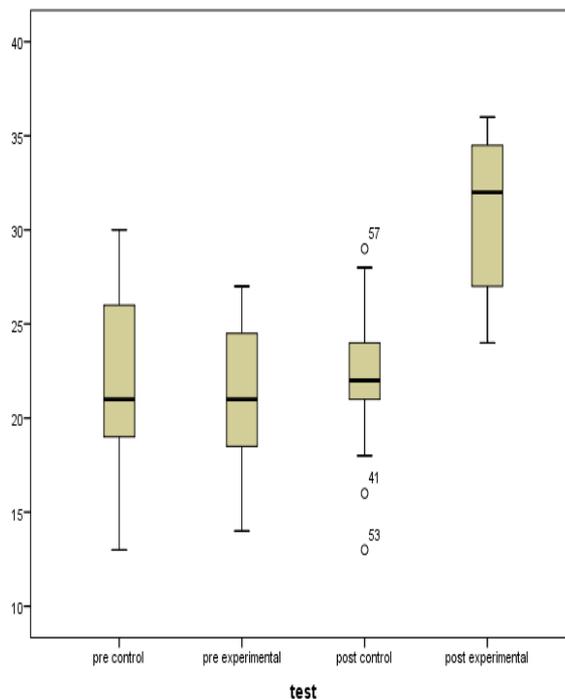


Figura 13. Comparaciones la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Asimismo en el resultado específico, en la figura 13, se observa que el puntaje inicial de las habilidades para la vida en la dimensión solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, el cual se aprecia tanto en el grupo control y experimental comparten tendencias similar niveles en el pre test, luego de la aplicación del programa se aprecia que en el grupo control los estudiantes se concentraron en nivel del regular mientras que en el grupo experimental comparten niveles entre regular y bueno en cuanto a las habilidades para la vida en la dimensión solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

4.1.3 Nivel del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Tabla 12

Niveles del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

			test				Total
			pre control	pre experimental	post control	post experimental	
Pensamiento crítico	malo	Recuento	1	4	3	0	8
		% dentro de test	5,0%	20,0%	15,0%	0,0%	10,0%
	regular	Recuento	16	15	17	12	60
		% dentro de test	80,0%	75,0%	85,0%	60,0%	75,0%
bueno	Recuento	3	1	0	8	12	
	% dentro de test	15,0%	5,0%	0,0%	40,0%	15,0%	
Total	Recuento	20	20	20	20	80	
	% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

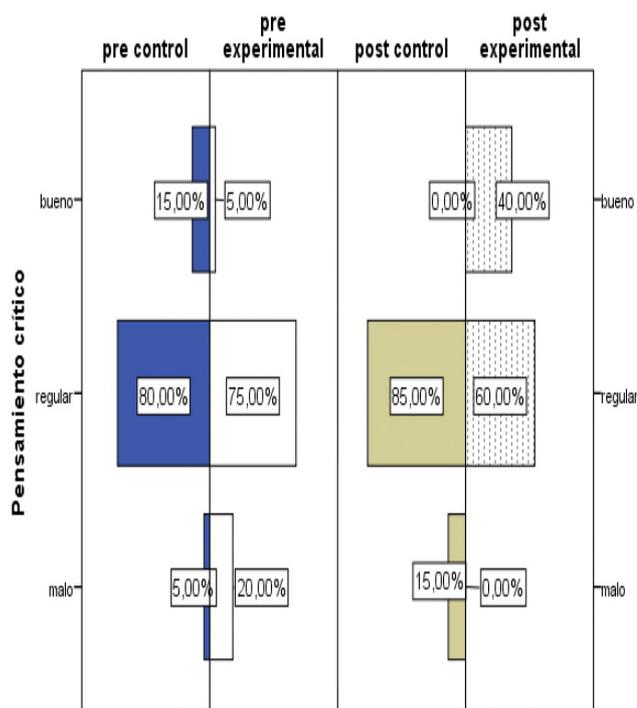


Figura 14. Niveles del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Asimismo en el resultados específico por niveles *del* pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 5% de los estudiantes presentan malas habilidades para la vida en la dimensión pensamiento crítico mientras en el grupo experimental el 20% presentan malas habilidades en la dimensión pensamiento crítico, sin embargo el 80% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida en la dimensión pensamiento crítico de manera regular mientras que el 75% del grupo experimental presentan habilidades en la dimensión pensamiento crítico regulares, luego de la aplicación del programa el 0% de los estudiantes del grupo control presentan buenas habilidades en la dimensión pensamiento crítico mientras que el 40% de los estudiantes del grupo experimental presentan buenas habilidades para la vida en la dimensión pensamiento crítico en estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

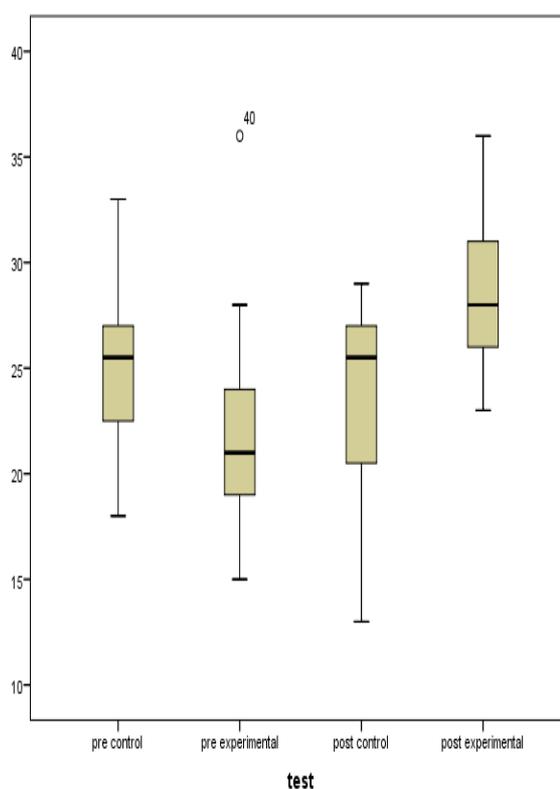


Figura 15. Comparaciones del pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Finalmente en el resultado específico, en la figura 15, se observa que el puntaje inicial de las habilidades para la vida en la dimensión pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria, el cual se aprecia tanto en el grupo control y experimental comparten tendencias similar niveles en el pre test, luego de la aplicación del programa se aprecia que en el grupo control los estudiantes se concentraron en nivel del regular mientras que en el grupo experimental comparten niveles entre regular y bueno en cuanto a las habilidades para la vida en la dimensión pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

Contrastación de hipótesis

Hipótesis general de la investigación

Ho: El programa prevención del consumo de drogas no influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Ho: $\mu_1 = \mu_2$.

H₁: El programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Hi: $\mu_1 > \mu_2$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 13

Nivel de significación de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos				
Razonamiento	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	16,68	333,50	U= 163.5
post experimental	20	24,33	486,50	Z=-4,923
Total	40			Sig. asintót = 0,000

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto a las habilidades para la vida, el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, el programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Prueba de hipótesis específica

Resultado de la prueba de hipótesis 1

H_0 : El programa prevención del consumo de drogas no influye en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H_1 : El programa prevención del consumo de drogas influye en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 14

Nivel de significación del conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos				
Razonamiento	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	17,40	348,00	U= 210
post experimental	20	23,60	472,00	Z=-1,151
Total	40			Sig. asintót = 0,53

Así mismo se tienen los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto al conocimiento de sí mismo el valor de la z_c se encuentra por encima del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-1,151 > -1,96$) y el $p=0,53$ mayor al α 0,05 lo que significa no rechazar la hipótesis nula. El programa prevención del consumo de drogas no influye en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Resultado de la prueba de hipótesis 2

H_0 : El programa prevención del consumo de drogas no influye en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H_1 : El programa prevención del consumo de drogas influye en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º año de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 15

Nivel de significación de la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos				
Conceptualización	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	19,30	386,00	U= 331,50
post experimental	20	21,70	434,00	Z=-2,443
Total	40			Sig. asintót = 0,004

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto en la comunicación asertiva, el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-2,443 < -1,96$) y el $p=0,004$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna. El programa prevención del consumo de drogas influye en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Resultado de la prueba de hipótesis 3

H_0 : El programa prevención del consumo de drogas no influye en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H_1 : El programa prevención del consumo de drogas influye en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 16

Nivel de significación en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos				
Emite juicio	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	19,05	381,00	U= 262,5
post experimental	20	21,95	439,00	Z=-3,780
Total	40			Sig. asintót = 0,00

Asimismo se tienen los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto a la toma de decisiones el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-3,780 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna. El programa prevención del consumo de drogas influye en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Resultado de la prueba de hipótesis 4

H_0 : El programa prevención del consumo de drogas no influye en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H_1 : El programa prevención del consumo de drogas influye en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 17

Nivel de significación en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos				
Emite juicio	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	19,33	386,50	U= 376
post experimental	20	21,68	433,50	Z=-2,281
Total	40			Sig. asintót = 0,023

Asimismo, se tienen los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto a la solución de problemas de los estudiantes el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-2.281 < -1,96$) y el $p=0,023$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna. El programa prevención del consumo de drogas influye en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Resultado de la prueba de hipótesis 5

H_0 : El programa prevención del consumo de drogas no influye en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H_1 : El programa prevención del consumo de drogas influye en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 18

Nivel de significación en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos

Emite juicio	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	16,95	339,00	U= 376
post experimental	20	24,05	481,00	Z=-2,281
Total	40			Sig. asintót = 0,023

Finalmente, se tienen los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto al pensamiento crítico el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-2,281 < -1,96$) y el $p=0,023$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna. El programa prevención del consumo de drogas influye en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

IV. Discusión

Luego de haber realizado el trabajo de campo que tuvo como objetivo general determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes de la I.E. Túpac Amaru y con el sustento teórico elaborado por la OMS en base a expertos del tema como son Bandura, Gardner, Piaget, Jessor y otros más es que nos sentimos en la posición de contrastar nuestros resultados con las de otros investigadores.

Saravia (2016) en su tesis *Habilidades para la vida y agresión en adolescentes infractores recluidos en un centro de rehabilitación de Lima*, cuyo objetivo general fue determinar la relación que existe entre ambas variables. Se llegó a la conclusión que comparando la muestra de estudio con la población infractora presentan un nivel muy bajo lo que quiere decir que estos adolescentes no cuentan con Habilidades para la vida desarrolladas y determinando así que los adolescentes presentan características agresivas. Con respecto a la investigación del programa preventivo sobre el consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de secundaria se trabajaron dos sesiones de comunicación asertiva para lograr cambios de conducta con respecto a la forma de comunicarse por lo que ellos manifestaron un trato agresivo entre ellos antes del programa y conforme se fue desarrollando las sesiones se apreciaron cambios de conducta y el manejo de conceptos sobre los tipos de comunicación entre ellos el agresivo, pasivo y asertivo, se evidenciaron al finalizar el programa.

Choque y Chirinos (2008) en su investigación *Eficacia del programa de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica* las variables estudiadas fueron: comunicación, asertividad, toma de decisiones, autoestima, sexo y edad. Obteniendo como resultado que hubo un incremento significativo en el desarrollo de habilidades de comunicación y asertividad en los estudiantes del grupo experimental. No se encontraron diferencias significativas en el desarrollo de la habilidad de toma de decisiones y autoestima. En la presente investigación del programa prevención del consumo de drogas en estudiantes del 2° grado de secundaria en el que se tuvo en cuenta el desarrollo de 5 habilidades para la vida como: conocimiento de sí mismo, comunicación asertiva, toma de decisiones, solución de problemas y pensamiento crítico; por lo que los resultados después de la aplicación del programa fue favorable para el desarrollo de cuatro de ellas

excepto del conocimiento así mismo lo que implica el desarrollo del autoestima, el autoconcepto y la valoración personal de cada estudiante; en ambos casos se obtuvo el mismo resultado sobre esta habilidad ya que su desarrollo es más complejo y toma más tiempo en desarrollarlo.

Neri (2012) en su tesis tiene como objetivo general la de determinar la prevalencia del consumo de drogas y su repercusión en el rendimiento académico en los estudiantes de la Universidad “José Faustino Sánchez Carrión” de Huacho llegó a la conclusión de estudiantes prefieren solo tabaco, etc. Finalmente se determina que si existe repercusión del consumo de alcohol y drogas en el rendimiento académico de los estudiantes. Por tanto la presente investigación se desarrolló un programa de prevención del consumo de drogas que influyó en las habilidades para vida de los estudiantes del 2° grado de secundaria lo cual les va a servir si en algún momento de su vida se vean tentados al consumo de alguna droga puedan estar en la capacidad de tomar una decisión y solucionar este tipo de problema ya que con el desarrollo de su pensamiento crítico analizaran la situación sobre las consecuencias negativas que traen su consumo como por ejemplo verse afectados en sus notas por su bajo rendimiento, conductas inadecuadas dentro y fuera del colegio, etc.

Acuña, Facho y Velásquez (2015) en su tesis *Efectividad de un Programa educativo para fortalecer las Habilidades Sociales en niños en edad escolar en una LE. Chiclayo - 2014*, cuyo objetivo general fue determinar la efectividad de un programa educativo para fortalecer las habilidades sociales en niños en edad escolar: comunicación, asertividad, autoestima y toma de decisiones. Los resultados señalaron que antes del programa las habilidades sociales que presentaron bajos porcentajes fueron: toma de decisiones, autoestima, asertividad y comunicación, posteriormente mejoraron significativamente luego de la aplicación. El programa preventivo del consumo de drogas en habilidades para la vida se puede decir que también fue efectivo por los resultados obtenidos; ya que de las 5 dimensiones desarrolladas en el presente programa sólo uno el de conocimiento a sí mismo no obtuvo los resultados esperados por diversos factores personales de los estudiantes ya manifestaron inseguridad muchas veces

al manifestar sus cualidades, sus fortalezas o sus habilidades para desenvolverse tanto en el colegio como sus hogares.

Morales, Benítez, y Agustín (2013) en su tesis *Habilidades para la vida (cognitivos y sociales) en adolescentes de una zona rural con un enfoque basado en habilidades para la vida* que permite desarrollar competencias psicosociales específicamente en habilidades sociales y cognitivas, Siendo su objetivo fortalecer habilidades cognitivas y habilidades sociales, a través de la implementación de dos programas de intervención psicoeducativa. Los resultados arrojaron una mejora en habilidades sociales; además de encontrar asociación entre habilidades sociales avanzadas y autoeficacia, así como en afrontamiento activo con las habilidades sociales; no se observaron cambios en autoeficacia ni afrontamiento. Concluyeron que el programa fue efectivo al mejorar las habilidades sociales de los adolescentes. En forma similar en nuestra investigación también obtuvimos resultados significativos que determinaron la influencia positiva del programa al lograr cambios de conducta de algunos estudiantes.

Perez (2012) En su tesis *Habilidades para la vida y uso de anticonceptivos por tipo de pareja sexual en adolescentes* cuyo objetivo fue identificar las diferencias en el nivel de conocimientos y creencias sobre sexualidad, y habilidades en la toma de decisiones y comunicación asertiva, de acuerdo al uso y frecuencia de anticoncepción por tipo de pareja sexual, regular u ocasional. Se demostró diferencias significativas en el nivel de conocimientos en las habilidades y el uso de métodos anticonceptivos siempre con su pareja sexual regular y sin debut sexual, además que su método de preferencia para no correr riesgos era el condón. Finalmente se obtuvo diferencias significativas en el nivel de creencias del grupo que se protegió pocas veces, con la pareja sexual ocasional y sin debut sexual, respecto a los que siempre se protegen. Debemos tener en cuenta que cuando trabajamos la programas preventivos con estudiantes los factores de riesgo que generalmente se trabajan son dos problemas de consumo de drogas y los relacionados a la sexualidad; por lo que hacemos la comparación de lo efectivo que es trabajar habilidades para la vida en dichas

problemáticas ya que fortalecen a los estudiantes de dichas habilidades para enfrentarse en la vida,

Pérez (2011) en su tesis *Habilidades para la vida y consumo de drogas en adolescentes escolarizados mexicanos*, cuyo objetivo fue validar siete escalas de habilidades para la vida que permitieran identificar si existen diferencias significativas en dichas habilidades en adolescentes estudiantes no consumidores y consumidores de alcohol, tabaco, marihuana e inhalables. El trabajo de investigación se basa en el enfoque de Habilidades para la vida en el ámbito educativo cuyo objetivo ha sido la prevención de consumo de drogas en niños y adolescentes por Botvin y Griffin (2007). Los resultados mostraron que los estudiantes no consumidores de alcohol, tabaco, marihuana e inhalables obtuvieron diferencias significativas en las habilidades de resistencia a la presión, habilidades de planeación y empatía a diferencia de los consumidores en el último mes. Debemos tener en consideración que en el caso de la presente investigación se consideraron sólo cinco habilidades: conocimiento de sí mismo, comunicación asertiva, toma de decisiones, solución de problemas y pensamiento crítico; de las cuales sólo cuatro fueron favorables al objetivo general planteado; sin embargo influyen muchos factores para estos resultados uno de ellos es el factor tiempo que es vital para desarrollar o fortalecer las habilidades en los adolescentes, cabe resaltar que el objetivo fundamental de esta investigación es la prevención ante todo y no esperar que suceda un caso para recién actuar.

V. Conclusiones

De los resultados obtenidos en forma general se puede concluir que el programa prevención del consumo de drogas a influenciado significativamente en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru.

Primera El programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017, el cual se tiene al valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula. En el desarrollo del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru se pudo apreciar el interés de los estudiantes por la temática nueva para ellos de habilidades para la vida lo cual favoreció en la aplicación del programa.

Segunda El programa prevención del consumo de drogas no influye en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria en cuanto al valor de la z_c se encuentra por encima del nivel crítico, donde $z_c > z_t$ ($-1,151 > -1,96$) y el $p=0,53$ mayor al $\alpha 0,05$ lo que significa no rechazar la hipótesis nula. Esto se puede deber a la falta de autoestima y al autoconcepto que generalmente los adolescentes sufren en esta etapa y que no se logra de la noche a la mañana sino que es todo un proceso a la cual todos los padres de familia y maestros debemos estar pendientes para favorecer en su desarrollo.

Tercera El programa prevención del consumo de drogas influye en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria por lo que, el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-2.443 < -1,96$) y el $p=0,004$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la

hipótesis nula. Compartir los conocimientos de la comunicación asertiva fue interesante ya que fueron las dos sesiones donde se manifestó mucho la participación de los estudiantes, en la cual ellos interactuaron con sus experiencias personales en el colegio dentro y fuera del aula; lo cual permitió realizar una metacognición al finalizar la sesión.

Cuarta El programa prevención del consumo de drogas influye en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria por lo que el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-3,780 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula. Durante el desarrollo de las dos sesiones relacionadas a la toma de decisiones se pudo apreciar que un buen porcentaje de estudiantes hace uso de esta habilidad y a otros les falta tener más seguridad y además evidencian dificultad al expresarlo muchas veces por miedo o vergüenza al qué dirán.

Quinta El programa prevención del consumo de drogas influye en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria por lo que el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-2,281 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula. Durante el desarrollo de las sesiones donde involucraba la temática de solución de problemas se pudo evidenciar que muchos estudiantes se desarrollaron eficazmente al aplicar los pasos de para resolver problemas y dieron cuenta que muchas veces aplicaron alguno de ellos, fueron interesantes dichas sesiones ya que cuando se les propuso problemas sobre el consumo de drogas les fue más fácil interactuar con sus compañeros.

Sexta Finalmente, el programa prevención del consumo de drogas influye en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2º grado de educación

secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria por lo que el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-2,281 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula. Finalmente en el desarrollo del programa cuando se trató esta temática fue aún más interesante porque muchos de ellos se sintieron identificados con las situaciones planteadas en clase; fue más fácil su participación, contar sus experiencias dar sus opiniones personales y muchos de ellos fueron muy críticos al dar su opinión.

VI. Recomendaciones

Finalmente luego de haber determinado que el programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria – 2017 podemos dar las siguientes recomendaciones:

Primera Que el Minedu brinde capacitaciones en forma general a los docentes y no sólo a los tutores sobre la prevención del consumo de drogas utilizando el modelo de habilidades para la vida el cual se encuentra en los Lineamientos del Programa de prevención del consumo de drogas del mismo ministerio.

Segunda Se debe tener en cuenta que los estudiantes manifiestan deficiencia en las habilidades del conocimiento de sí mismos por lo cual urge desarrollar actividades donde se fortalezcan el autoestima, el autoconocimiento y el autoconcepto; ya que de esto va depender el desarrollo de su personalidad en esta etapa tan difícil y conflictiva que es la adolescencia.

Tercera Fomentar en los estudiantes la comunicación asertiva lo cual va a ser favorable a la convivencia escolar libre de conflictos personales y grupales, evitando así el bullying generando así un buen clima escolar.

Cuarta Incluir en las sesiones de tutoría y demás áreas curriculares el desarrollo de talleres que desarrollen habilidades para la vida como por ejemplo teatro, talleres de liderazgo lo cual va a favorecer a su capacidad de poder comunicarse, interactuar con sus compañeros, tomar decisiones para solucionar problemas a los que ellos generalmente se ven afectados tanto en el colegio como en su casa.

Quinta Realizar debates con temas controversiales y actuales en el comedor de estudiantes para promover el desarrollo del pensamiento crítico con la finalidad de buscar nuevos líderes estudiantiles.

Sexta Proponer a la Dirección del I.E. que a la hora del almuerzo se puedan proyectar corto metrajes o videos educativos para promover valores que favorezcan a la convivencia escolar y a la prevención del consumo de drogas.

VII. Referencias

- Acuña, C. Facho, E. y Velásquez, L. (2015). *Efectividad de un Programa educativo para fortalecer las Habilidades Sociales en niños en Edad escolar en una I.E. Chiclayo - 2014*", Universidad nacional Pedro Ruiz Gallo Facultad de enfermería. Recuperado <http://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/UNPRG/63/BC-TES-3688.pdf?sequence=1>
- Aiken, L. (1996). *Test psicológicos y evaluación*. (Octava edición). México: Prentice Hall Hispanoamericana S.A.
- Becoña, E. (2002). *Bases científicas de la prevención de las drogodependencias*. Madrid: Edit. Ministerio del interior. Recuperado http://www.pnsd.msssi.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/Bases_cientificas.pdf
- Bernal A. (2010). *Metodología de la investigación*. (Tercera edición) Colombia: Pearson educación. Recuperado de <http://eva.sepyc.gob.mx:8383/greenstone3/sites/localsite/collect/ciencia1/index/assoc/HASHe5b1.dir/11050004.pdf>
- Botvin, G. (1995). *Entrenamiento en habilidades para la vida y prevención del consumo de drogas en adolescentes: Consideraciones teóricas y hallazgos empíricos*. *Psicología conductual*, 3(3), 333-356.
- Cedro, (2015). *El problema de las drogas en el Perú* (2015). Perú: impreso en CEDRO. Recuperado de http://www.repositorio.cedro.org.pe/bitstream/CEDRO/201/3/El_problema_de_las_Drogas.%C3%BA%ltima%20ver.pdf
- Cedro, (2013) *Abuso de drogas en adolescentes y jóvenes y vulnerabilidad familiar*. *Oficina de las naciones unidas contra la droga y el delito*. Perú. LIBRO_ADOLESCENTES_SPAs_UNODC-CEDRO.pdf.
- Choque, R. y Chirinos, J. (2009) *Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes Escolares de Huancavelica*, Perú *Rev. Salud pública*. 11 (2): 169-181. Recuperado de <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v11n2/v11n2a02.pdf>
- Díaz, L., Rosero, R., Melo, M., Aponte, D. (2013). *Habilidades para la vida. Análisis de las proporciones psicométricas de un test creado para su medición*. *Revista colombiana de ciencias sociales*.

- Fundación para el desarrollo socioeconómico y restauración ambiental
 FUNDESYRAM (2011) *¿Cómo enseñar a tomar decisiones acertadas?* San Salvador. Recuperado de
http://www.fundesyram.info/document/PDFPUB/TOMA_DECISIONES.pdf
- Gutiérrez, A. (s.f.). *Habilidades para la vida. Manual de conceptos básicos para facilitadores y educadores CEDRO*. Recuperado de
<http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesparalavidamanualdeconceptos16agosto.pdf>
- Hernandez, A. (s.f.). *Expresión oral y escrita II* Universidad Tecnológica de Izúcar de Matamoros. Recuperado de
<https://licangelahdez.files.wordpress.com/2014/01/unidad-i-com-verbal-y-no-verbal-eeii.pdf>
- Hernandez, R., Fernandez, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. (Quinta edición). México: Mc Graw Hill.
- Instituto Internacional de planeamiento de la educación IPE (2000). *10 Módulos destinados a los responsables de los procesos de la transformación educativa*. Buenos Aires-UNESCO.
- Kerlinger, F. (1986) *Investigación del comportamiento*. (Cuarta edición). México: Mc Graw Hill.
- Mangrulkar, L., Whitman, C. y Posner, M. (2001), *Enfoque de Habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Washington. Recuperado de
http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS_0.pdf
- Mantilla, L. (2001) *Habilidades para la vida* Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Fe y Alegría. Recuperado de
http://www.feyalegria.org/images/acrobat/7297981051081051009710010115_849.pdf
- Mantilla, L. (2002) *Habilidades para la vida* Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Fe y Alegría. Recuperado de

- <https://es.scribd.com/document/148991877/Habilidades-Pa-La-Vida-Una-Propuesta-Educ-Pa-Vivir-Mejor-Marco-Referencia-FEyALEGRIA-55pag>
- Melero, J. (2010) *Habilidades para la vida: un modelo para educar con sentido II* Seminario de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud Zaragoza. Recuperado de <http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Departamentos/SaludConsumo/Documentos/docs/Profesionales/Salud%20publica/Promoci%20salud%20escuela/Red%20Aragonesa%2>
- Ministerio de Educación (2013). *Lineamientos para la educación de una vida sin drogas*. Perú.
- Ministerio de Educación (2015). *Orientaciones pedagógicas para la prevención del consumo de drogas en población escolar del nivel de educación secundaria* Módulo I - Prevención del consumo de drogas: Marco conceptual (Primera Edición). Perú.
- Ministerio de salud (2006). *Modelo de abordaje de la promoción de la salud en el Perú: documento técnico*. Dirección General de Promoción de Salud. Lima. Recuperado de <http://crolimacallao.org.pe/wpcontent/uploads/NORMAS%20TECNICAS%20Y%20DIRECTIVAS/DOC%20TECNICO%20MODELO%20DE%20ABORDAJE%20PROMOCION%20DE%20LA%20SALUD%20PERU-2006.pdf>
- Morales, M., Benítez, M. y Agustín, D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), 98-113. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v15n3/v15n3a7.pdf>
- Neri, A. (2012) *Prevalencia del consumo de drogas y su repercusión en el rendimiento académico en los estudiantes de la especialidad de matemática, física e informática de la facultad de educación de la universidad nacional "José Faustino Sánchez Carrión"*. Tesis de maestría. Repositorio Digital. Recuperado de <http://190.116.38.24:8090/xmlui/bitstream/handle/123456789/44/PREVALENCIA%20DE%20CONSUMO%20DE%20DROGA.pdf?sequence=1>
- Organización de Estados Americanos. El problema de las drogas en las Américas: Parte 3: Políticas y programas, pág. 38,39. Recuperado de

http://www.cicad.oas.org/drogas/elinforme/informeDrogas2013/drugsPublicHealth_ESP.pdf

- Organización Panamericana de la Salud (2001). *Por una juventud sin tabaco. Adquisición de habilidades para la vida*. Washington-EEUU—(Publicación Científica y Técnica No. 579)
- Perez, C. (2012) *Habilidades para la vida y consumo de drogas en adolescentes escolarizados mexicanos Adicciones*, vol. 24, núm. 2, 2012, pp. 153-160 Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías Palma de Mallorca, España. (2012). Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2891/289122912008.pdf>
- Perez, C., (2013). *Habilidades para la vida y uso de anticoncepción por tipo de pareja sexual en adolescentes Enseñanza e Investigación en Psicología*, vol. 18, núm. 1, enero-junio, 2013, pp. 35-49 Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29228948003.pdf>
- Rodriguez, A. (s.f.). *Prevención del uso y abuso de drogas*. CEDRO. Perú. Recuperado de http://www.cedro.org.pe/courseonline20134/descargas/Modulo_4.pdf
- Rodriguez, V. (sf) *Manual para la prevención del consumo de drogas*, DEVIDA Perú. Recuperado de http://www.cicad.oas.org/fortalecimiento_institucional/savia/PDF/guias/MANUAL%20DE%20PREVENCION.pdf
- Sajinez, J. (2014). *Temas acerca de las drogas*. Copyright. Huacho-Lima. Repositorio digital. Recuperado de <http://190.116.38.24:8090/xmlui/bitstream/handle/123456789/225/TEMAS%20ACERCA%20DE%20LAS%20DROGAS.pdf?sequence=1>
- Saravia, M. (2016) *Habilidades para la vida y agresión en adolescentes infractores recluidos en un centro de rehabilitación de Lima*. Tesis de licenciatura.<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/95/1/SARAVIA%20HERMOZA.pdf>
- Vara, A. (2012). *Desde la idea hasta la sustentación: 7 pasos para una tesis exitosa*. Perú.

Vargas, R. (2005). *Proyecto de vida y planeamiento estratégico personal*.

Certificado de depósito legal Lima Perú. Recuperado de

<http://www.ntslibrary.com/Proyecto%20de%20Vida%20y%20Planeamiento%20Estrategico%20Personal.pdf>

Vargas, Z. (2009). *La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica*. *Educación*, 33(1), 155-165 Universidad de Costa Rica San Pedro, Montes de Oca, Costa Rica

VIII. Anexos

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: "Programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en los estudiantes de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017"

Autora: Ofelia Beatriz Soria Meza

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Nivel y Rango
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variable Dependiente				
¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?	Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.	El programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.					
Problemas Específicos: Problema específico 1	Objetivos Específicos Objetivo específico 1	Hipótesis Específicas Hipótesis específica 1	Conocimiento de sí mismo	- Puedo describirme a mí mismo.	1;2,3,4		
¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru,	Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2° grado de educación	El programa prevención del consumo de drogas influye en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2° grado de educación		-Puedo establecer y alcanzar objetivos.	5;6;7;8		

<p>La Victoria - 2017?</p> <p>Problema específico 2 ¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?</p>	<p>secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p> <p>Objetivo específico 2 Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p> <p>Hipótesis específica 2 El programa prevención del consumo de drogas influye en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Comunicación asertiva</p>	<p>- Es capaz de expresar sus ideas.</p> <p>-Puede expresarse de diferentes maneras.</p>	<p>9;10;11;12</p> <p>13;14;15;16;</p>	<p>Siempre (S)</p> <p>Casi siempre (CS)</p> <p>Algunas veces (AV)</p> <p>Casi nunca (CN)</p> <p>Nunca (N)</p>	<p>malo [40 – 93]</p> <p>regular [94 – 146]</p> <p>bueno [147 – 200]</p>
<p>Problema específico 3 ¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?</p>	<p>Objetivo específico 3 Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Hipótesis específica 3 El programa prevención del consumo de drogas influye en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Toma de decisiones</p>	<p>- Reflexiona para decidir.</p> <p>- Apoya su decisión con argumentos.</p>	<p>17;18;19;20</p> <p>21;22;23;24</p>		

<p>Problema específico 4 ¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en la solución de problemas de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?</p>	<p>Objetivo específico 4 Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la solución de problemas de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Hipótesis específica 4 El Programa prevención del consumo de drogas influye en la solución de problemas de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Solución de problemas</p>	<p>- Encuentra una solución sensata. -Utiliza estrategias.</p>	<p>25;26;27;28 29;30;31;32</p>		
<p>Problema específico 5 ¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?</p>	<p>Objetivo específico 5 Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Hipótesis específica 5 El programa prevención del consumo de drogas influye en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.</p>	<p>Pensamiento crítico</p>	<p>- Analiza un problema de diferentes perspectivas. - Se sustenta con argumentos.</p>	<p>33;34;35;36; 37;38;39;40</p>		

METODOLOGÍA**Tipo de investigación:** Aplicada**Diseño:** Experimental**Método:** Científico e hipotético deductivo**Población:** 60 Estudiantes del 2° año de educación secundaria.**Muestra:** 40 estudiantes (22 del 2° "A" y 20 del 2° "B").**Muestreo:** No probabilístico

Anexo 2: Constancia emitida por la institución acreditando la realización del estudio in situ



"AÑO DEL BUEN SERVICIO AL CIUDADANO"

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
"TÚPAC AMARU"

La Victorial, 14 de mayo del 2017

CONSTANCIA DE REALIZACIÓN DEL ESTUDIO IN SITU

El que suscribe, el Director de la I. E. "Túpac Amaru" del distrito de La Victoria jurisdicción de la UGEL N° 03, hace constar que:

SORIA MEZA OFELIA BEATRIZ

DNI N° 09966615

Labora en nuestra institución Educativa como docente por horas en la especialidad de ciencia tecnología y ambiente en condición de contratada, y llevó acabo un conjunto de actividades, en nuestra casa de estudios, para desarrollar su trabajo de investigación titulada "Programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en estudiantes de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017", estas actividades fueron:

1	Aplicación de la prueba piloto a los estudiantes del 2° A y C.
2	Aplicación del pretest de Habilidades para la vida tanto al grupo de control (2do. A) y al experimental (2do. B).
3	Aplicación del "Programa prevención del consumo de drogas" al grupo experimental 2do. B
4	Aplicación del Postest de Habilidades para la vida tanto al grupo control (2do. A) y al experimental (2do.B).

Se expide la presente a solicitud de la interesada, para los fines que estime por conveniente.

Atentamente,

Lic. Marcelo Barzola Lara
 DIRECTOR

Anexo 3: Matriz de datos

Base de datos de prueba piloto

DATOS PRUEBA PILOTO.xlsx																																										
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO		
Estudiante	it_1	it_2	it_3	it_4	it_5	it_6	it_7	it_8	it_9	it_10	it_11	it_12	it_13	it_14	it_15	it_16	it_17	it_18	it_19	it_20	it_21	it_22	it_23	it_24	it_25	it_26	it_27	it_28	it_29	it_30	it_31	it_32	it_33	it_34	it_35	it_36	it_37	it_38	it_39	it_40		
1	5	2	4	3	5	3	4	3	1	5	5	1	3	2	3	5	1	5	4	1	4	3	2	1	5	2	3	1	3	4	5	5	5	5	2	2	5	3	1	4	3	
2	3	3	5	5	3	5	5	5	3	5	5	4	3	1	5	3	3	5	5	5	5	3	3	5	5	1	5	3	5	5	5	5	3	1	5	5	5	5	5	5	3	
3	5	2	3	2	2	1	1	1	1	4	5	3	4	4	5	1	1	3	2	1	4	3	2	5	1	3	1	3	4	1	5	3	5	3	1	2	4	5	3	5		
4	5	4	5	2	4	5	5	1	2	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	2	5	2	5	5	4	1	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
5	4	4	4	4	5	4	2	5	4	4	5	5	4	3	5	5	4	4	4	5	5	2	1	5	4	3	5	4	5	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	5		
6	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	5	2	1	1	3	5	4	1	5	3	4	4	5	3	4	5	4	4	1	3	3	4	5		
7	5	1	4	1	4	3	3	1	1	4	5	1	3	1	3	4	1	4	3	1	4	1	4	1	5	3	1	1	3	5	4	2	5	2	5	5	4	1	3	1		
8	5	3	5	4	5	3	5	4	4	5	5	3	4	1	4	4	3	4	5	2	5	2	5	2	5	1	2	4	4	3	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4		
9	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3	5	1	5	4	4	5	5	3	5	3	5	5	5	1	3	5	5	3	5	2	3	2	5	3	5	4	3	4		
10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	5	1	5	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	
11	5	4	5	2	5	4	5	5	3	4	5	3	5	3	2	4	1	5	5	2	5	1	4	1	4	1	3	2	5	4	3	3	4	4	3	5	4	1	5	2		
12	5	5	3	5	2	1	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	1	4	5	4	1	5	5	5	5	5	1	1	5	3	2	3	1	2	1	5	1	5		
13	3	4	4	4	2	5	4	3	1	5	3	2	2	1	2	5	2	3	2	3	4	1	3	2	4	3	2	3	5	1	3	4	4	3	3	5	3	1	3	4		
14	5	5	4	5	5	3	5	5	3	3	5	5	5	1	5	5	3	5	5	3	5	5	1	1	5	3	3	5	5	1	5	3	5	1	5	3	5	3	5	3	1	1
15	3	4	1	3	5	5	3	1	3	2	3	2	2	1	4	4	5	4	3	3	3	2	3	2	4	1	5	5	5	2	2	3	3	3	2	2	5	3	2	3		
16	5	3	5	3	4	3	5	5	1	1	5	3	1	5	5	4	1	5	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	5	
17	4	5	5	4	3	5	4	3	3	4	4	2	5	1	5	5	1	5	5	4	5	3	4	2	5	1	5	5	2	4	3	3	3	3	3	1	5	5	1	4		
18	4	5	3	5	5	2	5	3	5	3	4	2	5	1	5	3	1	4	3	3	4	1	2	1	1	4	5	1	4	3	1	1	3	4	4	5	1	3	4	4		
19	4	3	4	3	4	4	5	4	2	4	4	5	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	5	4	4	3	3	3	3	3	4	1	3	4	4	4	
20	4	4	3	5	5	4	3	5	5	3	5	5	5	3	3	4	5	4	3	3	4	4	3	3	4	1	5	4	5	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	

Base de datos pretest control 2° "A"

		PRETEST CONTROL																																							
		conocimiento de si mismo								comunicación asertiva								toma de decisiones								solución de problemas								pensamiento crítico							
UNIDAD DE ESTUDIO		it_1	it_2	it_3	it_4	it_5	it_6	it_7	it_8	it_9	it_10	it_11	it_12	it_13	it_14	it_15	it_16	it_17	it_18	it_19	it_20	it_21	it_22	it_23	it_24	it_25	it_26	it_27	it_28	it_29	it_30	it_31	it_32	it_33	it_34	it_35	it_36	it_37	it_38	it_39	it_40
E_1		2	3	4	3	4	2	3	5	3	4	4	4	3	1	5	4	4	3	2	1	3	3	5	3	5	1	5	5	5	3	5	1	3	3	4	4	4	5	3	4
E_2		4	5	5	5	4	3	5	2	3	3	3	5	3	1	3	5	4	5	1	5	1	1	5	1	5	2	3	5	1	3	5	3	3	1	3	1	5	1	3	5
E_3		3	5	2	3	2	3	3	4	1	2	2	3	1	1	5	3	1	3	5	5	5	1	1	1	2	1	3	2	5	1	1	4	1	3	2	4	5	3	1	1
E_4		2	4	2	5	2	4	2	4	4	5	5	3	5	5	5	5	2	1	1	2	1	3	4	2	1	1	5	5	1	1	4	3	4	2	4	3	3	4	2	2
E_5		2	3	5	2	4	5	5	5	5	1	2	5	1	1	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	2	1	5	2	4	4	4	2	4	1	
E_6		2	3	2	2	4	1	5	5	5	1	5	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	2	1	5	1	1	1	5	5	2	1	5	1	5	5	2	2	5	1
E_7		5	3	4	2	4	1	2	2	2	1	2	5	1	1	4	1	1	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	5	2	1	5	1	2	5	2	2	1	1
E_8		2	5	1	1	1	5	2	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	3	1	2	1	3	1	1	1	5	1	5	1	5	5	3	1	1	5	3	1	1	1	5
E_9		5	3	4	3	5	5	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	1	3	4	4	2	3	2	3	2	2	4	5	4	3	4
E_10		2	4	5	5	2	1	2	2	4	5	5	2	5	1	2	5	2	5	2	2	5	1	1	1	1	1	5	2	3	2	2	3	2	1	5	3	5	5	1	5
E_11		4	5	3	1	3	5	3	1	3	2	3	1	4	1	2	4	4	3	4	3	5	3	1	3	5	3	5	3	4	3	3	2	2	2	2	3	5	3	4	3
E_12		5	5	2	4	4	1	2	5	5	4	3	4	5	4	5	5	3	5	5	5	2	2	4	4	5	1	5	2	5	1	4	3	5	2	2	5	5	5	5	1
E_13		5	3	3	3	5	5	2	5	3	5	3	3	5	1	2	5	3	3	3	1	3	1	1	3	3	1	3	5	1	1	3	3	5	3	2	3	3	3	3	5
E_14		4	4	3	3	5	1	3	4	3	4	3	4	5	2	1	4	3	4	2	3	4	3	3	2	3	2	1	2	4	1	3	3	3	2	1	2	5	4	3	3
E_15		5	5	3	5	4	3	5	4	4	5	4	3	5	1	5	5	3	3	3	3	5	4	3	2	3	1	3	5	3	1	4	1	4	3	4	2	4	5	2	5
E_16		2	5	4	2	4	3	2	4	4	5	4	3	5	1	5	5	3	3	3	3	5	4	3	2	3	2	3	2	3	1	4	1	4	3	4	2	4	1	2	5
E_17		2	3	3	3	3	2	3	5	3	3	2	1	5	1	5	5	3	5	3	3	3	1	3	3	3	1	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E_18		3	4	4	2	3	2	4	3	1	3	4	2	3	1	4	4	2	3	2	1	3	2	1	3	5	2	1	2	5	4	3	1	5	2	5	4	3	2	3	2
E_19		3	4	4	2	4	3	5	3	2	3	5	3	1	3	5	3	1	3	1	1	3	5	4	5	5	3	1	3	4	2	4	4	5	3	5	3	5	3	4	5
E_20		5	1	1	5	1	1	1	5	5	1	3	3	3	5	1	1	5	1	5	5	3	5	1	1	3	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	5	1	3	

Base de datos pretest experimental 2° “B”

		PRETEST EXPERIMENTAL																																									
		conocimiento de si mismo								comunicación asertiva								toma de decisiones								solución de problemas								pensamiento crítico									
UNIDAD DE ESTUDIO		it_1	it_2	it_3	it_4	it_5	it_6	it_7	it_8	it_9	it_10	it_11	it_12	it_13	it_14	it_15	it_16	it_17	it_18	it_19	it_20	it_21	it_22	it_23	it_24	it_25	it_26	it_27	it_28	it_29	it_30	it_31	it_32	it_33	it_34	it_35	it_36	it_37	it_38	it_39	it_40		
E_1		3	5	5	3	3	2	4	3	2	2	2	2	3	1	5	4	2	4	4	3	4	3	3	3	4	1	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4		
E_2		4	5	3	2	4	3	5	3	2	1	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	4	1	3	2	1	3	5	1	1	1	2	4	5	1	1	1	4	2	1	4		
E_3		2	2	3	3	4	5	5	3	5	1	4	5	5	5	2	4	5	5	2	3	4	3	1	5	5	1	2	2	1	2	3	3	1	1	3	3	4	1	1	5		
E_4		5	5	2	3	2	3	2	3	3	1	3	1	3	3	5	5	2	3	3	5	1	1	3	2	1	1	5	2	1	1	3	1	4	3	3	3	2	3	2	1		
E_5		3	3	3	3	2	3	5	3	5	1	4	5	3	3	2	3	2	1	2	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	3	1	3	1	3	1	1	1	2	1	5		
E_6		2	5	4	2	2	4	2	2	2	2	5	2	2	5	2	3	1	1	3	1	4	5	3	2	2	3	2	1	4	3	2	2	5	1	4	1	3	3	1	2		
E_7		5	3	2	2	2	4	1	3	3	3	2	3	1	1	2	5	3	1	3	5	1	1	1	3	5	1	3	5	1	3	5	3	5	1	5	3	2	2	2	5		
E_8		4	1	2	3	2	3	4	2	2	2	3	2	4	1	1	3	2	3	4	3	4	1	4	3	2	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	4	3	1	3		
E_9		2	4	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	4	5	5	4	3	4	3	1	3	2	2	2	3	1	1	4	2	4	2	3	3	3	1	2	5		
E_10		1	4	5	4	4	5	1	1	1	4	4	2	4	5	1	2	1	5	4	2	4	2	3	4	4	2	2	1	2	4	3	1	5	1	2	4	3	4	4	1		
E_11		2	3	2	2	1	2	5	2	2	1	4	3	5	2	2	5	4	5	5	4	5	3	2	2	1	1	2	5	1	2	4	4	4	2	1	1	5	3	2	2		
E_12		5	5	3	5	1	1	3	3	1	5	4	5	3	1	1	4	5	1	1	1	1	5	4	5	1	1	1	3	1	3	3	1	3	5	1	3	2	1	2	1		
E_13		4	5	3	1	2	2	3	3	3	2	2	1	4	5	4	2	3	4	4	3	4	2	2	3	3	3	5	2	3	5	2	2	1	4	2	4	4	1	3	5		
E_14		4	2	3	1	4	4	3	3	3	4	2	1	2	1	5	4	4	4	3	3	2	2	3	4	5	1	5	5	2	2	3	1	2	1	1	4	3	2	2	2		
E_15		4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	1	4	1	5	1	5	1	4	3	1	3	3	1	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3		
E_16		1	4	4	4	4	2	2	1	2	5	5	3	3	1	2	1	4	3	2	2	2	3	3	1	4	2	1	1	4	3	3	4	1	3	3	1	3	1	3	1	3	
E_17		2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	1	5	2	3	3	2	4	3	1	3	2	4	4	3	5	1	3	3	2	3	4	1	3	1	3	4	2		
E_18		2	3	3	3	4	4	5	3	3	3	4	3	3	3	3	4	1	3	5	3	1	3	4	3	3	4	3	4	3	4	5	1	3	3	3	2	2	1	3	1	3	3
E_19		2	4	4	3	4	5	2	5	5	1	5	3	4	1	5	5	5	5	4	3	5	3	3	5	2	3	5	2	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	5	3		
E_20		3	3	1	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	5	3	2	3	2	3	1	

Base de datos prueba postest control 2° "A"

		POSTETS CONTROL																																								
		conocimiento de si mismo								comunicación asertiva								toma de decisiones								solución de problemas								pensamiento crítico								
UNIDAD DE ESTUDIO		it_1	it_2	it_3	it_4	it_5	it_6	it_7	it_8	it_9	it_10	it_11	it_12	it_13	it_14	it_15	it_16	it_17	it_18	it_19	it_20	it_21	it_22	it_23	it_24	it_25	it_26	it_27	it_28	it_29	it_30	it_31	it_32	it_33	it_34	it_35	it_36	it_37	it_38	it_39	it_40	
E_1		5	4	5	3	4	5	1	2	2	4	1	3	1	1	5	1	1	3	1	3	4	3	5	4	5	1	1	1	1	1	3	3	3	4	3	1	4	5	1	3	
E_2		4	4	5	1	5	5	5	1	2	4	5	5	3	3	3	5	3	5	5	3	5	1	5	1	5	1	3	5	5	3	3	3	1	3	5	1	3	1	1	5	
E_3		2	3	3	2	3	4	3	3	1	2	3	3	2	2	1	3	1	4	3	3	2	1	1	1	2	1	1	1	5	5	4	4	5	2	3	2	1	3	1	1	
E_4		5	3	3	3	5	5	5	5	5	5	3	5	3	3	1	1	3	3	3	5	3	1	1	3	3	1	5	5	1	3	3	1	3	3	5	3	3	3	3	3	
E_5		4	4	5	2	3	4	5	3	1	4	4	1	3	1	3	3	1	3	2	1	4	5	2	5	1	4	3	2	1	4	3	4	2	1	4	4	4	3	4	4	
E_6		4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	4	1	3	3	3
E_7		2	3	3	2	5	3	5	3	4	4	5	4	2	1	1	5	4	4	5	2	5	1	3	5	2	1	5	4	2	3	5	1	2	1	4	3	2	3	3	3	
E_8		5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	1	5	2	2	1	5	1	1	1	1	2	5	5	5	2	1	1	5	1	1	2	1	1	2	1	5	
E_9		2	1	1	4	3	5	5	3	1	4	2	2	4	1	5	4	1	4	1	1	1	3	4	1	2	2	1	5	2	2	3	1	4	3	5	1	3	5	4	1	
E_10		5	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	5	1	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	2	4	5	1	1	3	3	3	2	2	3	4	4	3	4	
E_11		2	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	1	1	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3
E_12		5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	2	5	5	5	4	5	5	4	5	3	5	5	5	1	2	2	2	1	5	3	5	2	4	4	2	2	5	5	
E_13		5	1	5	2	1	1	3	2	5	3	3	1	5	5	5	5	5	4	5	1	5	1	5	1	2	1	1	1	5	1	1	1	1	4	1	3	1	1	1	1	
E_14		4	5	5	1	5	5	5	1	3	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	1	1	2	1	1	1	5	1	5	1	1	5	
E_15		3	4	3	4	2	5	3	2	3	4	3	4	5	1	1	5	2	3	5	2	3	1	4	3	5	3	2	4	5	2	3	2	3	4	5	4	3	4	1	3	
E_16		3	5	3	5	3	2	5	3	5	5	4	3	5	1	2	1	2	3	3	3	4	4	3	1	3	2	3	5	3	1	4	1	3	3	4	2	3	3	3	5	
E_17		5	4	4	3	5	5	5	3	3	4	5	3	5	3	4	5	4	4	5	3	5	4	2	3	4	1	4	5	5	3	4	3	3	1	4	4	5	3	4	3	
E_18		4	5	5	1	4	4	5	3	3	3	4	2	5	1	2	4	3	5	2	2	3	2	3	4	3	1	2	5	4	3	3	1	3	2	3	4	4	3	4	1	
E_19		5	4	4	2	3	5	4	1	3	4	2	3	3	1	5	4	4	4	2	3	3	1	2	2	5	2	5	2	3	1	3	3	3	1	4	3	5	4	3	4	
E_20		1	5	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	2	1	1	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	5	5	5	1	1

Base de datos prueba postest experimental 2° “B”

		POSTEST EXPERIMENTAL																																											
		conocimiento de sí mismo								comunicación asertiva								toma de decisiones								solución de problemas								pensamiento crítico											
UNIDAD DE ESTUDIO		it_1	it_2	it_3	it_4	it_5	it_6	it_7	it_8	it_9	it_10	it_11	it_12	it_13	it_14	it_15	it_16	it_17	it_18	it_19	it_20	it_21	it_22	it_23	it_24	it_25	it_26	it_27	it_28	it_29	it_30	it_31	it_32	it_33	it_34	it_35	it_36	it_37	it_38	it_39	it_40				
E_1		4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	4	5	5	3	4	4	4	3	4	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	5	4	2	3	
E_2		4	3	4	5	5	3	5	5	2	5	4	3	4	5	5	2	5	3	4	5	5	5	5	3	4	3	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	3	4	5	5	3	
E_3		3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	1	5	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	5	3	5	5	3	2	3	5	3	3	3	3	2	3	3	2	3
E_4		4	3	4	3	4	4	5	3	2	3	4	5	4	3	3	3	3	2	3	3	4	5	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	4	3
E_5		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E_6		5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	5	3	
E_7		3	5	3	5	3	4	4	5	3	3	3	3	5	5	4	3	2	5	5	5	4	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3
E_8		5	5	5	2	2	4	5	2	5	5	5	2	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	3	5	5	3	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	4	4	5	5	4	5
E_9		5	4	5	5	5	5	2	3	4	4	3	5	4	4	5	4	5	4	4	3	3	2	5	3	4	5	4	5	5	5	4	3	3	4	4	2	5	5	5	4	5	5	4	
E_10		3	3	4	4	3	3	2	3	1	3	5	3	3	4	5	3	3	4	5	5	5	5	5	3	3	5	4	5	4	5	5	3	3	2	2	5	3	3	3	3	5	3	5	
E_11		4	4	3	2	4	4	5	3	3	4	4	2	4	5	5	5	4	5	4	3	4	2	3	3	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	
E_12		5	5	4	5	5	5	5	5	2	5	3	5	4	2	4	5	5	3	4	3	4	3	4	3	5	3	5	5	4	4	5	5	3	2	4	4	4	4	2	5	1	3	2	
E_13		4	3	2	3	4	3	3	3	5	3	5	2	5	4	4	3	2	5	3	3	3	4	2	5	2	2	2	4	3	5	5	4	2	5	3	3	5	5	3	2	3	2	3	
E_14		2	3	2	2	5	4	2	3	3	3	2	5	2	5	4	2	4	3	2	3	3	2	3	4	2	2	4	5	5	2	5	5	4	2	5	3	4	4	3	3	3	3		
E_15		5	3	5	1	4	5	5	3	3	5	3	2	5	3	5	3	2	3	4	2	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	3	3	2	5	4	5	5	3	5	5	5	5		
E_16		5	4	2	2	4	3	5	5	2	5	4	3	5	5	5	4	5	4	5	3	3	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	2	3	1	5	3	3	4	5	2	3	2		
E_17		3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	2	2	5	5	3	3	2	2	3	2	3	5	3	3	3	3	4	5	3	3	4	3	1	2	3	5	3	3	3	3			
E_18		4	3	3	5	4	3	5	3	4	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	3	5	1	3	5	5	5	3	5	5	3	3	5	3	3	3	3	4	3		
E_19		5	5	4	3	4	5	4	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	3	5	3	3	5	5	3	5	5	5	3	4	3	4	4	3	3	3	5	5	3	3	3		
E_20		5	4	4	4	3	4	4	2	4	5	5	2	5	2	5	4	3	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	5	5	2	3	

Anexo 4

TEST DEL PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS EN HABILIDADES PARA LA VIDA

SEXO: _____ EDAD: _____ GRADO Y SECCIÓN: _____

El siguiente test tiene como objetivo identificar las habilidades para la vida en adolescentes en prevención del consumo de drogas. Este instrumento es parte de un proceso de investigación y no tiene carácter evaluativo. Por tanto, puedes responder con total tranquilidad, pues la información es confidencial. Cada uno de los ítems son afirmaciones y debes responder señalando una de las siguientes opciones:

S: Siempre; CS: Casi Siempre; AV: Algunas Veces; CN: Casi Nunca; N: Nunca

DIMENSIÓN N° 1: Conocimiento de sí mismo.

INDICADOR: Puedo describirme a mí mismo.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
1. Me considero una persona alegre.					
2. Me consideran una persona mal genio.					
3. Me identifico y utilizo mis fortalezas en las distintas situaciones.					
4. Me es difícil identificar las tareas en las cuales me desempeño mejor.					

INDICADOR: Puedo establecer y alcanzar objetivos.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
5. Expreso con facilidad aquello que me gusta.					
6. Evito generar conflictos.					
7. Identifico hacia donde voy y cuáles son mis metas.					
8. Me desoriento cuando quiero identificar mis talentos.					

DIMENSIÓN N° 2: Comunicación asertiva

INDICADOR: Es capaz de expresar sus ideas.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
9. Tengo dificultad para expresar mis opiniones,					
10. Hablo adecuadamente acerca de situaciones de los demás.					
11. Me integro con facilidad a un grupo social.					
12. Me es difícil expresarme con gestos.					

INDICADOR: Puede expresarse de diferentes maneras.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
13. Pido consejos cuando es necesario.					
14. Es mejor estar solo que mal acompañado.					
15. Sé decir "no" cuando es necesario.					
16. Expreso mis ideas sin lastimar a otros.					

DIMENSIÓN N° 3: Toma de decisiones.

INDICADOR: Reflexiona para decidir.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
17. Prefiero tomar decisiones sin pensar mucho.					
18. Me gusta tomarme el tiempo para reflexionar.					
19. Para tomar decisiones evalúo la situación.					
20. Hay un desacuerdo entre mis decisiones importantes y los frutos esperados.					

INDICADOR: Apoya su decisión con argumentos.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
21. Antes de tomar decisiones organizo mis ideas.					
22. Me disgusta que me digan lo que debo hacer.					
23. Mis decisiones procuran el beneficio de los demás.					
24. Para evitarme problemas, que otro tome las decisiones.					

DIMENSIÓN N° 4: Solución de problemas.

INDICADOR: Encuentra una solución sensata.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
25. Busco la causa del problema para resolverlo.					
26. Considero que los problemas siempre son obstáculos.					
27. Sí pido ayuda, pueden pensar que soy incapaz.					
28. Que otros realicen mi trabajo para sentirme tranquilo.					

INDICADOR: Utiliza estrategias.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
29 El acuerdo es fundamental para resolver los conflictos.					
30. Nadie hace las cosas mejor que yo.					
31. Soy estratégico para resolver problemas.					
32. Es difícil crear estrategias para resolver problemas,					

DIMENSIÓN N° 5: Pensamiento crítico.

INDICADOR: Analiza un problema de diferentes perspectivas.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
33. Soy objetivo en el análisis.					
34. Acepto lo que me dicen sin discusión.					
35. Críticamente analizó la realidad social.					
36. Soy crítico de la información de los medios de comunicación.					

INDICADOR: Se sustenta con argumentos.

ITEMS	S	CS	AV	CN	N
37. Siempre me pregunto acerca de lo que me rodea.					
38. Lo que no comprendo lo dejo así.					
39. Me gusta discutir con argumentos.					
40. En clase, espero que otros intervengan.					

Anexo 5

CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor: Dr. Ángel Salvatierra Melgar

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Me es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de Maestría con mención en Educación de la UCV, en la sede Lima Norte promoción ME Promoción II Lima 201502, aula 313B, requiero validar el instrumento con el cual recogeré la información necesaria para poder desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de Magíster.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: Programa de prevención de consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru-La Victoria 2017 y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de la variable dependiente y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de la variable dependiente.
- Certificado de validez de contenido del instrumento.

Expresándole mis sentimientos de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



Firma

Soria Meza Ofelia Beatriz

D.N.I: 09966615

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable dependiente: Habilidades para la vida

OMS (1999) señala que “son destrezas psicosociales que le facilitan a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria”. (citado por Mantilla p. 15).

Dimensiones de las variables:

Dimensión 1: Conocimiento de sí mismo.

El conocimiento de sí mismo implica reconocer nuestro ser, carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos. Desarrollar un mayor conocimiento de nosotros mismos nos ayudará a reconocer los momentos en que estamos preocupados o nos sentimos tensionados. A menudo, este conocimiento es un requisito de la comunicación efectiva, las relaciones interpersonales y la capacidad para desarrollar empatía hacia los demás. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 18).

Dimensión 2: La comunicación efectiva o asertiva.

La comunicación efectiva tiene que ver con nuestra capacidad de expresarnos tanto verbal como no-verbalmente y en forma apropiada con nuestra cultura y las situaciones que se nos presentan. Esto significa que tendremos la habilidad de decir cuáles son nuestros deseos como respuesta a una acción en particular en la que se nos pida participar. La comunicación efectiva también se relaciona con nuestra capacidad de pedir consejo en un momento de necesidad. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 18).

Dimensión 3: Toma de decisiones.

La capacidad de tomar de decisiones nos ayuda a manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestras vidas. Esto puede tener consecuencias para la salud si la gente joven toma decisiones en forma activa acerca de sus comportamientos relacionados con la salud, evaluando las opciones y los efectos que éstas podrían tener. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 18).

Dimensión 4: Solución de problemas.

La capacidad de resolver problemas nos permite enfrentar de forma constructiva los problemas en nuestras vidas. Los problemas importantes no atendidos pueden causar estrés mental y generar, por consiguiente, tensiones físicas. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p. 19).

Dimensión 5: Pensamiento crítico.

El pensamiento crítico es la habilidad para analizar información y experiencias de manera objetiva. El pensamiento crítico contribuye a la salud al ayudarnos a reconocer y evaluar los factores que influyen en nuestras actitudes y en nuestro

comportamiento, como los medios masivos de comunicación y las presiones de los grupos de pares. (OMS, 1993, citado por Mantilla, 2002, p.20).

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable: Habilidades para la vida

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
1. Conocimiento de sí mismo.	<ul style="list-style-type: none"> - Puedo describirme a mí mismo. -Puedo establecer y alcanzar objetivos. 	<p>1;2;3;4</p> <p>5;6;7;8</p>	<p>Malo[8-18]</p> <p>Regular [19-29]</p> <p>Bueno[30-40]</p>
2. Comunicación asertiva.	<ul style="list-style-type: none"> - Es capaz de expresar sus ideas. -Puede expresarse de diferentes maneras. 	<p>9;10;11;12</p> <p>13;14;15;16</p>	<p>Malo [8-18]</p> <p>Regular [19-29]</p> <p>Bueno[30-40]</p>
3. Toma de decisiones.	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexiona para decidir. - Apoya su decisión con argumentos. 	<p>17;18;19;20</p> <p>21;22;23;24</p>	<p>Malo [8-18]</p> <p>Regular [19-29]</p> <p>Bueno [30-40]</p>

4. Solución de problemas.	<ul style="list-style-type: none"> - Encuentra una solución sensata. -Utiliza estrategias. 	<p>25;26;27;28</p> <p>29;30;31;32</p>	<p>Malo[8-18]</p> <p>Regular [19-29]</p> <p>Bueno[30-40]</p>
5. Pensamiento crítico	<ul style="list-style-type: none"> - Analiza un problema de diferentes perspectivas. - Se sustenta con argumentos. 	<p>33;34;35;36</p> <p>37;38;39;40</p>	<p>Malo[8-18]</p> <p>Regular [19-29]</p> <p>Bueno[30-40]</p>



ESCUELA DE POSTGRADO

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: El desarrollo de Habilidades para la vida en la prevención del consumo de drogas.

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1: Conocimiento de sí mismo							
1	Me considero una persona alegre.							
2	Me consideran una persona de mal genio.							
3	Me identifico y utilizo mis fortalezas en las distintas situaciones.							
4	Me es difícil identificar las tareas en las cuales me desempeño mejor.							
5	Expreso con facilidad aquello que me gusta.							
6	Evito generar conflictos.							
7	Identifico hacia donde voy y cuáles son mis metas.							
8	Me desoriento cuando quiero identificar mis talentos.							
	DIMENSIÓN 2: Comunicación Asertiva	Si	No	Si	No	Si	No	
9	Tengo dificultad para expresar mis opiniones.							
10	Hablo adecuadamente acerca de situaciones de los demás.							
11	Me integro con facilidad a un grupo social.							
12	Me es difícil expresarme con gestos.							
13	Pido consejos cuando es necesario.							
14	Es mejor estar solo que mal acompañado.							
15	Sé decir "no" cuando es necesario.							
16	Expreso mis ideas sin lastimar a otros.							
	DIMENSIÓN 3: Toma de decisiones	Si	No	Si	No	Si	No	
17	Prefiero tomar decisiones sin pensar mucho.							
18	Me gusta tomarme el tiempo para reflexionar.							
19	Para tomar decisiones evalúo la situación.							
20	Hay un desacuerdo entre mis decisiones importantes y los frutos esperados.							
21	Antes de tomar decisiones organizo mis ideas.							
22	Me disgusta que me digan lo que debo hacer.							
23	Mis decisiones procuran el beneficio de los demás.							
24	Para evitarme problemas, que otro tome las decisiones.							
	DIMENSIÓN 4: Solución de problemas	Si	No	Si	No	Si	No	
25	Busco la causa del problema para resolverlo.							
26	Considero que los problemas siempre son obstáculos.							
27	Sí pido ayuda, pueden pensar que soy incapaz.							

DIMENSIÓN 5: Pensamiento crítico		Si	No	Si	No	Si	No
33	Soy objetivo en el análisis.						
34	Acepto lo que me dicen sin discusión.						
35	Críticamente analizó la realidad social.						
36	Soy crítico de la información de los medios de comunicación.						
37	Siempre me pregunto acerca de lo que me rodea.						
38	Lo que no comprendo lo dejo así.						
39	Me gusta discutir con argumentos.						
40	En clase, espero que otros intervengan.						

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. D^a Mg: ANGEL ALVAREZ TRIBON DNI: 19873507

Especialidad del validador: POTENCIAL - JURISTICO

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

01 de 04 del 2017


 Firma del Experto Informante.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA "TUPAC AMARU"

LA VICTORIA

UGEL N° 03



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE DROGAS

Lic. Ofelia Beatriz Soria Meza.

2017



INTRODUCCIÓN

Cuando hablamos de prevención nos estamos refiriendo a la idea de tomar medidas con anticipación para poder evitar un determinado problema, por ejemplo si hablamos de la prevención del consumo de drogas lo que deseamos lograr es reducir o eliminar por completo la aparición de este problema; con respecto al uso de drogas y la posible adicción que esta genere.

Es importante en el trabajo de la prevención visibilizar la percepción del daño que ocasiona el consumo de drogas en especial en la etapa de la adolescencia ya que por motivos propios de esta edad como son: la rebeldía, la incompreensión etc. no perciben los efectos nocivos de su consumo; acrecentando así la probabilidad de su uso y abuso en su vida cotidiana. Es vital que el adolescente tenga en conocimiento el riesgo al que se exponen atentando contra su salud y peor aún su propia vida.

La labor de la prevención del consumo de drogas inicialmente tenía un enfoque informativo; pero la experiencia y los resultados no han sido satisfactorios, es por ello que ahora también se trabaja bajo un enfoque psicosocial, que se refiere a que los adolescentes consumen drogas por diferentes motivos como: presión de los pares, de la familia, de los medios de comunicación, etc. Debido a este enfoque y para poder estar preparados es necesario desarrollar habilidades para la vida; por ejemplo gracias a estas habilidades los adolescentes adquieren la posibilidad de rechazar, si alguien les ofrece alguna droga.

FUNDAMENTO TEÓRICO

Desde 1983, la División de Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó la Iniciativa Internacional para la Educación en Habilidades para la Vida en las Escuelas, con el propósito de difundir mundialmente la enseñanza de un grupo genérico de diez destrezas relevantes en la competencia psicosocial de niñas, niños y jóvenes:

- Autoconocimiento
- Empatía
- Comunicación asertiva
- Relaciones interpersonales
- Toma de decisiones
- Solución de problemas y conflictos
- Pensamiento creativo pensamiento crítico
- Manejo de emociones y sentimientos
- Manejo de tensiones y estrés

En la etapa de la adolescencia es importante la participación de los padres mostrando seguridad para afrontar la crisis emocional, el respeto a las normas, el fomento de la disciplina, el inculcar valores; sin olvidarse que todo lo deben hacer propiciando lazos afectivos en la familia. Actualmente los adolescentes se encuentran en riesgo ya que les es más fácil conseguir drogas, además de la influencia negativa de los medios de comunicación, los conflictos culturales y la falta de ideales sociales, todo esto los convierte en personas más vulnerables y que a tierna edad se inicien en las drogas.

La televisión, el Internet con sus famosas redes sociales se han colocado en un lugar muy importante en el funcionamiento de muchas familias. Debemos ser realistas que gracias a la tecnología los estudiantes aprenden mucho más de lo que nos damos cuenta acerca del mundo y los valores; pero lamentablemente no todo es positivo porque también aprenden antivalores haciendo de ellos personas insensibles.

DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA

La experiencia como docentes nos motiva para esforzarnos en la lucha contra las drogas en nuestra institución. En el presente programa se están planificando 10 sesiones enfocadas en Habilidades para la vida para la prevención del consumo de drogas. Las habilidades a desarrollar son 5: La primera es **conocimiento de sí mismo** que le va a permitir al estudiante formar un autoconcepto y mejorar su autoestima reconociendo sus fortalezas y debilidades; la segunda es **comunicación asertiva** que le ayudará a poder desenvolverse y ser cautelosos al dar una respuesta sin lastimar ni lastimarse, la tercera es **solución de problemas** en forma similar que la cuarta habilidad que es **toma de decisiones** les va propiciar cambios de actitudes con respecto a diferentes problemas a los que constantemente se ven afectados en su vida diaria donde muchas veces ellos tienen que decidir para poder solucionarlos y la quinta es **pensamiento crítico** con el cual los estudiantes analizarán las situaciones para ser objetivos tanto en su vida personal y al desenvolverse con sus compañeros.

En cada sesión se están considerando diversas técnicas que ayudan a que el estudiante pueda interactuar con sus pares, es importante resaltar que para ejecutar un programa en habilidades para la vida es necesario que las sesiones sean dinámicas y significativas con la finalidad de obtener logros para la prevención del consumo de drogas.

GUÍA PARA EL DESARROLLO DE LAS SESIONES

SESIÓN N° 01: **Aprendiendo a conocerme**

Objetivos:

- Que los estudiantes conozcan cuál es la mirada que tienen de sí mismos, cómo son vistos por los demás y cómo esto favorece el desarrollo de su identidad personal.
- Que los estudiantes reconozcan sus fortalezas en la construcción de su historia.

Materiales y recursos necesarios:

- Tarjetas de colores con expresiones.
- Lapiceros, lápices, colores y plumones.
- Tijeras.
- Cartulinas u hojas bond.
- Recortes de revistas o periódicos.

Presentación:

El autoconocimiento es la habilidad de explorar dentro de uno mismo e identificar todos los elementos que integran nuestro ser; implica considerar ideas, opiniones, convicciones, sentimientos, carácter, fortalezas, oportunidades, actitudes, valores, gustos y disgustos, proyectos y limitaciones. Conocerse también supone construir sentidos acerca de nosotros, las demás personas y el mundo en que vivimos.

Iniciamos con la dinámica “Descubriendo cómo me ven mis compañeros”. Pedimos a las y los estudiantes que se muevan despacio por el aula, sin correr. Indicamos que se junten en parejas al azar.

Cada integrante de la pareja debe decir al otro tres cosas que lo describan físicamente y tres sobre su personalidad.

Al finalizar pedimos dos parejas voluntarias para que comenten lo que sintieron al realizar la dinámica. Reforzamos la participación.

Desarrollo:

Actividad 1: Formamos grupos entre las y los estudiantes para que conversen sobre las diferencias que pueden haber entre la forma como cada uno se ve a sí mismo, y la forma cómo es visto por otros. Para ello utilizan tarjetas de colores con las siguientes expresiones:

Grupo 1: “Soy lo máximo en fútbol (u otro deporte en equipo)... ¿Dirán lo mismo mis compañeros de equipo?”.

Grupo 3: “Soy una estudiante inteligente en mi aula... ¿Qué opinarán los demás sobre mi inteligencia?”.

Grupo 2: “Yo veo mi cuerpo de una manera... ¿Me verán igual los demás?”

Grupo 4: “Soy una persona ordenada, educada y disciplinada... ¿Pensarán lo mismo los otros?”.

Los grupos analizaran las expresiones, debatirán y elaboraran conclusiones respecto a la pregunta:

- ✓ ¿Soy como soy o como dicen que soy? En plenaria, un representante de cada grupo lo expone.

Promovemos la reflexión respecto al grado de discrepancia entre la mirada que uno tiene sobre sí mismo y lo que proyectamos hacia los demás.

Actividad 2: La docente pondrá al centro del aula el material, y presentará la actividad al grupo, diciéndoles que se trata de elaborar una historieta para contar su propia historia en la institución.

Se les pedirá a los participantes que se sienten y durante algunos minutos recuerden su llegada a la institución, pensando en ¿cuándo y a través de quién conocieron la propuesta?, ¿por qué razón decidieron que esa podría ser una opción para estudiar la secundaria?, ¿qué tuvieron que hacer para lograrlo?, ¿quiénes los acompañaron en esa aventura?, y ¿por qué es importante para ellos que pertenezcan a esta institución?

Después de este tiempo, la docente les indicará que comiencen a realizar la historieta.

Cierre: A continuación la docente pedirá a todos que se reúnan en plenaria para continuar el trabajo y les presentará las siguientes preguntas para la reflexión colectiva:

- ✓ ¿Cómo se sintieron al recordar y escribir esta historia?
- ✓ ¿Cuál es el valor de esta experiencia en su vida?
- ✓ ¿Cómo se fortalecerían para continuar en este proyecto?

La docente invitará a los estudiantes a recordar si hay algo que quisieran decirle a alguno de sus compañeros y que hasta el momento no lo han hecho por diversos motivos. En seguida les pedirá que caminen por el aula y que, mientras lo hacen, piensen en cómo podrían expresárselo bajo la premisa de cuidarse y cuidar al otro al decirle lo que piensan y sienten. Les dará unos minutos.

SESIÓN N° 02: **Identifico lo que quiero lograr en mi vida**

Objetivos:

- Que los estudiantes reconozcan la importancia de contar con un proyecto de vida.

Materiales y recursos necesarios:

- Una hoja de papel por estudiante.
- Lápices o lapiceros.
- Cinta masking tape
- Proyector multimedia
- Laptop

Presentación: El proyecto de vida, también denominado proyecto personal permite al individuo tener un crecimiento integral en que toma conciencia, define y concreta: lo que es, el objetivo u objetivos que se propone alcanzar y los medios eficaces para alcanzarlos. Posibilita orientar las destrezas para la vida, constituyéndose un factor protector de índole personal de gran importancia.

Iniciamos la sesión con la presentación del video ¿Cómo hacer mi proyecto de vida? https://www.youtube.com/watch?v=J_sCHpRx8yw y luego “Atrévete a soñar- Plan de vida: <https://www.youtube.com/watch?v=ob0qM06L4MA>

Ahora preguntamos a nuestros estudiantes: ¿Qué entienden por proyecto de vida? Y mediante la técnica de lluvia de ideas, recogemos las respuestas de los estudiantes pero les pedimos que anoten sus ideas en la pizarra dentro de las gotas.

Debemos indicar que deben de incluir diferentes aspectos del desarrollo, como: amistades, familia, trabajo, etc. Además enfatizamos que el proceso vocacional es parte de su proyecto de vida.

Desarrollo:

Actividad 1: Ahora les solicitamos que dibujen en una hoja un árbol con raíces, tronco y frutos: (Anexo 3)

- ✓ En las raíces escribe todo aquello que te ayude a crecer como persona (por ejemplo: nuestra educación, nuestros padres, nuestros valores y habilidades, entre otros).
- ✓ En el tronco escribe los valores que necesitas para lograr tu meta.
- ✓ En los frutos escribe las metas que te has propuesto en la vida, incluidas las vocacionales.

Pedimos a las y los estudiantes que peguen sus árboles en la pared tipo museo para que todos y todas puedan ver. Tratamos de asegurar un ambiente positivo y de estímulo al trabajo de cada estudiante. Brevemente, pedimos que voluntariamente compartan el contenido de sus árboles.

Orientamos a las y los estudiantes sobre la importancia de considerar todos los elementos que contiene el árbol si queremos lograr nuestras metas. Enfatizamos sobre la importancia de contar con un proyecto de vida porque este nos permite alcanzar nuestras metas y nos protegen de caer en conductas de riesgo como el consumo de drogas. Invitamos a los y las estudiantes a leer el Anexo 2.

Cierre: Solicitamos, que algunos de los estudiantes expresen porque es importante contar con un proyecto de vida y resaltamos la necesidad de que cada uno asuma un compromiso con respecto a su futuro. Observamos el video: ¿Cuál es el propósito en la vida?
<https://www.youtube.com/watch?v=Qh03scy2uDE> Revisar el Anexo 1.

ANEXO 1

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL PROYECTO DE VIDA?

El proyecto de vida tiene una carácter existencial, éste no solamente se remite a establecer metas u objetivos académicos, también se dirige a promover cambios y mejoras en las relaciones interpersonales, permitiendo que los estudiantes puedan compartir, conocerse, aprender a valorar a los demás y a sí mismos.

Los estudiantes que no cuentan con un proyecto de vida, están expuestos a caer en conductas de riesgo como el consumo de drogas. Por ejemplo en los estudiantes que solo aspiran a casarse y tener hijos, se incrementa el riesgo de consumo de drogas legales e ilegales. Los estudiantes que tienen la expectativa de mantenerse en el sistema educativo para lograr metas profesionales, por el contrario, registran porcentaje bajo de consumo. Es claro entonces que cuantomás altas sean las metas profesionales de los estudiantes menor es la probabilidad de que consuman algún tipo de sustancia u otra conducta de riesgo.

ANEXO 2

DESARROLLO DE UN PROYECTO DE VIDA.

Un proyecto de vida se desarrolla mediante los siguientes componentes:

1. Los Objetivos.

Qué es lo que uno se propone conseguir.

2. Los Contenidos.

Definir los valores por los cuales voy a orientar mi vida.

3. Las Acciones.

Representa el desarrollo de las actividades.

4. Los Modos.

Es la forma de hacer las cosas.

5. La Evaluación.

Revisar, examinar, corregir o reforzar todo aquello que se está haciendo y el modo de hacerlo.

METAS: Para ver hecho realidad todo proyecto de vida, es necesario tener claramente definidas las metas que lo conforman. Las metas deben ser flexibles y ajustarse a las circunstancias, que a veces son impredecibles. Para la construcción de metas claras se utiliza el acróstico SMART (inteligente), en que cada una de sus letras representa una clave para recordar las palabras que caracterizan las metas adecuadas:

Sinceras, porque se refiere a metas que son deseadas a cada cual, no impuestas o asumidas bajo presión.

Medibles, ya que tenemos la posibilidad de evaluar logros por etapas, establecer si la meta se cumplió.

Alcanzarlas, es posible lograrlas, ya que son acordes a las capacidades, destrezas y recursos con los que se cuenta.

Realistas, ajustadas y equilibradas con la realidad.

T tiempo previsto, es preciso fijar los momentos para ejecutar las acciones que permitirán llegar a la meta, de lo contrario los esfuerzos pueden diluirse y dispersarnos en acciones que nos desvíen de nuestro objetivo principal. Es necesario establecer las fechas de inicio y culminación, como por ejemplo el mes o el año.

SESIÓN N° 03: **Comunicándonos**

Objetivos:

- Que los estudiantes reconozcan los distintos tipos de comunicación.
- Que los estudiantes reconozcan la importancia del lenguaje verbal y no verbal.

Materiales y recursos necesarios:

- Papelógrafos
- Plumones

Presentación: El acto de comunicar es hacer que algo que pertenece a uno sea compartido por otro u otros, es poner en común nuestras ideas, pensamientos, sentimientos, entre otras cosas.

La docente pedirá al grupo que se divida en parejas, dará la instrucción para que cada pareja se ponga en contacto de espalda con espalda y sin contacto visual desarrolle una conversación.

A continuación la docente pedirá al grupo que conservando la pareja que habían elegido, realice una conversación; pero ahora de frente usando gestos que manifiesten emociones. Podrían comentar por ejemplo: alguna noticia que vieron en la tele, si tuvieron alguna dificultad en hacer sus tareas, que han traído de almuerzo, que van hacer este fin de semana, etc...

Al terminar preguntará cómo se sintieron en cada una de las situaciones. Los estudiantes, participaran compartiendo su experiencia, la docente registrará en un papelote los comentarios realizados. Después de algunas intervenciones, preguntará si hay alguien sintió algo diferente de lo que hasta el momento se ha compartido.

En este ejercicio se pondrá en evidencia que la comunicación es un acto que involucra la atención y el interés, en un nivel más profundo exige apertura. Se resaltarán que la comunicación no es solo un acto verbal, sino que implica comunicación corporal, que incluya gestos faciales, movimientos de manos y de actitud corporal.

Desarrollo:

Actividad 1: La docente solicitará al grupo que se organice en grupos de 4 participantes y les dará la instrucción para que durante 15 minutos compartan entre ellos alguna experiencia que en materia de comunicación haya sido significativa, ya sea porque la comunicación se dio de manera exitosa o por el contrario, porque fue una experiencia en la que la comunicación fue nula. El grupo deberá elegir una de las historias y la compartirá con la plenaria a través de una pantomima.

Al finalizar las presentaciones de cada equipo la docente hará al grupo las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué pasó en cada uno de nosotros para que se diera la comprensión de la historia que los pequeños grupos están presentando?
- ✓ ¿Qué disposición personal tuvimos que tener para que el acto comunicativo se lograra?
- ✓ ¿Qué eventos racionales, afectivos y actitudinales están presentes en este acto comunicativo?

Actividad 2: La docente pedirá a los estudiantes que se organicen en dos grupos y que en cada grupo se pongan de acuerdo en un mensaje que quieran enviar a sus compañeros, pero que mientras el mensaje verbal sea diferente o incluso antagónico al mensaje corporal, por ejemplo que mientras dicen: “estoy muy contento, bajen los hombros y hagan gestos de tristeza” o que mientras dicen “me levante muy temprano, hagan el gesto de acostarse”, posteriormente se coloquen formando dos filas de manera que queden uno frente a otro y que primero una fila y después la otra den su mensaje.

Cierre:

Al finalizar la docente preguntará al grupo:

- ✓ ¿Cómo se sintieron al mandar el mensaje?
- ✓ ¿Cómo se sintieron al recibirlo?

✓ ¿Qué paso con la comunicación?

La docente concluirá que para que la comunicación sea efectiva debe haber congruencia entre el lenguaje verbal y no verbal. También puede hablar de cómo la falta de coherencia genera desasosiego e intranquilidad y puede ser elemento que afecta de manera permanente y profunda las relaciones entre los individuos.

SESIÓN N° 04: **La asertividad, conducta de protección.**

Objetivos:

- Que los estudiantes reconozcan la importancia de la asertividad como factor de protección y se motiven para desarrollarla y practicarla.

Material y recursos necesarios:

- Diálogo disparateo (Anexo 1).
- Tres casos, tres conductas distintas (Anexo 2).
- Hoja de lectura: La asertividad (Anexo 3).
- Proyector multimedia
- laptop

Presentación: A veces nos resulta difícil expresar lo que sentimos por temor a ser rechazados o que se burlen de nosotros, otros mensajes pueden herir los sentimientos de las demás personas, pues muchas veces critican, acusan, agreden o se burlan del oyente. Estos mensajes son los que cortan la comunicación.

Para que se establezca una buena comunicación es necesario que los mensajes sean claros y directos, que exista una coherencia entre el lenguaje verbal y gestual y que las observaciones que hagamos del otro sean descriptivas, evitando las interpretaciones y opiniones evaluativas.

Para iniciar la sesión invitamos a los estudiantes a observar el siguiente video: "La asertividad. Estrategia para tomar decisiones https://www.youtube.com/watch?v=_rkkV6UiqLk. Luego invitamos a los estudiantes a reflexionar sobre la siguiente pregunta: ¿Alguna vez les ha costado trabajo decir NO, cuando están en desacuerdo con el otro?

Los estudiantes opinan libremente, anotamos las respuestas sin mayores comentarios. Luego invitamos a continuar examinando este tipo de comportamientos y las consecuencias que se pueden derivar.

Desarrollo:

Actividad 1: Organizamos grupos de trabajo. Pedimos a las y los estudiantes lean el “Diálogo disparateo” (Anexo 1), reparando en el tipo de comportamiento de cada personaje.

Luego intercambian experiencias entre los miembros del grupo, y responden las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué tipo de comportamiento es el que evidencia Daniel?
- ✓ ¿Qué tipo de comportamiento es el de Arturo?
- ✓ ¿Cómo crees que se sentirá Arturo?
- ✓ Y ¿Cómo crees que se sentirá Daniel?

Los equipos discuten unos minutos y pedimos que voluntariamente algún integrante de los grupos exponga sus repuestas.

A continuación, resaltamos la opinión de los grupos en relación al tema y comentamos que las conductas de Daniel y Arturo son diferentes, uno asume un comportamiento pasivo y el otro un comportamiento agresivo, ninguno de los dos son comportamientos asertivos. Invitamos al grupo a continuar debatiendo sobre este importante tema.

Actividad 2: Entregamos a cada grupo un diálogo del Anexo 2: Tres casos, tres conductas distintas. Orientamos para que intercambien ideas sobre la situación presentada en el diálogo y respondan a las preguntas que se indica en cada uno.

Socializada en plenaria las respuestas de los tres casos, preguntamos:

¿Cuál de los tres diálogos analizados es la mejor forma de comunicarnos?

Luego de escuchar las propuestas de los grupos, se presenta un resumen de los tres estilos de comunicación: pasivo, agresivo y asertivo, explicamos brevemente las características de cada uno resaltando las ventajas del comportamiento asertivo particularmente para hacer frente a las situaciones de

riesgo. Consolidamos la información entregando la hoja de lectura: la asertividad (Anexo 3).

Cierre: Solicitamos a los y las estudiantes una o dos conclusiones de lo trabajado en la sesión. Reforzamos las ventajas de ser asertivos, y como esto ayuda a evitar muchas situaciones de riesgo. Por ejemplo, un NO asertivo frente a la presión para consumir drogas.

Los estudiantes elaboran historietas relacionadas con la asertividad y las exponen en el periódico mural.

ANEXO 1

DIÁLOGO DISPAREJO

INSTRUCCIONES: Observa detenidamente las figuras, lee lo que dice cada personaje, responde y luego intercambia tus ideas con los demás miembros de tu grupo y saquen sus conclusiones.

DIÁLOGO

Daniel: Oye petiso, guarda mi hierba en tu mochila y me lo llevas al baño a la hora de tutoría.

Arturo: Bueee no... pero oo si la profe ... no me deja salir.....

Daniel: ¡Hazlo y punto!, sino quieres que te saque el ancho a la salida.

Arturo: Está bien, como tú quieras, lo haré.....

ANEXO 2

Tres casos, tres conductas distintas.

INSTRUCCIONES: En grupo lean los diálogos del caso que les tocó, intercambien opiniones y luego contesten.

DIÁLOGO 1

Sospechas que una amiga ha tomado uno de tus cuadernos sin pedírtelo antes.

TÚ: Perdona, Susana, ¿Has cogido mi cuaderno de matemática? No lo encuentro por ninguna parte.

SUSANA: ¡Oh, sí! Espero que no te moleste, lo necesitaba para resolver un problema.

TÚ: De acuerdo, está bien que lo tomes prestado, pero, por favor, pídemelo antes. Así no creeré que lo he perdido.

SUSANA: Tienes razón, es que tenía prisa. Discúlpame.

Responde:

1.- ¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

2.- ¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

3.- ¿Cómo crees que se sentirán los personajes del caso leído?

(Asertiva) Esta es una respuesta asertiva porque: evitas que tu amiga se enfade, probablemente, te devolverá el libro; esto evitará que vuelva a repetirse el mismo tipo de problema, porque ahora tu amiga sabe qué quieres, que pida el libro antes de cogerlo. (Idea para reforzar después de la discusión grupal).

DIÁLOGO 2

Sospechas que un amigo ha tomado uno de tus cuadernos sin pedírtelo antes. Entablas el siguiente diálogo.

TÚ: ¡Caramba! Me gustaría encontrar mi cuaderno de matemática. Espero que nadie lo haya tomado.

MATEO: ¡Oh! Lo he tomado yo. Pensé que no te molestaría. (Pausa)

TÚ: ¡Vaya! Pensaba que lo había perdido.

MATEO: No te preocupes, lo tengo yo.

Responde:

1.- ¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

2.- ¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

3.- ¿Cómo te sentirías?

4.- ¿Cómo se sentiría tu amigo Mateo?

(Pasiva) Esta es una respuesta pasiva y menos deseable porque no has dicho lo que realmente querías decir; puede que, en el futuro, tu amigo se aproveche de ti otra vez porque no ha comprendido que este comportamiento te molesta; puede que no te devuelva el libro. (Idea para reforzar después de la discusión grupal).

DIÁLOGO 3

Sospechas que un amigo ha tomado uno de tus cuadernos sin pedírtelo antes. Entablas el siguiente diálogo.

TÚ: ¡Muy bien! ¡Muy bien ¡ Te he pescado robando mi cuaderno de matemáticas!

SEBASTIAN: ¿Lo dices en serio?, solo lo he cogido prestado un momento

TÚ: Seguro que sí (sarcásticamente) ¡Gracias por pedírmelo!

SEBASTIAN: ¡Toma!, quédate con tu cochino cuaderno.

Contesta:

1.- ¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

2.- ¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

3.- ¿Cómo te sentirías?

4.- ¿Cómo se sentiría tu amigo?

Esta respuesta es agresiva porque no has dicho lo que realmente querías decir; puede que al final tu amigo esté enfadado contigo y que actúe de la misma manera; puedes perder un amigo porque lo has avergonzado y atacado verbalmente.

ANEXO 3

HOJA DE LECTURA: LA ASERTIVIDAD

Es una de las habilidades sociales que consiste en saber defender sus derechos sin agredir a nadie. Es decir lo que uno piensa, siente y desea con seguridad, en el momento oportuno, en el lugar adecuado y de forma tal que no agrede al otro o los otros. Es saber decir no con firmeza y sin ofensas a los requerimientos de otro u otros en asuntos que no se está de acuerdo o no se quiere hacer.

La asertividad implica el velar por el respeto a los derechos de uno mismo y de los demás; hacer uso de su libertad sin afectar la libertad de los demás; y asumir plenamente las responsabilidades por las consecuencias de sus actos.

Tipos de comportamiento o estilos de comunicación:

Agresiva: No respeta el derecho de los demás. Se cree con capacidad de disponer, de ordenar sin ningún respeto a los demás. Impone sus ideas, no escucha, no pide opiniones, se cree el dueño de la verdad, utiliza gestos y palabras ofensivas.

Sus frases más usadas son generalmente de amenazas, humillaciones, insultos, entre otras:

- Es mejor que...
- Escucha bien lo que te digo
- Tienes que hacerlo porque yo lo digo
- Claro, cuándo no...

Pasiva: No defiende sus derechos, tolera insultos, humillaciones, apodos; no es capaz de decir NO a pesar de no

estar de acuerdo y no querer hacerlo.

Sus expresiones favoritas son:

- Tal vez
- Quizá pueda
- Puede ser
- Bueno, lo haré
- Como tú digas

Asertiva: Defiende sus derechos con firmeza y seguridad, sin ofender a nadie para no generar conflictos que se pueden evitar. Expresa con seguridad sus opiniones en el momento oportuno, en el lugar adecuado y en la forma que no signifique agresión a los demás. Sabe decir NO con firmeza y convicción cuando lo que se le solicita no está de acuerdo con lo que piensa, siente y quiere.

Usa gestos y palabras que no hieren y sus favoritas son:

- Yo pienso que...
- Quisiera que...
- Siento que...
- Qué te parece si...
- Veamos como...

Ventajas de la comunicación asertiva

- Facilita la convivencia armoniosa, pacífica, de respeto a la libertad y a los derechos humanos.
- Ayuda a comprendernos y a comprender a los demás.
- Fortalece la tolerancia y la aceptación de los demás.
- Robustece nuestros vínculos amicales.
- Contribuye a la integración social.
- Reduce las posibilidades de conflicto.

SESIÓN N° 05: **Construyo mi futuro en el ahora**

Objetivos:

- Que los estudiantes tengan conciencia de sus sueños, proyectos e ilusiones, y de las decisiones que deben tomar para que ellos se hagan realidad.
- Que los estudiantes reconozcan sus talentos y las capacidades que aún deben desarrollar para el logro de sus proyectos.

Materiales y recursos necesarios:

- Dos cajas decoradas.
- Papeles
- Proyector multimedia
- Laptop

Presentación: Al observar el entorno es posible detectar diferentes formas de tomar decisiones: hay quienes lo hacen impulsivamente y actúan antes de reflexionar; en otros casos piensan tanto las cosas que dejan pasar las oportunidades; hay, también, quienes adoptan una posición rígida sin considerar otras alternativas. Ninguna de estas vías es la mejor.

El docente pide a los y las estudiantes que para iniciar este ejercicio, se detengan un momento y se planteen la siguiente pregunta: ¿Dónde voy a estar yo en cuatro años si sigo actuando como he estado actuando hasta ahora?

La docente pedirá a los y las estudiantes que hagan equipos de 5 compañeros para emprender un viaje al futuro. A continuación nos imaginaremos cerrando los ojos que se encuentran en una nave especial que no viaja por el espacio, esta nave viaja en el tiempo... Al iniciar este viaje sentirán un jalón que los moverá de adelante hacia atrás... después de unos segundos, el movimiento se suspenderá. De repente se detiene la nave...estamos en 2021, imaginen cómo serán en ese año. ¿Qué ha pasado durante este tiempo? ¿Qué sueños han logrado?, ¿Cómo y con quien viven ahora?... *(La docente dará dos minutos para que los participantes dialoguen y construyan lo imaginado)*. La nave se pone en movimiento y en un segundo llega a 2025. Ahora sí que fue vertiginoso, parece que el tiempo se hubiera hecho más

corto... ¿Qué ha sucedido en este segundo viaje?”. Propiciamos el diálogo entre los estudiantes y realizamos una lluvia de ideas anotando en la pizarra.

Desarrollo: La docente invitará a los participantes a construir dos “cajas para el futuro” las cuales deberán decorarse para ser expuestas en 5 y 10 años y a que consideren quién o quiénes pueden acompañarlos a revisar las mismas. En una de ellas se depositarán sus sueños, planes, estrategias, etc.. En la otra tendrán que depositar todas aquellas condiciones que pudieran representar un obstáculo para el logro de sus propósitos. En pequeños grupos, eligen al azar una situación “obstáculo” para poner en práctica sus aprendizajes sobre toma de decisiones, en especial, los pasos que tendrían que seguir y los criterios del “saber cuidar” al considerar las distintas alternativas y sus posibles consecuencias sobre sí, sobre aquellas personas que les estarían rodeando, y sobre el conjunto de la sociedad y la naturaleza.

Para finalizar la actividad, cada uno de los participantes presentará sus cajas al resto del grupo, compartiendo lo que cada uno quiera sobre su contenido.

Cierre: La docente promoverá la reflexión sobre lo que significa jugar nuestra vida en un juego de azar: ¿Qué parecido le encuentran a esta analogía, con la vida de todos los días?, ¿Qué sucede cuando dejamos que las cosas simplemente nos sucedan y no nos hacemos responsables de nosotros mismos, de los otros y del mundo en el que vivimos?

Se concluirá la sesión con el video: “Tus decisiones determinan tu futuro” <https://www.youtube.com/watch?v=Vdx0OxbiBL8> y propiciamos un breve intercambio sobre sus impresiones.

SESIÓN N° 06: **Tomando decisiones**

Objetivo:

- Identificar y poner en práctica habilidades para la toma de decisiones.

Materiales y recursos necesarios:

- Nueve regalos de diferentes colores
- Dilemas del anexo 2
- Proyector
- Laptop

Presentación: Durante nuestra vida diaria tomamos infinidad de decisiones. Sin embargo, no todas tienen la misma importancia, algunas pueden llegar a ser tomadas prácticamente en automático. No todas pueden ser así pues algunas son de gran importancia en nuestra vida por las consecuencias de ellas, tanto para nosotros como para otros, y requieren de un proceso de elección consciente y pausada. Se presenta el video “Sacar la basura de la mente” (El camino del guerrero) https://www.youtube.com/watch?v=qYNysv_s2-I, luego se plantean las siguientes interrogantes:

- ¿Qué importante es tomar nuestras propias decisiones?

Desarrollo:

Se preparan 9 “regalos” envueltos con papel de diferentes colores y de diferentes tamaños, de acuerdo a los siguientes criterios:

- Tres amarillo pequeños.
- Tres rojos grandes.
- Tres verdes medianos

El contenido de los regalos son dilemas, en este sentido se preparan tres dilemas diferentes, se saca tres copias de cada dilema, de manera que en cada uno de los regalos amarillos se pondrá el dilema “A”, en los rojos los dilemas “B”, y así con los verde.

Los participantes se organizan en tres sub grupos (nombre del grupo, líder, secretario, como los integrantes del sub grupo decidan).

A cada sub grupo se presenta los tres “regalos” u opciones, para que selecciones solo uno.

Cada grupo deberá explicar porque se han decidido por el “regalo” determinado

Los ejemplos de dilemas podrían ser los presentados en el anexo 2

Cierre: Los estudiantes reflexionan sobre la importancia de tomar decisiones con el siguiente video “Toma el control - Toma decisiones”
<https://www.youtube.com/watch?v=94fnwnkHy8M>

ANEXO 1

Toma de decisiones

Podemos definir la toma de decisión como el proceso de elecciones mediante el cual el ser humano visualiza y analiza distintas posibilidades, evalúa sus consecuencias, considerar cómo dicha elección podría repercutir a futuro en él y en los demás y finalmente optar. Las decisiones se toman frente a un dilema.

La mayoría de las veces tomamos decisiones basadas en nuestro sentido común, debido a la carencia de objetivos auténticos, que emanen de nuestros deseos reales. No obstante, si lo que buscamos es una toma de decisión consciente y responsable es necesario poner en juego nuestro pensamiento crítico y nuestro pensamiento creativo para elegir sin contradecir nuestros valores básicos. Una toma de decisiones así reafirma nuestra racionalidad.

Podemos aprender a tomar decisiones así y es de lo que aquí se trata. El ideal es que mis decisiones verdaderamente sean mías, es decir que sea yo quien decide y no otras personas o que sea conducido por el peso de factores del ambiente social en el que de manera particular cada uno de nosotros nos desenvolvemos. Esto consolida mi individualidad y me hace responsable de mis actos. Mis temores, fantasías y apegos o dependencias influyen también en la toma de decisiones; pueden llegar a oscurecer lo que yo realmente soy. Esto tiene que ver con lo que llamamos libertad, que es exclusivamente la independencia de vínculos externos sino internos también. Tomar decisiones es profundamente humano. A diferencia de la mayor parte de los seres vivos que simplemente reaccionan frente a los estímulos del medio, nosotros tenemos capacidad de elección. Podemos optar por cambiar el entorno o conservarlo, procurar el bien de los otros o no, e incluso transformarnos a nosotros mismos hasta convertirnos en lo que somos, seres culturales que al nacer llegamos a un mundo dado que nos circunscribe a sus condiciones, sin embargo tenemos siempre la posibilidad de aceptarlas, rechazarlas, modificarlas, innovarlas, recrearlas y aun inventarnos unas nuevas.

ANEXO 2**Dilema 1**

Juan siempre ha tenido gusto por ejercer y defender el derecho propio y el de los demás, ahora que termina la secundaria, ha logrado una beca integral (incluye gastos) para estudiar Derecho en una universidad de Lima, sin embargo, se le ha presentado la oportunidad de trabajar ganando 2000 soles al mes, esto implica ir a zonas muy alejadas sin acceso a carreteras, por tres años. La opción parece importante y necesaria, ya que tiene 3 hermanos menores que apoyar y la madre atraviesa por una situación de salud muy delicada, que requiere de costosas operaciones y medicinas.

¿Qué debe de hacer Juan?

Dilema 2

Luis cuando tenía 18 años estaba metido en la droga y en compañía de otros dos jóvenes de su edad asaltaron la vivienda de una mujer viuda, madre de dos niños pequeños y le robaron 2500 soles, que la señora tenía para pagar el colegio de sus tres hijos, alimentación del mes, y otros gastos, además se llevaron algunos objetos de valor y recuerdos familiares, valorados en 3000 soles.

La sentencia de la Audiencia judicial lo condenó en el 2005 a más de dos años de prisión, al año salió de la prisión. La sentencia fue apelada por la agraviada y la corte judicial ratificó la condena 7 años después. Luis en este tiempo (2012) se ha casado, tiene un hijo de 5 años, es un padre ejemplar, trabaja en Saposoa como peón en una empresa de construcción de carretera. Ahora tiene que cumplir el año de cárcel que le queda. Su abogado ha pedido el indulto para Luis, alegando que ya está reinsertado en la sociedad, y que tiene responsabilidades familiares.

¿Se le debe indultar?

Dilema 3

En la clase se ha roto el vidrio de una ventana, como consecuencia de la mala conducta de un alumno. El profesor pregunta quién ha sido, diciendo que si el culpable no aparece toda la clase tendrá que pagar su reparación, además de sufrir otros castigos. Un grupo de alumnos saben quién es el responsable, pero deciden no decir nada, porque el alumno causante del problema es amigo de ellos, y no quieren ser acusados de "soplones" ni "traidores". Además, quieren evitarse los problemas y molestias que les causaría su confesión.

En consecuencia, toda la clase es castigada. ¿Ves correcta la conducta de esos alumnos? ¿Tú qué harías en un caso similar?

SESIÓN N° 07: **Solucionando problemas**

Objetivos:

- Identificar y utilizar los procedimientos adecuados para la solución de problemas

Materiales y recursos necesarios:

- Hojas bond
- Plumones de colores
- Proyector multimedia
- Laptop

Presentación:

Constante los adolescentes se encuentran frente a diferentes problemas y para enfrentarlos eficientemente es necesario saber qué pasos deben seguir como por ejemplo: Identificar el problema, pensar en las posibles soluciones, buscar información, decidir por la mejor solución, poner en acción la mejor solución y evaluar los resultados.

Los y las estudiantes observan un video Infierno 18 – solucionando problemas <https://www.youtube.com/watch?v=2L5gsyBAp6s> luego se pide comentarios de lo observado.

Desarrollo: La docente expone brevemente, los pasos para la solución del problema con la ayuda del anexo 1.

Actividad 1: Se entrega 5 hojas de papel bond a cada participante, ellos en base a sus vivencias y con la ayuda de la docente resolverán los siguientes puntos para resolver el problema.

Actividad 2: Se organiza un plenario donde cada grupo deberá de exponer los resultados de su trabajo, sustentándolos debidamente.

Cierre: Los y las estudiantes reflexionan sobre la importancia de solucionar problemas.

ANEXO 1

Resolución de Problemas

Ante un problema, en muchas ocasiones, nos sentimos preocupados. También existen situaciones que nos causan gran preocupación, desconcierto, tristeza y hasta temor, éstas nos desorientan esperando que se solucionen con el paso del tiempo u otra persona los resuelva.

Aquí le presentamos los pasos para resolver el problema:

1. **Identificar el problema:** Analizar con detenimiento los factores que intervienen para que se presente el conflicto y definirlos claramente.
2. **Pensar en las posibles soluciones:** Anunciar los distintos caminos que se tiene para resolver la situación.

Evaluar las consecuencias positivas y negativas de cada alternativa de solución, y compararlas. Imaginar los posibles resultados que directa e indirectamente implicaría cada una de las alternativas. Establecer las ventajas y desventajas de la decisión a tomar.

3. **Buscar información:** Sobre las posibles alternativas con personas de confianza u otras fuentes: los docentes, padres, orientadores, con su experiencia pueden dar valiosas aportaciones.
4. **Decidir por la mejor solución:** Cuando se tenga suficiente información y ésta haya sido bien evaluada (ventajas y desventajas de cada alternativa), elegir aquella que brinde mejores beneficios y esté acorde con los valores.
5. **Poner en acción la decisión:** Después de analizar y elegir, se debe ejecutar la decisión tomada. Muchas veces las personas hacen un buen análisis de las alternativas; sin embargo, cuando llega el momento, no ejecutan la decisión.
6. **Evaluar los resultados:** Cuando se haya realizado la acción, es importante obtener información sobre los efectos que en la realidad produjo la decisión

tomada. Este paso es fundamental para realizar los ajustes necesarios y para evaluar con mayor certeza las alternativas que en el futuro se presenten.

Es importante también conocer:

- ¿Qué tipo de problema es?
- ¿Cuándo se da el problema?, ¿dónde se da el problema?, ¿quiénes participan del problema?
- ¿Cómo es el problema?
- ¿Por qué se da el problema?
- La frecuencia del problema.
- La dimensión del problema.

En ocasiones, los procesos de toma de decisiones generan estados de ansiedad que pudieran convertirse en reales situaciones de riesgo para el consumo de drogas.

SESIÓN N° 08: **Solucionando problemas de drogas**

Objetivos:

- Identificar y enunciar las razones por las que los mitos y creencias culturales facilitan o previenen el consumo de drogas en nuestro medio.
- Lograr que los estudiantes cambien de actitud frente a los problemas de consumo de drogas.
- Lograr que los estudiantes tomen decisiones para poder solucionar problemas sobre el consumo de drogas.

Materiales y recursos necesarios

- Tarjetas de cartulina.
- Hojas de papel
- Papelotes
- Plumones marcadores

Presentación: La falta de una información clara y objetiva sobre el consumo de sustancias psicoactivas ha sido una de las razones de que existan una serie de creencias, ciertas o falsas, con relación a su uso y abuso, deformando la realidad según la práctica de tipo socio-cultural de cada contexto.

Los estudiantes observarán un video: Mitos y realidades sobre las drogas https://www.youtube.com/watch?v=EsU0_XXMtdQ y se preguntará: ¿Cuántas veces han escuchado estos comentarios?, ¿están de acuerdo con los mitos?

Desarrollo

Actividad 1: Seleccione el texto de los mitos presentados en clase y elabore las tarjetas con que trabajará cada grupo, con las preguntas que se sugieren a continuación: ¿Qué idea sustenta?, ¿Cree que es cierto?, ¿Admite o rechaza su consumo?, ¿Beneficia o perjudica a alguien?, ¿Cuál es la característica principal de las personas que defienden esta creencia?, ¿Por qué y para qué utilizan las personas este mito?, ¿Qué le dirían ustedes a alguien que cree en este mito?.

- ✓ Mediante una estrategia participativa se organizan a los participantes en grupos, los cuales tendrán un nombre.
- ✓ A cada uno de los grupos se le asigna dos tarjetas que ellos deberán sacar de una caja con su guía de cuatro preguntas para que analicen los mitos.

Pregunta	Respuesta
¿Qué idea sustenta?	
¿Cree que es cierto?	
¿Admite o rechaza su consumo?	
¿Por qué y para qué utilizan las personas este mito?	

- ✓ Cada grupo nombra un representante que recoja las ideas por escrito y que posteriormente exponga en una plenaria donde se aclaran las dudas con la docente y se tomarán posiciones claras frente al consumo de sustancias psicoactivas que se promueven en nuestro medio.

Cierre: Los estudiantes reflexionaran sobre la influencia que tienen los mitos y creencias sobre el consumo de drogas ya que muchas veces los adolescentes se dejan llevar por ellos; pero ahora que han sido aclaradas se espera que tengan diferentes actitudes con relación a la prevención de su consumo y se sientan capaces de tomar decisiones y solucionen sus problemas.

ANEXO 1

MITOS, CREENCIAS Y REALIDADES

1. Cuando se es joven no se puede caer en la adicción.

¡FALSO! La adicción puede surgir a cualquier edad. Hasta antes de nacer la persona puede ser adicta si su madre consume drogas.

2. Puedes parar el uso de drogas en cualquier momento.

¡FALSO! Dejar de usar drogas no es fácil. Cuando tratas de dejarlas te sientes mal, haciéndote creer que necesitas usar más droga. Si te mantienes alrededor de la gente que usa drogas es aún más difícil dejarlas.

3. Sólo una vez... no me pasará nada.

¡FALSO! Detrás de una adicción siempre hay una primera vez. Tener la primera experiencia es ponerse en situación de riesgo pues los efectos de la drogas sobre el Sistema Nervioso Central pueden causar sensaciones aparentemente placenteras que, vividas en una persona de baja autoestima, que no tiene suficiente autocontrol, que está deprimida o se siente sola puede conducir a repetir la experiencia, hasta llegar a la dependencia

4. Tienes que haber utilizado las drogas por mucho tiempo para convertirte en una persona adicta y para que empiecen a causar problemas en tu cuerpo o en tu cerebro.

¡FALSO! Las drogas pueden hacer que el cerebro mande señales equivocadas a tu cuerpo, lo cual te puede llevar a dejar de respirar, a tener un ataque al corazón y a quedar en coma. Esto puede pasar incluso la primera vez que se utilizan ciertas drogas.

5. Las drogas ayudan a aliviar el estrés y ayudan a las personas a sobrellevar sus problemas.

¡FALSO! Las drogas sólo hacen que las personas se olviden y no le den

importancia a sus problemas temporalmente, cuando el efecto de la droga desaparece los problemas siguen.

6. Un adicto puede usar y dejar las drogas cuando quiera.

¡FALSO! Luego que la persona se hace dependiente a las drogas, necesita ayuda y apoyo psicológico y en ocasiones médica, para poder dejar las drogas. Claro está que esto estará sujeto al tipo de droga que haya producido la dependencia, el patrón de consumo y la vía de administración.

7. Las drogas enloquecen a las personas.

¡RELATIVO! Depende de las características de la persona (predisponentes) y del tipo de droga que consuma. Existen personas con una predisposición a desarrollar en algún momento de su vida un trastorno mental, en estos casos al consumir drogas aumenta la probabilidad de que éste se presente. Por otro lado, el consumo de drogas alucinógenas producen cuadros de alteración de la realidad. Así como también, el consumo patológico de alcohol puede producir una psicosis alcohólica.

8. Un poco de veneno no mata.

¡FALSO! Es equivocado pensar que consumir drogas una sola vez no provoca daños. Hay personas que desde la primera vez se quedan con daños irreparables e incluso pueden morir.

9. Las drogas motivan la creatividad.

¡FALSO! Las drogas por sí solas, jamás otorgan habilidades que no existan de manera natural en las personas, seguramente los artistas que las han utilizado habrían creado las mismas obras de arte sin necesidad de consumir drogas.

10. Las drogas mejoran el desempeño académico.

¡FALSO! El ingerir drogas antes de estudiar permite sentir menos el cansancio, pero eso sólo dura unas horas, después el organismo está agotado y ya no responde.

11. La familia es la única responsable del problema del consumo de drogas.

¡FALSO! La responsabilidad es de todos; aun cuando la familia tiene un rol muy importante, son múltiples las causas asociadas a las drogas en sí misma, al individuo, la escuela, la comunidad y la sociedad en general.

12. Las pastillas para dormir pueden comprarse en las farmacias o ser recetadas por el personal médico para tratar cualquier problema, por lo tanto, el uso de pastillas no puede ser tan malo.

¡RELATIVO! Existen diversos tipos de pastillas. Las que son recetadas sólo pueden ser usadas bajo su prescripción y por el tiempo que el especialista considere necesario, no se pueden tomar en cualquier momento.

13. La inhalación de terokal causa una reacción instantánea y no hay tiempo suficiente para que haga daño.

¡FALSO! El terokal y otros inhalantes entran en la sangre y se distribuyen por todo el cuerpo en segundos. Si se inhala por mucho tiempo puede causar daños irreversibles ya que reemplaza al oxígeno en los pulmones y en el cerebro.

14. Si se toma café se pasa la borrachera.

¡FALSO! El café no ayuda al bebedor a desintoxicarse, es preciso esperar que el cuerpo elimine el alcohol.

15. El alcohol y el cigarrillo no son drogas.

¡FALSO! Sí son drogas y con un alto poder adictivo, lo que ocurre es que al considerarlas drogas legales, y ser socialmente aceptadas se infravaloran los daños que ocasionan y sus consecuencias.

16. El tabaco (cigarrillo) no produce adicción.

¡FALSO! La nicotina es la principal sustancia química del tabaco, que actúa en el sistema nervioso y es una de las drogas con mayor poder adictivo. La dependencia se manifiesta a través del síndrome de abstinencia que se presenta al cesar el consumo: deseo urgente de fumar, irritabilidad, insomnio o somnolencia, ansiedad, etc.

17. Soy más maduro (a) si fumo.

¡FALSO! Aun cuando culturalmente se promueva esta falsa creencia, el fumar no hace a la persona más madura, esto sólo se logra como resultado de un proceso de desarrollo y crecimiento. Lo que ocurre es que como el fumar se asocia con el adulto, los adolescentes imitan el comportamiento del fumador.

18. Fumar cigarrillo es relajante.

¡FALSO! El cigarrillo acelera el ritmo del corazón, la presión sanguínea aumenta cuando la persona se hace dependiente, el fumar, momentáneamente disminuye la sensación de irritabilidad causada en parte por la abstinencia de la nicotina, sin embargo, al breve tiempo de nuevo aparece la excitabilidad producida por la necesidad de consumir.

19. El humo sólo afecta al fumador activo.

¡FALSO! Las sustancias tóxicas del tabaco se encuentran en el humo, por lo tanto sea que se consuma directamente a través de la boca o del ambiente por la respiración, al ingresar a los pulmones actúan negativamente sobre los mismos.

20. No a todos los fumadores les da cáncer.

¡FALSO! La Organización Mundial de la Salud, afirma: “El riesgo de cáncer de pulmón se multiplica por 25 a 30 veces entre la población de fumadores, con respecto a la de no fumadores. Igualmente, está comprobado el altísimo porcentaje de fumadores que adquieren cáncer a la laringe”. Fumar pensando “a mí no me va a pasar” es como jugar a la ruleta rusa.

21. Una persona puede tener una intoxicación aguda por alcohol.

¡VERDADERO! Cuando se consumen dosis elevadas de alcohol en períodos de tiempo cortos, puede producirse una intoxicación aguda que se evidencia por marcha tambaleante, falta de coordinación, cambios en el estado de ánimo, comportamiento inadaptado, visión borrosa, disminución del estado de alerta y somnolencia. Estos síntomas pueden agravarse hasta producir un estado de coma o un paro respiratorio.

22. El alcohol afecta el modo de ser de una persona.

¡CIERTO! Como toda droga el alcohol afecta al Sistema Nervioso Central, lo cual repercute en la forma de ser y actuar.

23. Si fumas marihuana durante el fin de semana, no tendrás ningún problema en funcionar adecuadamente en el centro de estudios el día lunes.

¡FALSO! Los efectos de la marihuana pueden durar hasta tres días, disminuyendo la memoria, la coordinación y los reflejos.

24. La marihuana no lleva a usar otras drogas.

¡FALSO! Todos los estudios indican que la marihuana utilizada en edades tempranas, predispone a utilizar otras drogas.

25. La marihuana abre la mente.

¡FALSO! La marihuana enturbia la mente e interfiere con la memoria y con el proceso de tomar decisiones.

26. La marihuana alivia el estrés.

¡FALSO! La marihuana sólo posterga lo inevitable y puede causar depresión.

27. La marihuana es natural y por eso no hace daño.

¡FALSO! La marihuana es dañina, la profundidad del daño va a depender de las características físicas y psicológicas del consumidor y el patrón de consumo. Se ha encontrado que el uso prolongado de la marihuana produce el síndrome amotivacional, donde la persona pierde interés por las actividades diarias, sus gustos, valores inclinaciones vocacionales y las relaciones sociales significativas, se vuelve apático. Se presentan trastornos de concentración y memoria y es muy fácil tener un accidente automovilístico porque se altera la percepción del tiempo y del espacio.

28. Con la marihuana las personas aprenden más rápido.

¡FALSO! Lo que ocurre es que esta droga altera la percepción de la realidad y la persona cree que está aprendiendo más rápido. La marihuana limita el proceso de aprendizaje al producir problemas de concentración y memoria.

SESIÓN N° 09: **Las imágenes transmitidas por los medios de comunicación**

Objetivos:

- Que los estudiantes analicen con mirada crítica los mensajes que nos transmiten los medios de comunicación.

Materiales y recursos necesarios:

- Imágenes.
- Fotos.
- Afiches.
- Revistas
- Tres tarjetas con preguntas.

Presentación:

Colocamos alrededor del aula imágenes de avisos publicitarios, fotos de modelos conocidas, (Perú, EE.UU., Francia, Argentina), fotos de actrices y actores “de moda”, fotos de gente conocida y considerada “de éxito” por los medios de comunicación (con buena situación económica, rodeada de objetos valiosos, vestida con ropa a la moda, con altos puestos o cargos, empresarios destacados, etc.).

Asimismo, fotos alternativas de éxito que no encontramos fácilmente, por ejemplo: varones y mujeres de Chulucanas organizados en la elaboración y exportación de su cerámica, contribuyendo con el desarrollo de su comunidad, campesinos trabajando la tierra, manifestaciones referidas a alguna costumbre de su pueblo, actividades típicas en una región del país etc.

Si consideramos pertinente, podemos pedir con anticipación a nuestros estudiantes que consigan las imágenes para exponer en el aula (pueden ser de revistas, periódicos, fotografías, etc.)

Invitamos a las y los estudiantes que observen las imágenes que hemos colocado a su alrededor y que presten mucha atención a las características de cada una de ellas.

Desarrollo:

Actividad 1: Organizamos a los estudiantes en tres grupos. Cada uno elige un representante que tomará nota de las reflexiones del equipo.

Luego entregamos a cada grupo una tarjeta con preguntas detalladas e invitamos a conversar y debatir al respecto.

Grupo 1: Imágenes, mensajes y los medios de comunicación.

- ✓ ¿Qué se observa en las imágenes que se muestran en los medios de comunicación?
- ✓ ¿Qué mensajes me transmiten las imágenes observadas?
- ✓ ¿Cuál de las imágenes me invita a seguirla como ejemplo?, ¿por qué?

Grupo 2: Modelos de éxito

- ✓ ¿Qué modelos de éxito nos muestran los medios de comunicación?
- ✓ ¿Este es el éxito que queremos conseguir?, ¿por qué?
- ✓ ¿Existen otras maneras de ser exitoso, además de las que nos muestran los medios de comunicación?

Grupo 3: El hombre y la mujer en los medios de comunicación

- ✓ ¿Qué mensaje nos transmiten los medios de comunicación sobre el ser hombre o ser mujer?
- ✓ ¿Encuentras diferencia entre el mensaje dirigido a los hombres y el destinado a las mujeres?, ¿cuáles?
- ✓ ¿Cómo debe ser una “mujer” y un “hombre” según los medios de comunicación?
- ✓ ¿Están de acuerdo con esos mensajes transmitidos?

Mientras los estudiantes conversan en sus grupos, escuchamos e intercambiamos opiniones.

En plenaria pedimos que uno de los integrantes del grupo comparta las ideas principales discutidas. Luego motivamos la reflexión con la siguiente pregunta:

- ✓ Ahora, ¿Creen ustedes que los mensajes que nos transmiten los medios de comunicación pueden influir en el comportamiento de las personas hasta ponerlas en una situación de riesgo?, ¿de qué manera? Escuchamos sus respuestas, dependiendo del tiempo, tratamos de escuchar el mayor número de opiniones.

Actividad 2: Finalizamos la sesión reforzando las siguientes ideas fuerza:

- ❖ Los medios de comunicación son necesarios para mantenernos informados pero a veces suelen mostrar una realidad ficticia que no corresponde a nuestra realidad social y cultural.
- ❖ Muchas veces esos mensajes nos invitan a seguir, ciertos modelos de éxito, maneras de ser de hombres o mujeres, modelos de belleza, etc. que no necesariamente son positivos pero que influyen en nuestras aspiraciones y deseos.
- ❖ En algunas ocasiones estos mensajes, pueden estimular a una persona a poner en riesgo su salud o su integridad por alcanzar estos “modelos de éxito”. Por ejemplo: un joven que piensa que vestirse a la moda le da éxito, puede estar en riesgo de caer en la tentación de obtener dinero fácil (prostitución, robo, tráfico de drogas, tráfico de personas, entre otros).

Cierre: Pedimos que reflexionen sobre un mensaje difundido en algún medio de comunicación y lo compartan con un familiar o amigos.

SESIÓN N° 10: **El pensamiento crítico y las distintas perspectivas con las que vemos el mundo en que vivimos**

Objetivos:

- Reconocer cómo en nuestra vida cotidiana nos conducimos por generalizaciones y que puedan establecer argumentos que las cuestionen.
- Cuestionar los discursos impuestos, que actúan sin que nos demos cuenta de que, de alguna manera, construyen nuestros referentes en la vida cotidiana.

Materiales y recursos necesarios:

- Cartulinas con frases para pegar en la pared (galería).
- Cinta para pegar.
- Tarjetas con frases.

Presentación: Pensamiento crítico es aquel mediante el cual se contemplan las cosas por uno mismo y se analizan con detenimiento, independientemente de cómo nos gustaría o convendría que fueran. Se presentará el video “Sin pensamiento crítico no eres nada”

<https://www.youtube.com/watch?v=WxC4RfTiOsM>

La docente buscará construir una galería con frases que anulan al pensamiento crítico para ofrecer un escenario para la reflexión, frases que comúnmente escuchamos en las conversaciones de la vida cotidiana:

Todos los hombres son iguales.

Los pobres son pobres porque quieren

Haga lo que haga, todo seguirá igual

la mujer como la escopeta: siempre cargada y en un rincón

La docente pedirá que se organicen en equipos y reúnan alrededor de la frase que más los haya cuestionado y que reflexionen en grupo sobre el enunciado. Si esa frase ya ha sido elegida les solicitará que busquen otra y que a continuación establezcan los argumentos que sustenten lo que piensen sobre la frase elegida.

Desarrollo:

Actividad 1: Se organizarán grupos de seis participantes y se entregará a cada grupo un juego de 4 cartas que deberán organizar en dos grupos, uno de frases que para mí tienen sentido y otro de las que no lo tienen. El grupo trabajará hasta llegar a un acuerdo sobre las razones por las que dichas frases se sostienen o no.

Frase u oración	¿Es vigente para mí o no? ¿Puedo afirmar que para mí tiene sentido?	Argumentos ¿Por qué?	¿De qué manera contribuye al desarrollo humano?
1.-			
2.-			
3.-			
4.-			

Actividad 2: La docente pedirá a los asistentes al taller que presenten los resultados de su trabajo en un papelógrafo y que lo peguen en las paredes del salón. A continuación dará la indicación para que los grupos giren de acuerdo a las manecillas del reloj para que el grupo 1 comente lo escrito por el grupo 2, el grupo 2 el trabajo del grupo 3 y así sucesivamente. En este proceso el grupo al que le toca comentar lo que sus compañeros han escrito recupera el contenido señalando en cualquiera de los casos por qué si o por qué no coinciden con lo puesto en el

papelógrafo por el primer grupo. Se trata de entonces de generar una contra-argumentación.

La indicación puede hacerse solicitando que el grupo que analiza, dé otros porqués a la calificación de válido o no válido para cada quien.

Cierre:

La docente pedirá a los grupos que traten de construir un consenso y que hagan un concentrado final.

ANEXO 1

El pensamiento crítico

Para el pensamiento crítico es importante hacer una argumentación de la validez de los puntos de vista propios que se pueden debatir con los otros, con una actitud de honestidad y autenticidad, dando la oportunidad de que el punto de vista de los otros tenga validez.

Los seres humanos transitamos entre blancos y negros en una gama de grises; el desarrollo de la habilidad de pensamiento crítico nos permite evitar los extremos: el pensamiento ingenuo, por una parte y el ser “criticones”, por otra. Se trata de no escindir entre la vida del individuo y sociedad. De cuestionarnos lo que hacemos en la vida cotidiana y lo que hacemos en la vida social.

El pensamiento crítico no es alentado socialmente porque las personas críticas pueden ver más profunda-mente el origen de situaciones indeseables como la desigualdad, pueden entonces tomar una actitud de rechazo a situaciones injustas que molesta a quien detenta el poder. Una característica de las personas críticas es que no son indiferentes frente a lo que los rodea.

Frecuentemente confundimos el pensamiento crítico con la “criticonería”, aquella actitud de descalificar porque va contra los intereses personales, porque va contra decisiones ya tomadas o simplemente porque a veces se tenga que decir “me equivoqué”.

El pensamiento crítico consiste en hacer una valoración “cuidadosa” tanto de las personas como de las situaciones, nos permite mantener con nosotros mismos y los otros una actitud más equilibrada. Cuando somos críticos nos hacemos más confiables.

ANEXO 2

Frases para seleccionar algunas para elaborar las cartas

1. En la pareja las decisiones las deben de tomar los dos, por lo que platicar y discutir para llegar a un acuerdo es correcto, siempre y cuando haya respeto por parte de los dos.

2. Los gritos, los insultos o los golpes no educan, pero si lastiman el cuerpo y los sentimientos.
3. Cuando usamos groserías para hablar con nuestros compañeros en el colegio nos sentimos orgullosos y felices.
4. La sexualidad es una parte muy importante de la salud física y emocional de todas las personas, por lo que nadie puede obligar a otra a que tenga una conducta sexual que no desea.
5. Los niños necesitan de los cuidados y atención de los adultos para estar sanos y cuando esto no ocurre, su cuerpo y sus sentimientos resultan dañados.
6. Es normal desquitar el enojo o coraje pegándoles a los demás.
7. El alcohol hace que las personas se vuelvan violentas.
8. Cuando una persona está tomada, la familia debe entender que es normal que les hable con groserías o los golpee porque no sabe lo que hace.
9. Las personas que están tomadas son responsables de lo que hacen o dicen, por lo que la familia no debe permitir que los golpeen o insulten esas personas, aunque sean sus familiares cercanos.
10. Las mujeres deben aguantar todo lo que sus maridos les hagan, porque si no, no son buenas esposas o madres.
11. Todas las personas pueden aprender a controlar su enojo y a dejar de ser violentos.
12. Se considera violencia únicamente cuando una persona le pega a otra.
13. Si en una familia hay violencia, nadie debe saberlo porque es algo familiar.
14. La escuela debe ofrecer servicios para mejorar la convivencia dentro del plantel y a los estudiantes les toca colaborar y aprovecharlos para su beneficio.
15. No está demostrado que el consumo moderado de tabaco tenga efectos nocivos sobre la salud de las personas.

EVALUACIÓN: Se realizarán listas de cotejo y la metacognición al finalizar cada clase.

BIBLIOGRAFÍA

Rodríguez V. Manual para la prevención del consumo de drogas *Editora AVANFIT*

Gutierrez M. Aparicio Guía de sesiones de habilidades para la vida CEDRO

Fernandez C. (2006) Habilidades para la vida Guía para educar con valores Centros de integración juvenil 2006

MINEDU (2015) Orientaciones pedagógicas para la prevención de consumo de drogas en población escolar del nivel de educación secundaria Módulo 4

Hernandez M. y Pintos A. (2012) Manual de Habilidades para la vida Impreso en México.

Gutiérrez A. (s.f.). Habilidades para la vida. Manual de conceptos básicos para facilitadores y educadores CEDRO

Recursos audiovisuales

¿Cómo hacer mi proyecto de vida?:

https://www.youtube.com/watch?v=J_sCHpRx8yw

“Atrévete a soñar- Plan de vida:

<https://www.youtube.com/watch?v=ob0qM06L4MA>

¿Cuál es el propósito en la vida?

<https://www.youtube.com/watch?v=Qh03scy2uDE>

”La asertividad. Estrategia para tomar decisiones”

https://www.youtube.com/watch?v=_rkkV6UiqLk

“Tus decisiones determinan tu futuro”

<https://www.youtube.com/watch?v=Vdx0OxblBL8>

“Sacar la basura de la mente” (El camino del guerrero)

https://www.youtube.com/watch?v=qYNysv_s2-l

“Toma el control – toma decisiones”

<https://www.youtube.com/watch?v=94fnwnkHy8M>

Infierno 18 – solucionando problemas

<https://www.youtube.com/watch?v=2L5gsyBAp6s>

Mitos y realidades sobre las drogas

https://www.youtube.com/watch?v=EsU0_XXMtdQ

“Sin pensamiento crítico no eres nada”

<https://www.youtube.com/watch?v=WxC4RfTiOsM>

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
“TUPAC AMARU”
LA VICTORIA

UGEL N° 03



CUADERNO DEL ESTUDIANTE
PARA EL DESARROLLO DE
HABILIDADES PARA LA VIDA EN
PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE
DROGAS

Lic. Ofelia Beatriz Soria Meza.

2017

SESIÓN 2 Identifico lo que quiero lograr en mi vida

ANEXO 1

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL PROYECTO DE VIDA?

El proyecto de vida tiene una carácter existencial, éste no solamente se remite a establecer metas u objetivos académicos, también se dirige a promover cambios y mejoras en las relaciones interpersonales, permitiendo que los estudiantes puedan compartir, conocerse, aprender a valorar a los demás y a sí mismos.

Los estudiantes que no cuentan con un proyecto de vida, están expuestos a caer en conductas de riesgo como el consumo de drogas. Por ejemplo en los estudiantes que solo aspiran a casarse y tener hijos, se incrementa el riesgo de consumo de drogas legales e ilegales. Los estudiantes que tienen la expectativa de mantenerse en el sistema educativo para lograr metas profesionales, por el contrario, registran porcentaje bajo de consumo. Es claro entonces que cuantomás altas sean las metas profesionales de los estudiantes menor es la probabilidad de que consuman algún tipo de sustancia u otra conducta de riesgo.

ANEXO 2

DESARROLLO DE UN PROYECTO DE VIDA.

Un proyecto de vida se desarrolla mediante los siguientes componentes:

1. Los Objetivos.

Qué es lo que uno se propone conseguir.

2. Los Contenidos.

Definir los valores por los cuales voy a orientar mi vida.

3. Las Acciones.

Representa el desarrollo de las actividades.

4. Los Modos.

Es la forma de hacer las cosas.

5. La Evaluación.



Revisar, examinar, corregir o reforzar todo aquello que se está haciendo y el modo de hacerlo.

METAS: Para ver hecho realidad todo proyecto de vida, es necesario tener claramente definidas las metas que lo conforman. Las metas deben ser flexibles y ajustarse a las circunstancias, que a veces son impredecibles. Para la construcción de metas claras se utiliza el acróstico SMART (inteligente), en que cada una de sus letras representa una clave para recordar las palabras que caracterizan las metas adecuadas:



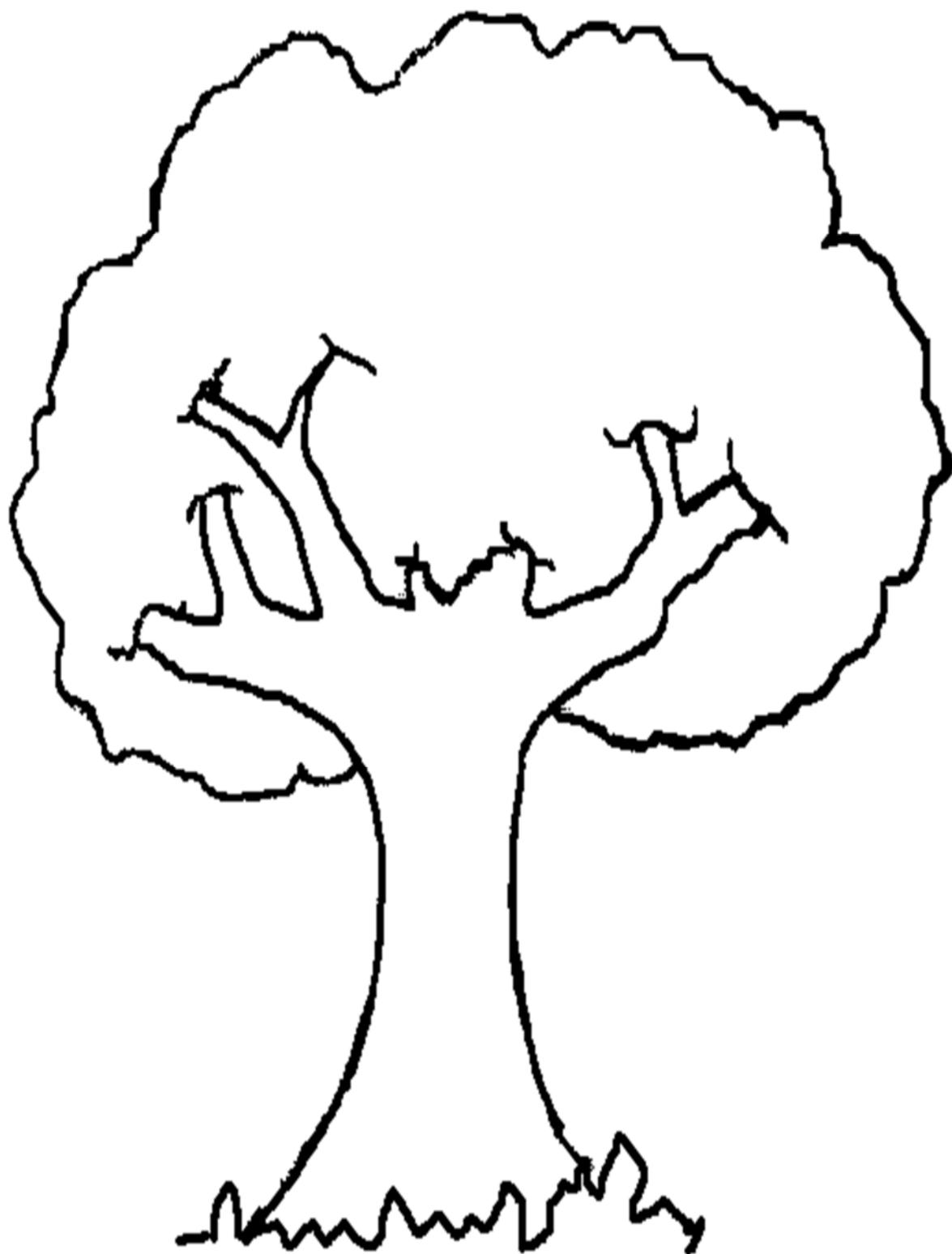
Sinceras, porque se refiere a metas que son deseadas a cada cual, no impuestas o asumidas bajo presión.

Medibles, ya que tenemos la posibilidad de evaluar logros por etapas, establecer si la meta se cumplió.

Alcanzarlas, es posible lograrlas, ya que son acordes a las capacidades, destrezas y recursos con los que se cuenta.

Realistas, ajustadas y equilibradas con la realidad.

T tiempo previsto, es preciso fijar los momentos para ejecutar las acciones que permitirán llegar a la meta, de lo contrario los esfuerzos pueden diluirse y dispersarnos en acciones que nos desvíen de nuestro objetivo principal. Es necesario establecer las fechas de inicio y culminación, como por ejemplo el mes o el año.



SESIÓN 4: La asertividad, conducta de protección.

ANEXO 1

DIÁLOGO DISPAREJO

INSTRUCCIONES: Observa detenidamente las figuras, lee lo que dice cada personaje, responde y luego intercambia tus ideas con los demás miembros de tu grupo y saquen sus conclusiones.

DIÁLOGO

Daniel: Oye petiso, guarda mi hierba en tu mochila y me lo llevas al baño a la hora de tutoría.

Arturo: Bueee no... pero oo si la profe ... no me deja salir.....

Daniel: ¡Hazlo y punto!, sino quieres que te saque el ancho a la salida.

Arturo: Está bien, como tú quieras, lo haré.....

ANEXO 2

Tres casos, tres conductas distintas.

INSTRUCCIONES: En grupo lean los diálogos del caso que les tocó, intercambien opiniones y luego contesten.

DIÁLOGO 1

Sospechas que una amiga ha tomado uno de tus cuadernos sin pedírtelo antes.

TÚ: Perdona, Susana, ¿Has cogido mi cuaderno de matemática? No lo encuentro por ninguna parte.

SUSANA: ¡Oh, sí! Espero que no te moleste, lo necesitaba para resolver un problema.

TÚ: De acuerdo, está bien que lo tomes prestado, pero, por favor, pídemelo antes. Así no creeré que lo he perdido.

SUSANA: Tienes razón, es que tenía prisa. Discúlpame.

Responde:

1.- ¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

2.- ¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

3.- ¿Cómo crees que se sentirán los personajes del caso leído?

(Asertiva) Esta es una respuesta asertiva porque: evitas que tu amiga se enfade, probablemente, te devolverá el libro; esto evitará que vuelva a repetirse el mismo tipo de problema, porque ahora tu amiga sabe qué quieres, que pida el libro antes de cogerlo. (Idea para reforzar después de la discusión grupal).

DIÁLOGO 2

Sospechas que un amigo ha tomado uno de tus cuadernos sin pedírtelo antes. Entablas el siguiente diálogo.

TÚ: ¡Caramba! Me gustaría encontrar mi cuaderno de matemática. Espero que nadie lo haya tomado.

MATEO: ¡Oh! Lo he tomado yo. Pensé que no te molestaría. (Pausa)

TÚ: ¡Vaya! Pensaba que lo había perdido.

MATEO: No te preocupes, lo tengo yo.

Responde:

1.- ¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

2.- ¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

3.- ¿Cómo te sentirías?

4.- ¿Cómo se sentiría tu amigo Mateo?

(Pasiva) Esta es una respuesta pasiva y menos deseable porque no has dicho lo que realmente querías decir; puede que, en el futuro, tu amigo se aproveche de ti otra vez porque no ha comprendido que este comportamiento te molesta; puede que no te devuelva el libro. (Idea para reforzar después de la discusión grupal).

DIÁLOGO 3

Sospechas que un amigo ha tomado uno de tus cuadernos sin pedírtelo antes. Entablas el siguiente diálogo.

TÚ: ¡Muy bien! ¡Muy bien! ¡ Te he pescado robando mi cuaderno de matemáticas!

SEBASTIAN: ¿Lo dices en serio?, solo lo he cogido prestado un momento

TÚ: Seguro que sí (sarcásticamente) ¡Gracias por pedírmelo!

SEBASTIAN: ¡Toma!, quédate con tu cochino cuaderno.

Contesta:

1.- ¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

2.- ¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

3.- ¿Cómo te sentirías?

4.- ¿Cómo se sentiría tu amigo?

Esta respuesta es agresiva porque no has dicho lo que realmente querías decir; puede que al final tu amigo esté enfadado contigo y que actúe de la misma manera; puedes perder un amigo porque lo has avergonzado y atacado verbalmente.



ANEXO 3

HOJA DE LECTURA: LA ASERTIVIDAD

Es una de las habilidades sociales que consiste en saber defender sus derechos sin agredir a nadie. Es decir lo que uno piensa, siente y desea con seguridad, en el momento oportuno, en el lugar adecuado y de forma tal que no agrede al otro o los otros. Es saber decir no con firmeza y sin ofensas a los requerimientos de otro u otros en asuntos que no se está de acuerdo o no se quiere hacer.

La asertividad implica el velar por el respeto a los derechos de uno mismo y de los demás; hacer uso de su libertad sin afectar la libertad de los demás; y asumir plenamente las responsabilidades por las consecuencias de sus actos.

Tipos de comportamiento o estilos de comunicación:

Agresiva: No respeta el derecho de los demás. Se cree con capacidad de disponer, de ordenar sin ningún respeto a los demás. Impone sus ideas, no escucha, no pide opiniones, se cree el dueño de la verdad, utiliza gestos y palabras ofensivas.

Sus frases más usadas son generalmente de amenazas, humillaciones, insultos, entre otras:

- Es mejor que...
- Escucha bien lo que te digo
- Tienes que hacerlo porque yo lo digo
- Claro, cuándo no...

Pasiva: No defiende sus derechos, tolera insultos, humillaciones, apodos; no es capaz de decir NO a pesar de no

estar de acuerdo y no querer hacerlo.

Sus expresiones favoritas son:

- Tal vez
- Quizá pueda
- Puede ser
- Bueno, lo haré
- Como tú digas

Asertiva: Defiende sus derechos con firmeza y seguridad, sin ofender a nadie para no generar conflictos que se pueden evitar. Expresa con seguridad sus opiniones en el momento oportuno, en el lugar adecuado y en la forma que no signifique agresión a los demás. Sabe decir NO con firmeza y convicción cuando lo que se le solicita no está de acuerdo con lo que piensa, siente y quiere.

Usa gestos y palabras que no hieren y sus favoritas son:

- Yo pienso que...
- Quisiera que...
- Siento que...
- Qué te parece si...
- Veamos como...

Ventajas de la comunicación asertiva

- Facilita la convivencia armoniosa, pacífica, de respeto a la libertad y a los derechos humanos.
- Ayuda a comprendernos y a comprender a los demás.
- Fortalece la tolerancia y la aceptación de los demás.
- Robustece nuestros vínculos amicales.
- Contribuye a la integración social.
- Reduce las posibilidades de conflicto.

SESIÓN 6 La asertividad, conducta de protección.

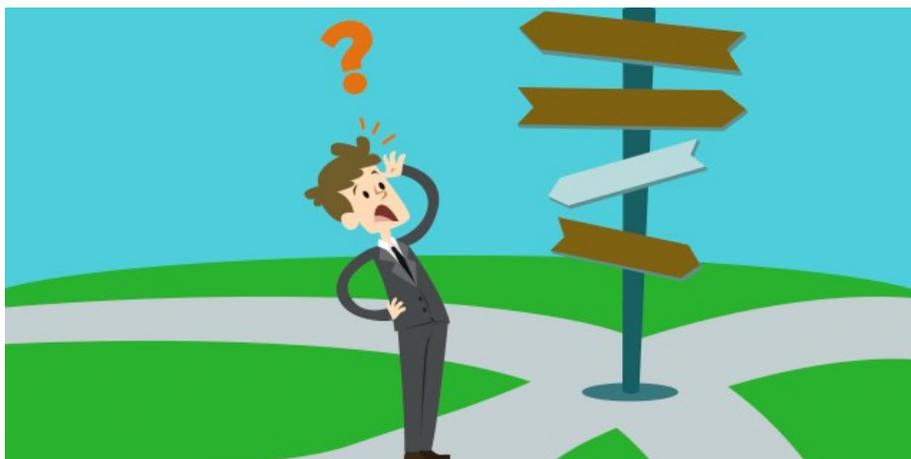
ANEXO 1

Toma de decisiones

Podemos definir la toma de decisión como el proceso de elecciones mediante el cual el ser humano visualiza y analiza distintas posibilidades, evalúa sus consecuencias, considerar cómo dicha elección podría repercutir a futuro en él y en los demás y finalmente optar. Las decisiones se toman frente a un dilema.

La mayoría de las veces tomamos decisiones basadas en nuestro sentido común, debido a la carencia de objetivos auténticos, que emanen de nuestros deseos reales. No obstante, si lo que buscamos es una toma de decisión consciente y responsable es necesario poner en juego nuestro pensamiento crítico y nuestro pensamiento creativo para elegir sin contradecir nuestros valores básicos. Una toma de decisiones así reafirma nuestra racionalidad.

Podemos aprender a tomar decisiones así y es de lo que aquí se trata. El ideal es que mis decisiones verdaderamente sean mías, es decir que sea yo quien decide y no otras personas o que sea conducido por el peso de factores del ambiente social en el que de manera particular cada uno de nosotros nos desenvolvemos. Esto consolida mi individualidad y me hace responsable de mis actos. Mis temores, fantasías y apegos o dependencias influyen también en la toma de decisiones; pueden llegar a oscurecer lo que yo realmente soy. Esto tiene que ver con lo que llamamos libertad, que es exclusivamente la independencia de vínculos externos sino internos también. Tomar decisiones es profundamente humano. A diferencia de la mayor parte de los seres vivos que simplemente reaccionan frente a los estímulos del medio, nosotros tenemos capacidad de elección. Podemos optar por cambiar el entorno o conservarlo, procurar el bien de los otros o no, e incluso transformarnos a nosotros mismos hasta convertirnos en lo que somos, seres culturales que al nacer llegamos a un mundo dado que nos circunscribe a sus condiciones, sin embargo tenemos siempre la posibilidad de aceptarlas, rechazarlas, modificarlas, innovarlas, recrearlas y aun inventarnos unas nuevas.



ANEXO 2

Dilema 1

Juan siempre ha tenido gusto por ejercer y defender el derecho propio y el de los demás, ahora que termina la secundaria, ha logrado una beca integral (incluye gastos) para estudiar Derecho en una universidad de Lima, sin embargo, se le ha presentado la oportunidad de trabajar ganando 2000 soles al mes, esto implica ir a zonas muy alejadas sin acceso a carreteras, por tres años. La opción parece importante y necesaria, ya que tiene 3 hermanos menores que apoyar y la madre atraviesa por una situación de salud muy delicada, que requiere de costosas operaciones y medicinas.

¿Que debe de hacer Juan?

**Dilema 2**

Luis cuando tenía 18 años estaba metido en la droga y en compañía de otros dos jóvenes de su edad asaltaron la vivienda de una mujer viuda, madre de dos niños pequeños y le robaron 2500 soles, que la señora tenía para pagar el colegio de sus tres hijos, alimentación del mes, y otros gastos, además se llevaron algunos objetos de valor y recuerdos familiares, valorados en 3000 soles.

La sentencia de la Audiencia judicial lo condenó en el 2005 a más de dos años de prisión, al año salió de la prisión. La sentencia fue apelada por la agraviada y la corte judicial ratificó la condena 7 años después. Luis en este tiempo (2012) se ha casado, tiene un hijo de 5 años, es un padre ejemplar, trabaja en Saposoa como peón en una empresa de construcción de carretera. Ahora tiene que cumplir el año de cárcel que le queda. Su abogado ha pedido el indulto para Luis, alegando que ya está reinsertado en la sociedad, y que tiene responsabilidades familiares.

¿Se le debe indultar?

Dilema 3

En la clase se ha roto el vidrio de una ventana, como consecuencia de la mala conducta de un alumno. El profesor pregunta quién ha sido, diciendo que si el culpable no aparece toda la clase tendrá que pagar su reparación, además de sufrir otros castigos. Un grupo de alumnos saben quién es el responsable, pero deciden no decir nada, porque el alumno causante del problema es amigo de ellos, y no quieren ser acusados de "soplones" ni "traidores". Además, quieren evitarse los problemas y molestias que les causaría su confesión.

En consecuencia, toda la clase es castigada. ¿Ves correcta la conducta de esos alumnos? ¿Tú qué harías en un caso similar?



SESIÓN 7 Solucionando problemas

ANEXO 1

Resolución de Problemas

Ante un problema, en muchas ocasiones, nos sentimos preocupados. También existen situaciones que nos causan gran preocupación, desconcierto, tristeza y hasta temor, éstas nos desorientan esperando que se solucionen con el paso del tiempo u otra persona los resuelva.

Aquí le presentamos los pasos para resolver el problema:

1. **Identificar el problema:** Analizar con detenimiento los factores que intervienen para que se presente el conflicto y definirlos claramente.
2. **Pensar en las posibles soluciones:** Anunciar los distintos caminos que se tiene para resolver la situación.

Evaluar las consecuencias positivas y negativas de cada alternativa de solución, y compararlas. Imaginar los posibles resultados que directa e indirectamente implicaría cada una de las alternativas. Establecer las ventajas y desventajas de la decisión a tomar.

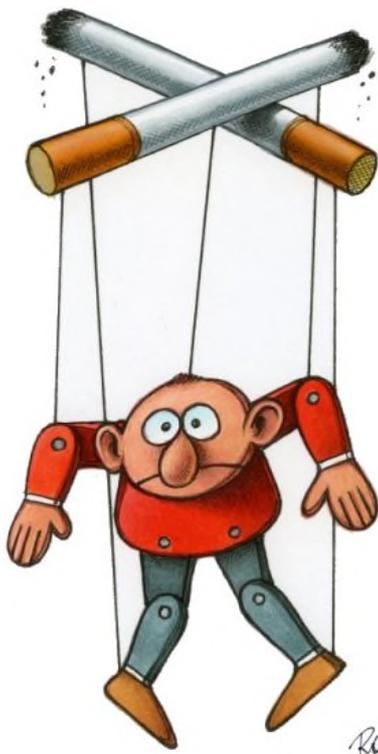
3. **Buscar información:** Sobre las posibles alternativas con personas de confianza u otras fuentes: los docentes, padres, orientadores, con su experiencia pueden dar valiosas aportaciones.
4. **Decidir por la mejor solución:** Cuando se tenga suficiente información y ésta haya sido bien evaluada (ventajas y desventajas de cada alternativa), elegir aquella que brinde mejores beneficios y esté acorde con los valores.
5. **Poner en acción la decisión:** Después de analizar y elegir, se debe ejecutar la decisión tomada. Muchas veces las personas hacen un buen análisis de las alternativas; sin embargo, cuando llega el momento, no ejecutan la decisión.

6. **Evaluar los resultados:** Cuando se haya realizado la acción, es importante obtener información sobre los efectos que en la realidad produjo la decisión tomada. Este paso es fundamental para realizar los ajustes necesarios y para evaluar con mayor certeza las alternativas que en el futuro se presenten.

Es importante también conocer:

- ¿Qué tipo de problema es?
- ¿Cuándo se da el problema?, ¿dónde se da el problema?, ¿quiénes participan del problema?
- ¿Cómo es el problema?
- ¿Por qué se da el problema?
- La frecuencia del problema.
- La dimensión del problema.

En ocasiones, los procesos de toma de decisiones generan estados de ansiedad que pudieran convertirse en reales situaciones de riesgo para el consumo de drogas.



SESION 8 Solucionando problemas de drogas

ANEXO 1

MITOS, CREENCIAS Y REALIDADES

1. Cuando se es joven no se puede caer en la adicción.

¡FALSO! La adicción puede surgir a cualquier edad. Hasta antes de nacer la persona puede ser adicta si su madre consume drogas.

2. Puedes parar el uso de drogas en cualquier momento.

¡FALSO! Dejar de usar drogas no es fácil. Cuando tratas de dejarlas te sientes mal, haciéndote creer que necesitas usar más droga. Si te mantienes alrededor de la gente que usa drogas es aún más difícil dejarlas.

3. Sólo una vez... no me pasará nada.

¡FALSO! Detrás de una adicción siempre hay una primera vez. Tener la primera experiencia es ponerse en situación de riesgo pues los efectos de la drogas sobre el Sistema Nervioso Central pueden causar sensaciones aparentemente placenteras que, vividas en una persona de baja autoestima, que no tiene suficiente autocontrol, que está deprimida o se siente sola puede conducir a repetir la experiencia, hasta llegar a la dependencia

4. Tienes que haber utilizado las drogas por mucho tiempo para convertirte en una persona adicta y para que empiecen a causar problemas en tu cuerpo o en tu cerebro.

¡FALSO! Las drogas pueden hacer que el cerebro mande señales equivocadas a tu cuerpo, lo cual te puede llevar a dejar de respirar, a tener un ataque al corazón y a quedar en coma. Esto puede pasar incluso la primera vez que se utilizan ciertas drogas.

5. Las drogas ayudan a aliviar el estrés y ayudan a las personas a sobrellevar sus problemas.

¡FALSO! Las drogas sólo hacen que las personas se olviden y no le den importancia a sus problemas temporalmente, cuando el efecto de la droga desaparece los problemas siguen.

6. Un adicto puede usar y dejar las drogas cuando quiera.

¡FALSO! Luego que la persona se hace dependiente a las drogas, necesita ayuda y apoyo psicológico y en ocasiones médica, para poder dejar las drogas. Claro está que esto estará sujeto al tipo de droga que haya producido la dependencia, el patrón de consumo y la vía de administración.



7. Las drogas enloquecen a las personas.

¡RELATIVO! Depende de las características de la persona (predisponentes) y del tipo de droga que consuma. Existen personas con una predisposición a desarrollar en algún momento de su vida un trastorno mental, en estos casos al consumir drogas aumenta la probabilidad de que éste se presente. Por otro lado, el consumo de drogas alucinógenas producen cuadros de alteración de la realidad. Así como también, el consumo patológico de alcohol puede producir una psicosis alcohólica.

8. Un poco de veneno no mata.

¡FALSO! Es equivocado pensar que consumir drogas una sola vez no provoca daños. Hay personas que desde la primera vez se quedan con daños irreparables e incluso pueden morir.

9. Las drogas motivan la creatividad.

¡FALSO! Las drogas por sí solas, jamás otorgan habilidades que no existan de manera natural en las personas, seguramente los artistas que las han utilizado habrían creado las mismas obras de arte sin necesidad de consumir drogas.

10. Las drogas mejoran el desempeño académico.

¡FALSO! El ingerir drogas antes de estudiar permite sentir menos el cansancio, pero eso sólo dura unas horas, después el organismo está agotado y ya no responde.

11. La familia es la única responsable del problema del consumo de drogas.

¡FALSO! La responsabilidad es de todos; aun cuando la familia tiene un rol muy importante, son múltiples las causas asociadas a las drogas en sí misma, al individuo, la escuela, la comunidad y la sociedad en general.



12. Las pastillas para dormir pueden comprarse en las farmacias o ser recetadas por el personal médico para tratar cualquier problema, por lo tanto, el uso de pastillas no puede ser tan malo.

¡RELATIVO! Existen diversos tipos de pastillas. Las que son recetadas sólo pueden ser usadas bajo su prescripción y por el tiempo que el especialista considere necesario, no se pueden tomar en cualquier momento.

13. La inhalación de terokal causa una reacción instantánea y no hay tiempo suficiente para que haga daño.

¡FALSO! El terokal y otros inhalantes entran en la sangre y se distribuyen por todo el cuerpo en segundos. Si se inhala por mucho tiempo puede causar daños irreversibles ya que reemplaza al oxígeno en los pulmones y en el cerebro.

14. Si se toma café se pasa la borrachera.

¡FALSO! El café no ayuda al bebedor a desintoxicarse, es preciso esperar que el cuerpo elimine el alcohol.

15. El alcohol y el cigarrillo no son drogas.

¡FALSO! Sí son drogas y con un alto poder adictivo, lo que ocurre es que al considerarlas drogas legales, y ser socialmente aceptadas

se infravaloran los daños que ocasionan y sus consecuencias.

16. El tabaco (cigarrillo) no produce adicción.

¡FALSO! La nicotina es la principal sustancia química del tabaco, que actúa en el sistema nervioso y es una de las drogas con mayor poder adictivo. La dependencia se manifiesta a través del síndrome de abstinencia que se presenta al cesar el consumo: deseo urgente de fumar, irritabilidad, insomnio o somnolencia,

ansiedad, etc.

17. Soy más maduro (a) si fumo.

¡FALSO! Aun cuando culturalmente se promueva esta falsa creencia, el fumar no hace a la persona más madura, esto sólo se logra como resultado de un proceso de desarrollo y crecimiento. Lo que ocurre es que como el fumar se asocia con el adulto, los adolescentes imitan el comportamiento del fumador.

18. Fumar cigarrillo es relajante.

¡FALSO! El cigarrillo acelera el ritmo del corazón, la presión sanguínea aumenta cuando la persona se hace dependiente, el fumar, momentáneamente disminuye la sensación de irritabilidad causada en parte por la abstinencia de la nicotina, sin embargo, al breve tiempo de nuevo aparece la excitabilidad producida por la necesidad de consumir.

19. El humo sólo afecta al fumador activo.

¡FALSO! Las sustancias tóxicas del tabaco se encuentran en el humo, por lo tanto sea que se consuma directamente a través de la boca o del ambiente por la respiración, al ingresar a los pulmones actúan negativamente sobre los mismos.

20. No a todos los fumadores les da cáncer.

¡FALSO! La Organización Mundial de la Salud, afirma: “El riesgo de cáncer de pulmón se multiplica por 25 a 30 veces entre la población de fumadores, con respecto a la de no fumadores. Igualmente, está comprobado el altísimo porcentaje de fumadores que adquieren cáncer a la laringe”. Fumar pensando “a mí no me va a pasar” es como jugar a la ruleta rusa.

21. Una persona puede tener una intoxicación aguda por alcohol.

¡VERDADERO! Cuando se consumen dosis elevadas de alcohol en períodos de tiempo cortos, puede producirse una intoxicación aguda que se evidencia por marcha tambaleante, falta de coordinación, cambios en el estado de ánimo, comportamiento inadecuado, visión borrosa, disminución del estado de alerta y somnolencia. Estos síntomas pueden agravarse hasta producir un estado de coma o un paro respiratorio.

22. El alcohol afecta el modo de ser de una persona.

¡CIERTO! Como toda droga el alcohol afecta al Sistema Nervioso Central, lo cual repercute en la forma de ser y actuar.

23. Si fumas marihuana durante el fin de semana, no tendrás ningún problema en funcionar adecuadamente en el centro de estudios el día lunes.

¡FALSO! Los efectos de la marihuana pueden durar hasta tres días, disminuyendo la memoria, la coordinación y los reflejos.

24. La marihuana no lleva a usar otras drogas.

¡FALSO! Todos los estudios indican que la marihuana utilizada en edades tempranas, predispone a utilizar otras drogas.

25. La marihuana abre la mente.

¡FALSO! La marihuana enturbia la mente e interfiere con la memoria y con el proceso de tomar decisiones.

26. La marihuana alivia el estrés.

¡FALSO! La marihuana sólo posterga lo inevitable y puede causar depresión.

27. La marihuana es natural y por eso no hace daño.

¡FALSO! La marihuana es dañina, la profundidad del daño va a depender de las características físicas y psicológicas del consumidor y el patrón de consumo. Se ha encontrado que el uso prolongado de la marihuana produce el síndrome amotivacional, donde la persona pierde interés por las actividades diarias, sus gustos, valores inclinaciones vocacionales y las relaciones sociales significativas, se vuelve apático. Se presentan trastornos de concentración y memoria y es muy fácil tener un accidente automovilístico porque se altera la percepción del tiempo y del espacio.



28. Con la marihuana las personas aprenden más rápido.

¡FALSO! Lo que ocurre es que esta droga altera la percepción de la realidad y la persona cree que está aprendiendo más rápido. La marihuana limita el proceso de aprendizaje al producir problemas de concentración y memoria.

SESIÓN 10 El pensamiento crítico y las distintas perspectivas con las que vemos el mundo en que vivimos

Galería con frases:

Todos los hombres son iguales.

Los pobres son pobres porque quieren.

Haga lo que haga, todo seguirá igual.

La mujer como la escopeta: siempre cargada y en un rincón.

Cuadro para completar:

Frase u oración	¿Es vigente para mí o no? ¿Puedo afirmar que para mí tiene sentido?	Argumentos ¿Por qué?	¿De qué manera contribuye al desarrollo humano?
1.-			
2.-			
3.-			
4.-			

ANEXO 1

El pensamiento crítico

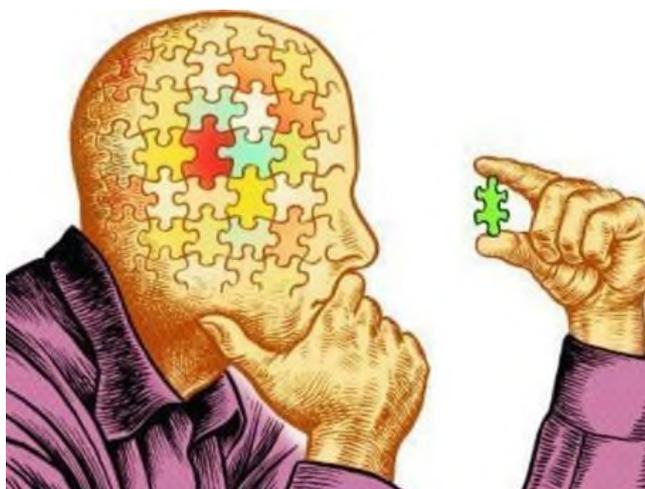
Para el pensamiento crítico es importante hacer una argumentación de la validez de los puntos de vista propios que se pueden debatir con los otros, con una actitud de honestidad y autenticidad, dando la oportunidad de que el punto de vista de los otros tenga validez.

Los seres humanos transitamos entre blancos y negros en una gama de grises; el desarrollo de la habilidad de pensamiento crítico nos permite evitar los extremos: el pensamiento ingenuo, por una parte y el ser “criticones”, por otra. Se trata de no escindir entre la vida del individuo y sociedad. De cuestionarnos lo que hacemos en la vida cotidiana y lo que hacemos en la vida social.

El pensamiento crítico no es alentado socialmente porque las personas críticas pueden ver más profundamente el origen de situaciones indeseables como la desigualdad, pueden entonces tomar una actitud de rechazo a situaciones injustas que molesta a quien detenta el poder. Una característica de las personas críticas es que no son indiferentes frente a lo que los rodea.

Frecuentemente confundimos el pensamiento crítico con la “criticonería”, aquella actitud de descalificar porque va contra los intereses personales, porque va contra decisiones ya tomadas o simplemente porque a veces se tenga que decir “me equivoqué”.

El pensamiento crítico consiste en hacer una valoración “cuidadosa” tanto de las personas como de las situaciones, nos permite mantener con nosotros mismos y los otros una actitud más equilibrada. Cuando somos críticos nos hacemos más confiables.



ANEXO 2

Frases para seleccionar algunas para elaborar las cartas

1. En la pareja las decisiones las deben de tomar los dos, por lo que platicar y discutir para llegar a un acuerdo es correcto, siempre y cuando haya respeto por parte de los dos.
2. Los gritos, los insultos o los golpes no educan, pero si lastiman el cuerpo y los sentimientos.
3. Cuando usamos groserías para hablar con nuestros compañeros en el colegio nos sentimos orgullosos y felices.
4. La sexualidad es una parte muy importante de la salud física y emocional de todas las personas, por lo que nadie puede obligar a otra a que tenga una conducta sexual que no desea.
5. Los niños necesitan de los cuidados y atención de los adultos para estar sanos y cuando esto no ocurre, su cuerpo y sus sentimientos resultan dañados.
6. Es normal desquitar el enojo o coraje pegándoles a los demás.
7. El alcohol hace que las personas se vuelvan violentas.
8. Cuando una persona está tomada, la familia debe entender que es normal que les hable con groserías o los golpee porque no sabe lo que hace.
9. Las personas que están tomadas son responsables de lo que hacen o dicen, por lo que la familia no debe permitir que los golpeen o insulten esas personas, aunque sean sus familiares cercanos.
10. Las mujeres deben aguantar todo lo que sus maridos les hagan, porque si no, no son buenas esposas o madres.
11. Todas las personas pueden aprender a controlar su enojo y a dejar de ser violentos.
12. Se considera violencia únicamente cuando una persona le pega a otra.

13. Si en una familia hay violencia, nadie debe saberlo porque es algo familiar.
14. La escuela debe ofrecer servicios para mejorar la convivencia dentro del plantel y a los estudiantes les toca colaborar y aprovecharlos para su beneficio.
15. No está demostrado que el consumo moderado de tabaco tenga efectos nocivos sobre la salud de las personas.
16. El consumo de drogas motiva la creatividad.

BIBLIOGRAFÍA

Rodríguez V. (s.f.) *Manual para la prevención del consumo de drogas* Editora AVANFIT .

Gutierrez M. (s.f.) *Guía de sesiones de habilidades para la vida* CEDRO

Fernandez C. (2006) *Habilidades para la vida Guía para educar con valores* Centros de integración juvenil 2006

MINEDU (2015) *Orientaciones pedagógicas para la prevención de consumo de drogas en población escolar del nivel de educación secundaria* Módulo 4

Hernandez M. y Pintos A. (2012) *Manual de Habilidades para la vida* Impreso en México.

RECURSOS AUDIOVISUALES

¿Cómo hacer mi proyecto de vida?:

https://www.youtube.com/watch?v=J_sCHpRx8yw

“Atrévete a soñar- Plan de vida:

<https://www.youtube.com/watch?v=ob0qM06L4MA>

¿Cuál es el propósito en la vida?

<https://www.youtube.com/watch?v=Qh03scy2uDE>

”La asertividad. Estrategia para tomar decisiones”

https://www.youtube.com/watch?v=_rkkV6UiqLk

“Tus decisiones determinan tu futuro”

<https://www.youtube.com/watch?v=Vdx0OxbiBL8>

“Sacar la basura de la mente” (El camino del guerrero)

https://www.youtube.com/watch?v=qYNysv_s2-l

“Toma el control – toma decisiones”

<https://www.youtube.com/watch?v=94fnwnkHy8M>

Infierno 18 – solucionando problemas

<https://www.youtube.com/watch?v=2L5gsyBAp6s>

Mitos y realidades sobre las drogas

https://www.youtube.com/watch?v=EsU0_XXMtdQ

“Sin pensamiento crítico no eres nada”

<https://www.youtube.com/watch?v=WxC4RfTiOsM>

ARTÍCULO CIENTÍFICO

1. TÍTULO

Programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en los
estudiantes de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017

2. AUTORA

Ofelia Beatriz Soria Meza
ofesoria@outlook.com

3. RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru.

El tipo de investigación fue aplicada con un diseño cuasiexperimental; en cuanto a la metodología empleada fue el método científico y el hipotético deductivo. La población fue de 60 estudiantes, se utilizó un instrumento de 5 habilidades para la vida con alternativas tipo Likert. Con los resultados obtenidos se demostró que el programa prevención del consumo de drogas sí influyó en las habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, del cual se tiene como valor de la z_c que se encuentra por encima del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$.

El programa de prevención estuvo constituida por el desarrollo de 10 sesiones sobre habilidades como: Conocimiento de sí mismo, comunicación asertiva, toma de decisiones, solución de problemas y pensamiento crítico; se pudo apreciar el interés de los estudiantes por la temática nueva para ellos de habilidades para la vida lo cual favoreció a la aplicación del programa, evidenciándose después con los resultados estadísticos.

4. PALABRAS CLAVES

Habilidades para la vida - prevención del consumo de drogas – programa

5. ABSTRACT

The present investigation has the objective of determinate the influence of the Prevention of drug use Program on I.E Túpac Amaru sophomore's life skills.

This kind of research was applied with a quasi-experimental design; as for the methodology used, it was the scientific method and the deductive hypothetical method. The population was of 60 students and we used an instrument of 5 life skills with Likert

alternatives. With the results we can demonstrate that Prevention of drug use Program do influence on I.E Túpac Amaru sophomore's life skills where the value of z_c is above the critical level, $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) and $p=0,000$ is less than 0,05. The research carried out took into account 5 dimensions that were: self-knowledge, assertive communication, decision making, problem solving and critical thinking; It was possible to appreciate the interest of the students in the new thematic about life skills which favored the application of the program, evidenced later with the statistical results.

6. KEYWORDS

Life skills- prevention of drug use - program

7. INTRODUCCIÓN

A consecuencia de la problemática del consumo de drogas en EEUU. El psicólogo Gilbert Botvin (1979) diseña un programa con un nuevo enfoque de habilidades para la vida que se basa en diversas teorías como por ejemplo la teoría del aprendizaje de Bandura, de esta manera los jóvenes podrían desarrollar habilidades que les permitirían estar prevenidos y protegidos de diversas influencias negativas en la sociedad que atentarían contra la salud. Es así como la OMS toma la iniciativa para promover diversos programas escolares fomentando y desarrollando 10 habilidades para la vida los cuales son aplicados de acuerdo a los diferentes contextos sociales de cada país.

La presente investigación plantea un Programa preventivo del consumo de drogas en escolares desarrollado en 5 habilidades para la vida sustentados por la OMS con la finalidad de lograr cambios actitudinales de los estudiantes frente a las drogas. La OMS (1999) señala que “Habilidades para la vida son destrezas psicosociales que le facilitan a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria”. (citado por Mantilla p. 15). Cabe resaltar que el desarrollo de ciertas habilidades como por ejemplo la toma de decisiones va a permitir al adolescente evaluar las consecuencias de sus actos además de promover el cuidado de su salud mental, física y social.

Existen teorías que respaldan los estudios de habilidades para la vida:

- Teoría del desarrollo infantil y adolescente esta teoría recibe el aporte de diversos autores que determinan que los cambios biológicos, sociales y cognitivos van consolidar el desarrollo humano. Si nos referimos a los cambios biológicos es la forma como el adolescente va a reaccionar frente a los cambios hormonales que conllevan a su vez a cambios tanto físicos como psicológicos.

- Teoría del aprendizaje social propuesta por Albert Bandura en 1977, quien sostiene que los niños logran diferentes aprendizajes por la observación y por la imitación.
- Teoría de la conducta problemática propuesta por Richard Jessor donde manifiesta sobre el desarrollo de diferentes conductas problemáticas del adolescente como el uso de drogas, la delincuencia y conductas sexuales de menores de edad.
- Teoría de la influencia social propuesta por Albert Bandura que manifestó que los niños y adolescentes son más sensibles bajo presión para caer en conductas de riesgo.
- Solución cognitiva de problemas este modelo manifiesta la importancia de la enseñanza de habilidades interpersonales de solución cognitiva del problema a temprana edad para así facilitar el desarrollo de estas aptitudes para ponerlas en práctica y poder reducir y prevenir conductas negativas.
- Inteligencias múltiples esta teoría es sustentada por Howard Gardner quien propone ocho inteligencias humanas: las lingüísticas, lógico matemáticas, musical, espacial, corporal, naturalista, inter personal e intrapersonal.
- Teoría de la resiliencia y riesgo esta teoría determina el por qué algunas personas sobresalen en medio de tantas adversidades de la vida, por lo que manifiesta la existencia de factores internos y externos que favorecen a las personas para su protección y fortalecimiento contra diferentes riesgos que se corren en la vida como por ejemplo la violencia.
- Teoría de la psicología constructivista esta teoría sostiene que el aprendizaje se produce por la interacción social del individuo como por ejemplo cuando trabaja con sus pares, en grupo socializando con sus compañeros dando su punto de vista y escuchando a los demás (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001, p. 16-21).

Existen investigaciones a nivel nacional e internacional que evidencian la eficacia de desarrollar las habilidades para la vida en situaciones de riesgo tanto en problemas relacionados en el consumo de drogas como los relacionados con la sexualidad. Como por ejemplo: Saravia (2016) en su tesis Habilidades para la vida y agresión en adolescentes infractores reclusos en un centro de rehabilitación de Lima, Choque y Chirinos (2008) en su investigación Eficacia del programa de habilidades para la vida

en adolescentes escolares de Huancavelica, Morales, Benítez y Agustín (2013) en su tesis Habilidades para la vida (cognitivos y sociales) en adolescentes de una zona rural con un enfoque basado en habilidades para la vida que permite desarrollar competencias psicosociales.

La I.E. Túpac Amaru ubicada en el distrito de La Victoria constantemente ha tenido que lidiar con diferentes problemas de sus estudiantes los cuales están determinados en el Proyecto Curricular Institucional 2017, de los cuales cabe resaltar la indisciplina, la baja autoestima y la carencia de valores; que conllevaron a varios de sus estudiantes a enfrentarse con problemas de consumo de drogas; es por eso la iniciativa de elaborar un programa preventivo en 5 habilidades para la vida.

Problema General

¿Cómo influye el programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida en los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017?

Objetivo General

Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Objetivos específicos

- Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en el conocimiento de sí mismo de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.
- Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la comunicación asertiva de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.
- Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la toma de decisiones de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.
- Determinar la influencia del programa prevención del consumo de drogas en la solución de problemas de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

- Determinar la influencia del programa prevención del consumo de Drogas en el pensamiento crítico de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

8. METODOLOGÍA

En la investigación realizada se aplicó el método científico y el hipotético deductivo, el tipo de investigación fue aplicada con diseño experimental, el tipo de estudio cuasiexperimental:

GE O1 X O2
GC O3 _ O4

Población: 2° “A”, 2° “B” y 2° “C” (60 estudiantes)

Muestra: 2° “A” y 2° “B” (42 estudiantes)

Muestreo: No probabilístico

Unidades de análisis: 20 estudiantes del grupo control y 20 del grupo experimental.

Métodos de recopilación de datos: Pretest y postest tanto al grupo control como el experimental

Instrumento: Test de habilidades para la vida, cuyo objetivo es lograr el desarrollo de 5 habilidades para la vida en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria para la prevención del consumo de drogas. El instrumento fue adaptado de acuerdo al contexto en el cual se iba a aplicar, luego fue validado por 3 expertos con conocimientos de investigación científica los cuales determinaron la suficiencia de los ítems basados en habilidades para la vida. La confiabilidad del instrumento fue establecida por el coeficiente de Alfa de Cronbach ya que los ítems están determinados por la Escala Likert. La prueba piloto estaba constituida por 40 ítems y se aplicó a una muestra representativa de 20 estudiantes del 2° grado de secundaria. Finalmente se procesaron los datos en SSPS el cual arrojó un coeficiente de confiabilidad de 0,811 lo cual indica una alta confiabilidad.

9. RESULTADOS

Tabla 1

Niveles de comparaciones de habilidades para la vida de los estudiantes del 2º grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

		test				Total	
		pre		post			
		control	experimental	control	experimental		
habilidades para la vida	malo	Recuento	1	0	1	0	2
		% dentro de test	5,0%	0,0%	5,0%	0,0%	2,5%
	regular	Recuento	18	20	17	10	65
		% dentro de test	90,0%	100,0%	85,0%	50,0%	81,3%
	bueno	Recuento	1	0	2	10	13
		% dentro de test	5,0%	0,0%	10,0%	50,0%	16,3%
Total		Recuento	20	20	20	20	80
		% dentro de test	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

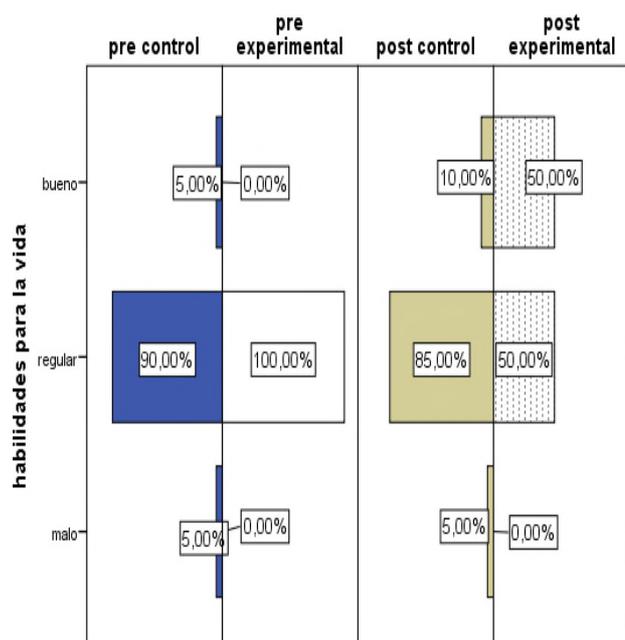


Figura 1. Niveles de comparaciones de habilidades para la vida de los estudiantes de 2º año de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

En cuanto a los resultados por niveles y la comparación por test entre los grupos de estudio, se tiene, en el grupo de control el 5% de los estudiantes presentan malas

habilidades para la vida mientras en el grupo experimental ninguno presenta malas habilidades, sin embargo el 90% de los estudiantes del grupo control presentan habilidades para la vida de manera regular mientras que el 100% del grupo experimental presentan habilidades regulares, luego de la aplicación del programa el 10% de los estudiantes presentan buenas habilidades mientras que el 50% de los estudiantes presentan buenas habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Hipótesis general de la investigación

H₁: El programa prevención del consumo de drogas influye en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

H_i: $\mu_1 > \mu_2$

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0,05$

Toma de decisión: $p < \alpha$ y $Z_c > 1,96$; rechazo de la hipótesis nula

Tabla 2

Nivel de significación de las habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria - 2017.

Rangos

Razonamiento	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney ^a
post control	20	16,68	333,50	U= 163.5
post experimental	20	24,33	486,50	Z=-4,923
Total	40			Sig. asintót = 0,000

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, en cuanto a las habilidades para la vida, el valor de la z_c se encuentra por debajo del nivel crítico, donde $z_c < z_t$ ($-4,923 < -1,96$) y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$ lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, el programa prevención del consumo de drogas influyó en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac Amaru, La Victoria – 2017.

10. DISCUSIÓN

Saravia (2016) en su tesis *Habilidades para la vida y agresión en adolescentes infractores recluidos en un centro de rehabilitación de Lima*, cuyo objetivo general fue determinar la relación que existe entre ambas variables. Se llegó a la conclusión que comparando la muestra de estudio con la población infractora presentan un nivel muy bajo lo que quiere decir que estos adolescentes no cuentan con Habilidades para la vida desarrolladas y determinando así que los adolescentes presentan características agresivas. Con respecto a la investigación del programa preventivo sobre el consumo de drogas en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de secundaria se trabajaron dos sesiones de comunicación asertiva para lograr cambios de conducta con respecto a la forma de comunicarse por lo que ellos manifestaron un trato agresivo entre ellos antes del programa y conforme se fue desarrollando las sesiones se apreciaron cambios de conducta y el manejo de conceptos sobre los tipos de comunicación entre ellos el agresivo, pasivo y asertivo, se evidenciaron al finalizar el programa.

Morales, Benítez, y Agustín (2013) en su tesis *Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural con un enfoque basado en habilidades para la vida* que permite desarrollar competencias psicosociales específicamente en habilidades sociales y cognitivas, Siendo su objetivo fortalecer habilidades cognitivas y habilidades sociales, a través de la implementación de dos programas de intervención psicoeducativa. Los resultados arrojaron una mejora en habilidades sociales; además de encontrar asociación entre habilidades sociales avanzadas y autoeficacia, así como en afrontamiento activo con las habilidades sociales; no se observaron cambios en autoeficacia ni afrontamiento. Concluyeron que el programa fue efectivo al mejorar las habilidades sociales de los adolescentes. En forma similar en nuestra investigación también obtuvimos resultados significativos que determinaron la influencia positiva del programa al lograr cambios de conducta de algunos estudiantes.

11. CONCLUSIONES

De los resultados obtenidos en forma general se puede concluir que el programa prevención del consumo de drogas a influenciado significativamente en habilidades para la vida de los estudiantes del 2° grado de educación secundaria de la I.E. Túpac

Amaru. De las 5 habilidades desarrolladas en el programa solamente la habilidad de conocimiento de sí mismo la hipótesis alterna fue rechazada, esto se puede deber a la falta de autoestima y al autoconcepto que generalmente los adolescentes sufren en esta etapa y que no se logra de la noche a la mañana sino que es todo un proceso a la cual todos los padres de familia y maestros debemos estar pendientes para favorecer en su desarrollo.

12. REFERENCIAS

- Acuña, C. Facho, E. y Velásquez, L. (2015) tesis titulada: "*Efectividad de un Programa educativo para fortalecer las Habilidades Sociales en niños en Edad escolar en una I.E. Chiclayo - 2014*", Universidad nacional Pedro Ruiz Gallo Facultad de enfermería. Recuperado de <http://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/UNPRG/63/BC-TES-3688.pdf?sequence=1>
- Aiken, L. (1996). *Test psicológicos y evaluación.* (Octava edición). México: Prentice Hall Hispanoamericana S.A..
- Becoña, E. (2002). *Bases científicas de la prevención de las drogodependencias.* Madrid: Edit. Ministerio del interior http://www.pnsd.msssi.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/Bases_cientificas.pdf
- Botvin, G. (1995). *Entrenamiento en habilidades para la vida y prevención del consumo de drogas en adolescentes: Consideraciones teóricas y hallazgos empíricos.* *Psicología conductual*, 3(3), 333-356.
- Cedro (2015). *El problema de las drogas en el Perú* (2015). Perú: impreso en CEDRO Recuperado de http://www.repositorio.cedro.org.pe/bitstream/CEDRO/201/3/El_problema_de_las_Drogas.%C3%BA%20ultima%20ver.pdf
- Cedro, (2013) *Abuso de drogas en adolescentes y jóvenes y vulnerabilidad familiar. Oficina de las naciones unidas contra la droga y el delito.* Primera edición. Perú. LIBRO_ADOLESCENTES_SPAs_UNODC-CEDRO.pdf.
- Choque, R. y Chirinos, J. (2009) *Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes Escolares de Huancavelica*, Perú *Rev. Salud pública.* 11 (2): 169-181. Recuperado de <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v11n2/v11n2a02.pdf>

- Díaz, L., Rosero, R., Melo, M., Aponte, D. (2013). *Habilidades para la vida. Análisis de las proporciones psicométricas de un test creado para su medición*. Revista colombiana de ciencias sociales.
- Gutiérrez, A. (s.f.). *Habilidades para la vida. Manual de conceptos básicos para facilitadores y educadores CEDRO*. Recuperado de <http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesparalavida/manualdeconceptos16agosto.pdf>
- Hernandez, R., Fernandez, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. (Quinta edición). México: Mc Graw Hill.
- Kerlinger, F. (1986) *Investigación del comportamiento*. (Cuarta edición). México: Mc Graw Hill.
- Mangrulkar, L., Whitman, C. y Posner, M. (2001), *Enfoque de Habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Washington. Recuperado de http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS_0.pdf
- Mantilla, L. (2001) *Habilidades para la vida* Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Fe y Alegría. Recuperado de http://www.feyalegria.org/images/acrobat/72979810510810510097100101115_849.pdf
- Ministerio de Educación (2013). *Lineamientos para la educación de una vida sin drogas*. Perú.
- Ministerio de Educación (2015). *Orientaciones pedagógicas para la prevención del consumo de drogas en población escolar del nivel de educación secundaria* MÓDULO I - Prevención del consumo de drogas: Marco conceptual (Primera Edición). Perú.
- Morales, M., Benítez, M. y Agustín, D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), 98-113. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v15n3/v15n3a7.pdf>
- Neri, A. (2012) Prevalencia del consumo de drogas y su repercusión en el rendimiento académico en los estudiantes de la especialidad de matemática, física e

- informática de la facultad de educación de la universidad nacional “José Faustino Sánchez Carrión”. Tesis de maestría. Repositorio Digital. Recuperado de <http://190.116.38.24:8090/xmlui/bitstream/handle/123456789/44/PREVALENCIA%20DE%20CONSUMO%20DE%20DROGA.pdf?sequence=1>
- Organización Panamericana de la Salud (2001). *Por una juventud sin tabaco. Adquisición de habilidades para la vida*. Washington-EEUU—(Publicación Científica y Técnica No. 579)
- Perez, C. (2012) Habilidades para la vida y consumo de drogas en adolescentes escolarizados mexicanos *Adicciones*, vol. 24, núm. 2, 2012, pp. 153-160 Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías Palma de Mallorca, España. (2012). Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2891/289122912008.pdf>
- Perez, C., (2013). *Habilidades para la vida y uso de anticoncepción por tipo de pareja sexual en adolescentes* Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 18, núm. 1, enero-junio, 2013, pp. 35-49 Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29228948003.pdf>
- Rodriguez, A. (s.f.). *Prevención del uso y abuso de drogas*. CEDRO. Perú. Recuperado de http://www.cedro.org.pe/cursoonline20134/descargas/Modulo_4.pdf
- Rodriguez, V. (sf) *Manual para la prevención del consumo de drogas*, DEVIDA Perú. Recuperado de http://www.cicad.oas.org/fortalecimiento_institucional/savia/PDF/guias/MANUAL%20DE%20PREVENCION.pdf
- Sajinez, J. (2014). *Temas acerca de las drogas*. Copyright. Huacho-Lima. Repositorio digital. Recuperado de <http://190.116.38.24:8090/xmlui/bitstream/handle/123456789/225/TEMAS%20ACERCA%20DE%20LAS%20DROGAS.pdf?sequence=1>
- Saravia, M. (2016) *Habilidades para la vida y agresión en adolescentes infractores reclusos en un centro de rehabilitación de Lima*. Tesis de licenciatura. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/95/1/SARAVIA%20HERMOZA.pdf>
- Vara, A. (2012). *Desde la idea hasta la sustentación: 7 pasos para una tesis exitosa*. Perú.

