



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de  
sustancias psicoactivas en adolescentes de una institución  
educativa**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestra en Intervención Psicológica**

**AUTORA:**

Guevara Araujo, Mery Concepcion (orcid.org/0009-0003-7719-0332)

**ASESORAS:**

Dra. Vera Calmet, Velia Graciela (orcid.org/0000-0003-0170-6067)

Dra. García Flores, Lizzeth Aimée (orcid.org/0000-0002-1975-2582)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Modelos de Prevención y Promoción

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO - PERÚ

2024

## Declaratoria de autenticidad del asesor



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

### Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, VERA CALMET VELIA GRACIELA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de una institución educativa", cuyo autor es GUEVARA ARAUJO MERY CONCEPCION, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 17%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 26 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
VERA CALMET VELIA GRACIELA DNI: 18159571 ORCID: 0000-0003-0170-6067	Firmado electrónicamente por: VVERAC75 el 28-07- 2024 09:48:42

Código documento Trilce: TRI - 0837125

## Declaratoria de originalidad de la autora



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

### **Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, GUEVARA ARAUJO MERY CONCEPCION estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de una institución educativa", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
MERY CONCEPCION GUEVARA ARAUJO DNI: 17929303 ORCID: 0009-0003-7719-0332	Firmado electrónicamente por: MGUEVARAAR el 26- 07-2024 11:18:58

Código documento Trilce: TRI - 0837124

## **Dedicatoria**

Con el amor más grande que un ser humano pueda sentir, dedico este trabajo a Vidal y Cira, quienes físicamente no me acompañan, pero están presentes día a día en mi mente y corazón. A Víctor Julio, mi compañero de ayer, de hoy y siempre, quien me acompaña en esta aventura, llamada vida y me alienta en cada reto que enfrento, a María del Carmen, Víctor Julio y Arian Daniel, mis más preciados tesoros, quienes son la razón de mi vida, a Teresita y Humberto, por su amor incondicional, grandes hermanos.

## **Agradecimiento**

Sin fe en nuestro Creador, nada es posible.

Mi agradecimiento a mis asesores, quienes, con su conocimiento y paciencia hicieron posible la elaboración, realización y culminación de este trabajo. De igual manera a los directivos y docente de aula de la Institución Educativa, quienes me brindaron su apoyo incondicional para el desarrollo de mi programa. Mi profundo agradecimiento a los alumnos de la Institución Educativa, quienes fueron los grandes protagonistas en este trabajo de investigación.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Declaratoria de autenticidad del asesor .....	ii
Declaratoria de originalidad de la autora.....	ii
Dedicatoria .....	iv
Agradecimiento.....	v
Índice de contenidos.....	vi
Índice de tablas.....	vii
Resumen .....	viii
Abstract .....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. METODOLOGÍA .....	12
III. RESULTADOS.....	16
IV. DISCUSIÓN.....	20
V. CONCLUSIONES .....	26
VI. RECOMENDACIONES .....	27
REFERENCIAS .....	28
ANEXOS.....	37

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Eficacia del programa de inteligencia emocional.....	16
<b>Tabla 2.</b> Eficacia para prevenir el riesgo del ambiente en el consumo de sustancias psicoactivas.....	17
<b>Tabla 3.</b> Eficacia para prevenir el riesgo de la personalidad en el consumo de sustancias psicoactivas.....	18
<b>Tabla 4.</b> Eficacia para prevenir el riesgo de la conducta en el consumo de sustancias psicoactivas.....	19

## Resumen

La investigación tuvo como objetivo analizar la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes. La metodología corresponde a un diseño cuasi experimental, con una muestra de 52 adolescentes de ambos sexos con una media de 16 años, 26 conformaron el grupo experimental y 26 el grupo control, la recolección de datos se realizó mediante el Cuestionario para medir factores de riesgo hacia el consumo de drogas, en relación al programa se ejecutaron 10 sesiones donde se fortaleció la inteligencia emocional. Los resultados refieren cambios significativos ( $p < .05$ ) en el grupo experimental ( $p = ,000$ ), con una media de 17,08 que disminuyó a 6,62 después de la ejecución del programa, mientras que en el grupo control no se encontró cambios ( $p = ,151$ ), asimismo, la comparación de grupos independientes evidenció diferencias significativas ( $p = ,000$ ) en la comparación del post test del grupo control ( $M = 13,69$ ) con el grupo experimental ( $M = 6,62$ ). Se concluyó que el programa de inteligencia emocional es efectivo en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.

**Palabras clave:** inteligencia emocional, consumo de drogas, adolescentes.

## **Abstract**

The objective of the research was to analyze the effectiveness of the emotional intelligence program to avoid the consumption of psychoactive substances in adolescents. The methodology corresponds to a quasi-experimental design, with a sample of 52 adolescents of both sexes with an average age of 16 years, 26 made up the experimental group and 26 the control group, data collection was carried out using the Questionnaire to measure risk factors. towards drug consumption, the program, 10 sessions were carried out where emotional intelligence was developed. The results refer to significant changes ( $p < .05$ ) in the experimental group ( $p = .000$ ), with an average of 17.08 that decreased to 6.62 after the execution of the program, while in the control group there was no difference. found changes ( $p = .151$ ), likewise, the comparison of independent groups showed significant differences ( $p = .000$ ) in the post-test comparison of the control group ( $M = 13.69$ ) with the experimental group ( $M = 6.62$ ). It was concluded that the emotional intelligence program is effective in preventing the consumption of psychoactive substances.

**Keywords:** emotional intelligence, drug use, adolescents.

## I. INTRODUCCIÓN

El periodo de la adolescencia es un estadio desafiante para el ser humano, debido a los cambios que afronta, tanto en lo biológico, como en la maduración psicológica, y dentro del despliegue social (Lila et al., 2020), en este sentido, el adolescente presenta un estado emocional variante, en consecuencia, a las permutas que experimenta dentro del propio ciclo vital (Gómez-Tabares y Marín, 2020).

Esto puede conllevar a tomar decisiones disfuncionales, las mismas que predicen una conducta no adaptativa en la sociedad (Garaigordobil, 2020), tal es el caso del consumo de sustancias (Kun et al., 2019), como manifestación conductual que evidencia un carente manejo emocional, que suscita una tendencia autodestructiva, o una forma de escape y/o evitación de la realidad que se asume, no puede afrontarse y por ende ocasiona un estado emocional de malestar (Molero et al., 2019).

Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) señala en el contexto internacional que el consumo de drogas lícitas e ilícitas se presenta en alrededor de 155 millones de adolescentes, es decir en un 25% de la población total, con edades principalmente comprendidas entre los 15 a 19 años, y un mayor riesgo en el grupo poblacional de hombres en comparación a las mujeres. Además, se destaca que se incrementó el consumo de drogas en un 26% durante los últimos 10 años, con una mayor prevalencia desde los 15 años (OMS, 2022b).

Asimismo, a nivel nacional el Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022) refiere que los adolescentes peruanos presentan un consumo ocasional de drogas en un 30%, con un uso experimental en un 9%, en una conducta de abuso de las sustancias en un 11%, y en un 7% caracterizado por un estado de dependencia con implicancias en el desarrollo social, educativo y laboral. De manera específica, en la adolescencia, comprendida entre los 12 a 14 años, el principal consumo de sustancias inicia a través del alcohol y el tabaco, con una presencia en 2.5 millones de personas en el Perú, para luego convertirse en un accionar de consumo de sustancias ilícitas, como el cannabis, la cocaína, entre otras, cuando no existe un

acto correctivo y una gestión del estado emocional (Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas [CEDRO], 2022).

Ante lo mencionado, el programa de inteligencia emocional es sumamente importante, debido a las implicancias en la regulación emocional dentro de un proceso que permite abordar de manera efectiva ante el consumo de sustancias psicoactivas ejercida por los adolescentes (Leite et al., 2019; Herd y Kim-Spoon, 2021).

Además de permitir una gestión de los impulsos que facilita la prevención, así como la contribución sobre las recaídas (González et al., 2019), que a largo plazo impacta en la salud del adolescente, al generar un control sobre el estado afectivo, que suscita comportamientos de ajuste a la realidad social y una tendencia orientada al logro (Merchán-Clavellino et al, 2020; Herd et al., 2020).

Por lo expuesto, la investigación se encuentra dentro del tercer objetivo del desarrollo sostenible (ODS), denominado como Salud y Bienestar, asimismo, se formula ¿Cuál es el efecto del programa de inteligencia emocional en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de una institución educativa?

De ello, se describe como justificación, en lo concerniente al nivel práctico, el estudio genera un programa de aplicación inmediata, que aporta la praxis del profesional de la salud psicológica en la institución de interés, tanto en la prevención como en la toma de decisiones funcional ante la problemática de consumo de drogas; a nivel social, el desarrollo del programa beneficia de manera importante al grupo poblacional de adolescentes, con un conjunto de actividades que permite el desarrollo de la inteligencia emocional orientada al manejo del consumo de drogas y que en consecuencia impulsa la salud desde la perspectiva holística; a nivel teórico propicia la revisión de conceptos relevantes de las variables, además de presentarse en una tendencia actualizada, lo cual contribuye a la formación y continua preparación; a nivel metodológico, conlleva procedimientos estadísticos que al ser descritos genera un referente de investigación, tanto en la metodología como en el posterior proceso de citación del estudio, convirtiéndose en un

antecedente de importante impacto.

Por lo cual, se plantea como objetivo general, determinar la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes. Como objetivos específicos se plantea establecer la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo del ambiente en el consumo de sustancias psicoactivas; seguidamente, identificar la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo de la personalidad en el consumo de sustancias psicoactivas; especificar la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo de la conducta en el consumo de sustancias psicoactivas.

A nivel internacional Almeida et al. (2023) estudiaron la prevención en el consumo de drogas. Estudio cuasi experimental, con la aplicación de un test de elaboración ajustada al estudio, la muestra fue de 5208 adolescentes, de 13.2 años como edad promedio de los Estados Unidos. El programa fue ejecutado en un plazo de 36 sesiones, durante 9 meses, utilizando técnicas relacionadas a la Psicoeducación, control emocional, entre otros. Los resultados muestran que en promedio el 50% de los estudiantes muestran una tendencia moderada al consumo de drogas, en lo inferencial se halló presencia de significancia ( $p < .05$ ) entre las puntuaciones generales de comparación en el pre y post reevaluación del grupo experimental. Se concluyó que el desarrollo del programa de enfoque social es efectivo para la prevención de consumo de sustancias dentro del grupo.

Steeger et al. (2023) realizaron un proceso de estudio con el fin de determinar el efecto de un programa socio-educativo en la prevención del consumo del Cannabis. La metodología desarrollada fue pre experimental, se administró el LST para la medición, el grupo muestral fue de adolescentes de 60 escuelas, de 17 años de los Estados Unidos. El programa se ejecutó 1 vez por semana durante 1 año, y un seguimiento de 21 meses, con técnicas cognitivas y de entrenamiento conductual. Los resultados refieren que el 41% de los adolescentes disminuyó a un nivel bajo el consumo de Cannabis, en lo inferencial se obtuvo que al comparar las puntuaciones del pre con el post test, la presencia de valores significativos ( $p < .05$ ) como diferencias en el proceso de puntuaciones. Se concluyó que el desarrollar un

programa socio-educativo permite prevenir consumir cannabis en la adolescencia.

Cutrín et al. (2021) determinó el impacto de un programa sistémico para prevenir en los adolescentes la conducta de drogadicción. El método cuasi experimental, se aplicó un test de estandarización para el estudio, la muestra se delimitó por 755 participantes distribuidos equitativamente entre grupo control y designación de grupo experimental, con una edad de 11 a 15 años, de España. El programa se conformó por 12 sesiones. Los resultados refieren que prevalece en un 50% la tendencia moderada para consumo en las drogas, asimismo, se demostró la presencia de diferencias ( $p < .05$ ) al comparar las puntuaciones directas antes del programa, con el después, de igual manera en las áreas de alcohol ( $p < .05$ ) e intoxicación ( $p < .05$ ). Se concluyó que el programa sistémico es efectivo para prevenir el consumo de alcohol, como droga ilícita.

Bonar et al. (2022) ejecutaron un programa socioemocional ante el consumo alcohólico. La metodología se perfila como pre experimental, se aplicó el AUDIT-C score, el tamaño poblacional fue de 955, con una media de 16 años de los Estados Unidos. El programa delimitó una extensión de 8 sesiones de prevención, y 4 dimensiones de seguimiento. Los resultados estadísticos refieren que en promedio el 50% de los adolescentes evidencia una tendencia media por consumir alcohol, en lo inferencial se evidencia significancia. ( $p < .05$ ) en lo que respecta a las puntuaciones del antes en contraste al después del programa. Se concluyó que el abordaje basado en la educación preventiva, entrenamiento en la habilidad social, y la regulación emocional permite prevenir el consumo de alcohol.

Soelton et al. (2021) realizaron un proceso de estudio con el fin de lograr determinar el efecto de un programa de enfoque social-laboral en la prevención de las drogas en adolescentes. La metodología desarrollada fue pre experimental, se administró como test de creación propia, el grupo muestral fue de 178 adolescentes, con una edad promedio de 17 años de Malasia. El programa se ejecutó en una extensión de 20 sesiones, con técnicas de Psicoeducación, manejo emocional, planteamiento de futuro, capacidad de negociación, manejo de la economía. Los resultados refieren que el 60% muestra desconocimiento sobre la peligrosidad de las drogas, en tanto, en lo inferencial se obtuvo que al comparar las puntuaciones del pre con el post

test, la presencia de valores significativos ( $p < .05$ ) como diferencias en las puntuaciones. Se concluyó que el desarrollar un programa socio-laboral permite prevenir el consumo de drogas en los adolescentes.

Asimismo, a nivel nacional, Gonzales (2023) en un programa de enfoque cognitivo conductual para prevenir en los adolescentes la conducta de consumo de drogas. El método fue de proceso pre experimental, se aplicó el CAPR-CD, la muestra se delimitó por 70 participantes de 13 a 17 años, de Pimentel. El programa se conformó por 25 sesiones, donde se trabajó la Psicoeducación, seguido por el fortalecimiento de la emoción, y el conjunto de habilidades para el proceso de socialización. Los resultados refieren que prevalece una tendencia moderada-alta para el consumo de drogas con el 28.5%, seguido por el nivel alto con el 21.4%, y muy alto con el 14.2%, asimismo, el análisis inferencial demuestra la presencia de diferencias ( $p < .05$ ) al comparar las puntuaciones antes del programa y después. Se concluyó que el programa cognitivo-conductual es efectivo para desarrollar competencias que previenen el consumo de drogas.

Flores (2022) analizó el efecto de un programa psicoemocional para prevenir el alcoholismo. La metodología desarrollada fue pre experimental, se administró como test de evaluación de tendencia por consumir alcohol, el grupo muestral fue de 160 adolescentes, con una edad media de 15 años de Ferreñafe. El programa se ejecutó en una extensión de 12 sesiones, con técnicas basada en el manejo de las emociones, la identificación de amistades, el proceso psicoeducativo, la construcción de un plan de vida. Los resultados refieren que el 48.8% tiene problemas con el consumo moderado de alcohol, en tanto en el post test este porcentaje se ubicó en el 35.3%, de tal manera que se halló diferencias ( $p = 001$ ), afianzándose que el proceso psicoemocional como manera preventiva permite disminuir la tendencia por consumir alcohol. Se concluyó que el desarrollar una prevención de índole psicoemocional disminuye la tendencia por consumir alcohol.

Palacios (2022) analizó el efecto de un programa socioemocional, en la prevención del consumo de estupefacientes en un grupo de adolescentes. La metodología se perfila como pre experimental, se aplicó el Cuestionario elaborado para el estudio, el tamaño muestral fue de 78 sujetos de 14 a 19 años de Sullana. El programa

delimitó una extensión de 15 sesiones, donde se abordó técnicas como la psicoeducación, la línea de tiempo regresiva y la reestructuración cognitiva enfocadas en el abordaje de los riesgos tanto externos como internos. Los resultados estadísticos refieren que en 18% presenta una tendencia alarmante hacia el consumo de algún tipo de droga, mientras que después de la ejecución del programa esta cifra disminuye a un 5%, por tanto, se identificó significancia ( $p < .05$ ) como diferencias dentro de las puntuaciones, sustentando el programa. Se concluyó que el abordaje cognitivo-emocional permite disminuir el riesgo de exposición al consumo de drogas.

Valencia (2019) se interesó en las habilidades para la interacción en el proceso de prevenir el consumo de drogas en los adolescentes. Se delimitó un estudio cuasi experimental, con la aplicación de una Lista de chequeo de habilidades socializadoras, en un grupo muestral de 34 sujetos para el grupo control y 34 participantes del grupo experimental, con edades de 15 a 17 años de Lurín, Lima. El programa fue ejecutado en un plazo de semanas, comprendió la Psicoeducación, el entrenamiento asertivo, la regulación afectiva, la empatía, la búsqueda de soluciones y el entrenamiento en comportamiento socialmente deseable. Se obtuvo como hallazgos que en promedio el 77.06% de los estudiantes muestran una tendencia moderada al consumo de drogas, en lo inferencial se halló presencia de significancia ( $p < .05$ ) entre las puntuaciones generales de comparación, de la misma manera se halló en las habilidades avanzadas ( $p < .05$ ), habilidades emocionales ( $p < .05$ ), habilidades frente al estrés ( $p < .05$ ). Se concluyó que es efectivo el programa de modelo socio-emocional.

Es importante revisar los conceptos de la variable, en lo concerniente al programa de inteligencia emocional, la denominación programa, hace referencia a un conjunto de actividades que son planteadas de manera sustentada (Galindo-Domínguez y Iglesias, 2023). Además de tener un procedimiento organizado de tipo sistematizado y de desarrollo orientado a un fin específico, con una realización por parte de un profesional con un perfil competente (Sigüenza-Marín et al., 2019; Llamas-Díaz et al., 2022).

Se delimitó la variable, que comprende a la inteligencia emocional, entendida como

la habilidad desarrollada por el individuo para tener un control sobre sus estados emocionales (BarOn, 1997), de tal manera que logra gestionar de forma activa las emociones sucesivas ante eventos aleatorios, y por tanto tener un control sobre la conducta explícita en el medio (Quintana-Orts et al., 2021).

En consecuencia, la inteligencia emocional es un rasgo desarrollado de manera intencional, por tanto, es una conducta no referida a un atributo innato, sino un proceso desarrollado dentro de la experiencia social (Barragán et al., 2021). De esta manera, las vivencias que generan cambios emocionales que suscitan un aprendizaje en el manejo del afecto, además de la conducta, o en su opuesto, la no regulación emocional, con una conducta desadaptativa (Johnson, 2019).

La inteligencia emocional está conformada por cinco aspectos (BarOn, 1997), en primer lugar, se tiene el factor intrapersonal, representa un proceso realizado con la finalidad de comprenderse uno mismo (Vega et al., 2022), donde se genera un nivel de autoconcepto, valía personal, reconocimiento de fortalezas, así como del conjunto de debilidades, de tal manera que la persona es capaz de conocerse, tanto en sus capacidades como en sus limitaciones (Anees, y Vijayalaxmi, 2017).

El siguiente atributo a desarrollar dentro del programa es el aspecto interpersonal, representa la habilidad para interactuar con el medio social (Sutton, 2019), de tal manera que desarrolla atributos como el atributo de asertividad, el rasgo empático, la capacidad de negociación, el manejo de los problemas, la identificación de situaciones de riesgo, la delimitación de pares dañinos, y en general atributos que facilitan la socialización de manera oportuna (Ashraf et al., 2020).

En el tercer componente se tiene al manejo de estrés, que es la habilidad para regular el estado de tensión padecido ante la exposición a sucesos de presión (Vila et al., 2021). En este sentido, el sujeto tiene la capacidad de abordar la problemática mediante procesos de regulación de la emoción, por consiguiente, tiene control sobre los pensamientos de tipo distorsionados, lo que suscita un manejo de la emoción, y una expresión explícita de respuesta ajustada al contexto (Cejudo et al., 2018).

En el siguiente componente se tiene a la adaptabilidad, es la capacidad de ajuste de forma flexible a distintos entornos, indiferentemente a la intensidad de la dificultad o a los participantes del escenario de interacción, el sujeto desarrolla la capacidad para adaptarse de forma satisfactoria, lo cual incluso se presenta a pesar de no lograr ajustarse completamente a la demanda, al representar un proceso de continuo aprendizaje, por ello la adaptabilidad tiene inicio en un evento donde no se logró un abordaje holístico, que en consecuencia aportó al desarrollo del aprendizaje para una sucesiva adaptación (Xin et al., 2019).

En la última dimensión se tiene a la impresión positiva, que representa el rasgo desarrollado para generar un estado de felicidad, así como de estabilidad dentro del individuo (Mathes et al., 2020), logrado mediante acciones de interpretación positiva del entorno, el suscitar emociones venideras para las situaciones de experiencia social, y el promover de forma constante la conducta social de logro basada en el estado emocional de bienestar, eje estrechamente relacionado a la capacidad de dominio cognitivo, y en sucesivo emocional (Vaquero-Solís et al, 2020).

En lo que respecta al enfoque teórico de la primera variable, se sustenta en la teoría socio-cognitiva (BarOn, 1997), la cual evidencia como la inteligencia en el plano emocional es un rasgo desarrollado a través de la experiencia con el medio socializador, asimismo, en la interacción con colectivos representativos en la cultura, que a posterior genera interpretaciones, las cuales al ser funcionales permite una adquisición progresiva de la gestión del afecto, en tanto, si delimita una percepción distorsionada de la realidad, ocasiona que el sujeto no desarrolle la capacidad de controlar la emoción.

Por tanto, el modelo socio-cognitivo establece que la sociedad genera las experiencias para adquirir un determinado atributo, en función de la forma como genere la vivencia, que en sucesivo el sujeto genera una interpretación según el proceso de experiencia y/u observación, en una dinámica que se presenta de manera continua, en una adquisición constante, por lo cual el generar un perfil emocionalmente inteligente se logra suscitar en cualquier etapa del desarrollo humano, por no ser un atributo innato, sino adquirido por la experiencia, y los

procesos cognitivos que ejerce el sujeto en relación a la situación (Barrera et al, 2019).

En este sentido, el aprendizaje sucedido en el medio social, a través de los procesos cognitivos de percepción, asimilación y significado, genera que el sujeto desarrolle un tipo de comportamiento, caracterizado por un estado emocional y una conducta evidente, que representa un proceso de verificación de la utilidad del aprendizaje generado, cuánto se delimita como útil se impulsa su adherencia al perfil comportamental, en tanto, si resulta sin utilidad debido a resultados no esperados, se genera nuevamente el aprendizaje dentro del medio social, con la finalidad primordial de lograr la adaptación del sujeto al medio (BarOn, 1997).

La siguiente variable corresponde al consumo de sustancias psicoactivas, se define como, el proceso de ingestión, inhalación, inyección de materiales químicos y/u orgánicos que generan un estado disfuncional en la conciencia, en la racionalidad, y que además alteran la salud física, así como el proceso de adaptación dentro del entorno cultural, por lo cual el uso se considera como un escenario de rechazo, y con frecuencia de castigo. (Shafiet al., 2020).

Otro concepto refiere que el consumo de sustancias psicoactivas es el uso desde una frecuencia única, pasando por la ocasional, hasta un escenario de abuso, de toda sustancia que genera un estado de alteración psico-emocional, además de un impacto importante en la salud física presentado desde el primer consumo, que al no ser gestionado conlleva incluso a la muerte (Peacock et al., 2019).

En consecuencia, el consumo de sustancias psicoactivas es una acción frecuente ante el estado de descontrol primero cognitivo, que no permite gestionar las distorsiones mentales, que conllevan a un estado de alteración emocional, que concluye en la conducta de consumo, la cual representaría una forma de escape a las situaciones de presión, las mismas que no son manejadas por el sujeto, convirtiéndose en esta conducta desadaptativa como un mecanismo para afrontar la dificultad (Hutton, 2020).

Es así que, se debe considerar que el consumo de drogas se delimita en tres áreas

cuando se presenta en la adolescencia, la primera son los conocimientos de riesgos individuales, que representa el estado emocional individual que conlleva al proceso de consumo, como la labilidad emocional, el perfil ansioso, el desequilibrio emocional, y en general un estado de malestar de índole afectivo, que suscita un mayor riesgo para decidir un consumo de sustancias (Zaami, 2019).

La siguiente dimensión es el conocimiento de riesgos familiares, que representa un proceso de consumo atribuido a un contexto familiar de riesgo, el cual genera experiencias que inclinan al consumo de drogas, como la excesiva permisividad, el consumo dentro del mismo hogar, la evidencia de modelos disfuncionales por parte de los progenitores y/o cuidadores, y en general toda situación que conlleve a riesgo que provenga de la familia, lo cual ocasiona una mayor vulnerabilidad en sus integrantes para el consumo de alguna droga (Perino et al., 2022).

En la última dimensión, se tiene el conocimiento sobre los riesgos sociales, hace referencia a una concepción de riesgo proveniente del contexto social, atribuido a un escenario de pares de influencia negativa, asimismo un entorno que suscita modelos de referencia disfuncional, así como eventos adversos provenientes dentro del propio contexto, lo cual genera que el individuo desarrolle una tendencia por el consumo exacerbado de sustancias, al tener un medio social que no genera experiencias positivas, por los escenarios de riesgo (Vicknasingam et al., 2020).

En lo concerniente al modelo teórico, comprende el enfoque de aprendizaje social, el cual refiere que la adquisición de una determinada conducta en gran medida se atribuye a la influencia social, la cual determina cual deben ser las conductas que deben adoptar los nuevos miembros de la sociedad, al mismo tiempo delimita un proceso de adquisición a través de la propia observación sobre el contexto de interacción, lo cual hace que se adquiera un delimitado perfil comportamental según lo especificado por el entorno en función a la aceptación de esta conducta (Bandura y Ribes, 1975)

De esta manera el individuo aprende una determinada conducta, sea esta positiva o negativa, a partir de lo observado dentro del contexto donde interactúa y socializa, por consiguiente, entre las relaciones establecidas sean funcionales, contribuye al

desarrollo de un perfil adaptativo, mediante el aprendizaje de estas propias conductas de resultados positivos, en tanto las conductas disfuncionales serán interiorizadas en la misma medida que el grupo social logre aceptar estas manifestaciones como funcionales (Suárez y Clua-García, 2021)

Por tanto, el sujeto aprende a través de los procesos de experiencias propias y de observación en los grupos culturales, como la familia y sociedad, de donde provienen los patrones de comportamiento que se desplegarán (Haj-Yahia et al.,2021). De modo tal que, la influencia cultural es significativa en el proceso de consumo de sustancias psicoactivas o la ausencia de este patrón desadaptativo, basándose en un modelo de aprendizaje de influencias sociales (Vázquez et al., 2019).

Se plantea como hipótesis general, el programa de inteligencia emocional es efectivo en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de una institución educativa. Asimismo, de manera específica se plantea, el programa de inteligencia emocional es efectivo para prevenir el riesgo del ambiente en el consumo de sustancias psicoactivas. El programa de inteligencia emocional es efectivo para prevenir el riesgo de personalidad en el consumo de sustancias psicoactivas. El programa de inteligencia emocional es efectivo para prevenir el riesgo de conducta en el consumo de sustancias psicoactivas

## II. METODOLOGÍA

El tipo de investigación fue aplicada, de tal manera, se orienta hacia el desarrollo de técnicas prácticas para lograr metas establecidas, se centra en identificar y solucionar problemas concretos, con el fin de crear soluciones efectivas que puedan ser aplicadas en contextos de interés similares para verificar la continuidad de su utilidad (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OECD], 2023).

Referente al enfoque es cuantitativo, debido que realiza una recogida de naturaleza numérica en los datos y conlleva un siguiente análisis de tipo número al generar un proceso estadístico, por lo tanto, el análisis es numérico, en correspondencia al tipo de recogida de información (Cabrera-Tenecela, 2023).

En cuanto al diseño es cuasiexperimental, que implica generar un tipo de abordaje, (Alban et al., 2020), con el objetivo de alterar, mejorar o reducir un fenómeno en el contexto de estudio, donde se trabaja con grupo control, donde no se ejerce acciones, y un grupo de experimento, donde se aborda el problema, para luego evaluar y comparar resultados tanto iniciales como finales, asimismo se realiza una recolección de datos en dos momentos distintos, en un pre a la intervención y en el post al abordaje, además el análisis de la información se realiza igualmente en dos etapas (Ramos-Galarza, 2020).

Para indicar lo referente a la operacionalización de las variables, el programa de inteligencia emocional como variable independiente se define conceptualmente como las actividades realizadas de forma organizada en un conjunto de sesiones que se apoyan en bases teóricas y empíricas, con el propósito de tratar un problema específico, el mismo que fue evaluado previamente, de esta manera, al concluir el programa, se procede con otra evaluación para medir el efecto de las actividades realizadas (Kraft en 2020).

Desde la definición operacional se entiende al programa como la ejecución total de 10 sesiones, las cuales se enfocaron en desarrollar las áreas intrapersonal, interpersonal, manejo del estrés, adaptabilidad, y estado de ánimo. De tal forma

que los indicadores caracterizan, la comprensión sobre sí mismo, reconocimiento personal, valoración de las propias capacidades (intrapersonal), relaciones favorables, asertividad, habilidad de establecer conexiones positivas, expresar opiniones, conexiones sociales (interpersonal), tolerancia a la presión, capacidad de mantener la calma, eficiencia bajo situaciones estresantes, control de la emoción, gestión del estresor (manejo del estrés), solución de problemas, flexibilidad, adaptarse a cambios, identificación de oportunidades, aprovechar circunstancias favorables (adaptabilidad), bienestar, optimismo, perspectiva positiva de la vida, sentirse satisfecho, esperanza en el futuro (impresión positiva). Con una escala de medición de tipo nominal.

A continuación, la siguiente variable es el riesgo hacia el consumo de drogas, que es dependiente, conceptualmente se considera como la tendencia o posibilidad de comenzar a usar sustancias ilegales o uso indebido de sustancias legales, moldeada por diversos elementos personales y contextuales (Jessor, 1991). Operacionalmente se entiende según las puntuaciones obtenidas en los 49 ítems del cuestionario para medir factores de riesgo hacia el consumo de drogas, distribuidos en tres dimensiones.

En lo referente a los indicadores, se toma en consideración a la falta de apoyo, indiferencia, búsqueda de aprobación negativa, conductas problema en el ambiente, facilidad de compra (ambiente), factor motivacional, interés académico, independencia, creencias personales, baja autoestima, locus de control de tipo externo (Personalidad), consumo de alcohol, conducta problemática, consumo de marihuana (Conducta). Con una escala nominal en la medición.

Seguidamente la población se conformó por 52 adolescentes, 27 hombres y 25 mujeres, de 15 a 17 años de edad, que cursan el quinto grado de secundaria dentro de una institución educativa de Trujillo. La selección consideró adolescentes de decisión voluntaria en la participación, adolescentes registrados en el año académico 2024 en el sistema SIAGIE, adolescentes de nacionalidad peruana. En tanto como exclusión se planteó adolescentes que falten a una sesión del programa, que se encuentren suspendidos de la actividad escolar, asimismo, que se encuentren en proceso de traslado a otra institución educativa, que se retiren de

manera voluntaria durante alguna sesión del programa o recolección de datos, y que no terminen de responder a todos los ítems del pre o post test, o realicen una doble marcación en algún reactivo.

En lo concerniente a la muestra se conformó por el total de la población, de esta manera, la muestra se conformó por 26 adolescentes pertenecientes al grupo control, y 26 adolescentes para el grupo experimental, de ambos sexos, con una edad de 15 a 17 años, con un nivel de quinto de secundaria dentro de una institución de educación en Trujillo. Asimismo, no se utilizó técnicas de muestreo, debido a una recolección de información realizada sobre todo el universo de estudio (Otzen y Manterola, 2017).

Por otro lado, la técnica fue la encuesta, la cual comprende el uso de herramientas con una serie de ítems que pueden ser preguntas o afirmaciones, estos elementos sirven para recopilar datos, en este sentido, la encuesta se lleva a cabo con un grupo muestral específico y es manejada por un profesional con competencias en evaluación, acorde a esta metodología se permite realizar un análisis detallado que se alinea con los objetivos planteados del estudio (Cisneros-Caicedo et al., 2022).

Asimismo, la aplicación del pre y post test se realizó mediante el cuestionario para medir factores de riesgo hacia el consumo de drogas, elaborado por Castillo (2016) constituido por 49 ítems, distribuidos en tres dimensiones, diseñado específicamente para adolescentes de la provincia de Trujillo, Perú. con una edad media de 16 años, con el objetivo de evaluar la tendencia de riesgo al consumo de alguna droga, la administración del test se realiza individual o colectivamente, con una duración de 25 minutos, como material requiere el protocolo y marcador. La validez fue por grupo de expertos con una valoración para la claridad, coherencia y relevancia de V de Aiken mayor al .80, asimismo en estructura de tipo interna el análisis factorial exploratorio que reveló 3 factores finales con varianza del 51.3%, y una fiabilidad por alfa de .85, asimismo, por dimensiones  $>.70$  para la consistencia del test.

Para el análisis de datos, primero se elaboró la base de datos en el programa Microsoft Excel 2019, posteriormente para el análisis de los datos se exportó la

base al programa IBM SPSS 26, donde se utilizó la técnica del análisis inferencial, de esta manera se inició con la obtención de la prueba de normalidad Shapiro Wilk, debido que el grupo experimental y el grupo control tenían menos de 50 sujetos, lo cual, permitió seleccionar como estadístico de contraste a la prueba t de Student para muestras relacionadas y la prueba t de Student para muestras independientes, debido a la presencia de una distribución normal en las puntuaciones según los valores  $p > .05$  en las variables y en la dimensionalidad, a posterior se presentaron los hallazgos en tablas de acuerdo con las pautas de la séptima edición de la norma APA.

Por último, en los aspectos éticos se consideró los cuatro principios establecidos por la CONCYTEC (2019), como la beneficencia, de tal manera que el programa beneficia al grupo de adolescentes mediante sesiones que permite el desarrollo de la inteligencia emocional como rasgo que favorece a la prevención del consumo de sustancias. No maleficencia, de tal manera, se suscitó una conducta basada en el cuidado de la salud tanto física como mental y social de los adolescentes, con el fin de evitar todo tipo de daño o lesión. Autonomía: Se garantizó mediante el respeto por el sistema de creencias y las decisiones tomadas por el grupo poblacional participante, por lo cual se aplicó el asentimiento informado a cada adolescente, con la decisión de libre participación, además de no imponer restricciones ni ejercer coerción. Justicia: de tal manera que se actuó basándose en la norma de la institución educativa, y a razón del contexto social peruano, por tanto, se ejerció un comportamiento que cumplió con todas las normativas legales establecidas.

### III. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Eficacia del programa de inteligencia emocional*

Prueba de contraste		Media	t	p
t de muestras relacionadas	PTGE	17,08	12,826	,000
	POTGE	6,62		
t de muestras relacionadas	PTGC	13,08	-2,609	,151
	POTGC	13,69		
t de muestras independientes	PTGC	13,08	3,561	,051
	PTGE	17,08		
t de muestras independientes	POTGC	13,69	-7,824	,000
	POTGE	6,62		

*Nota:* PTGE= Pretest del GE, POTGE= Post test del GE, PTGC= Pretest del GC, POTGC= Post test

En la tabla 1 se evidencia la eficacia del programa, encontrándose cambios significativos ( $p < .05$ ) en el grupo experimental ( $p = ,000$ ), con una media de 17,08 que disminuyó a 6,62 después de la ejecución de las sesiones del programa, mientras que en el grupo control no se encontró cambios ( $p = ,151$ ), asimismo, la comparación de grupos independientes evidenció diferencias significativas ( $p = ,000$ ).

**Tabla 2**

*Eficacia para prevenir el riesgo del ambiente en el consumo de sustancias psicoactivas*

Prueba de contraste		Media	t	p
t de muestras relacionadas	PTGE	4,58	8,276	,000
	POTGE	1,50		
t de muestras relacionadas	PTGC	2,42	-,570	,574
	POTGC	2,50		
t de muestras independientes	PTGC	2,42	4,055	,000
	PTGE	4,58		
t de muestras independientes	POTGC	2,50	-2,388	,025
	POTGE	1,50		

*Nota:* PTGE= Pretest del GE, POTGE= Post test del GE, PTGC= Pretest del GC, POTGC= Post test

En la tabla 2 se evidencia cambios significativos ( $p < .05$ ) en el tratamiento ( $p = ,000$ ), con una media de 4,58 que disminuyó a 1,50 después de la ejecución de las sesiones del programa, mientras que en el grupo control no se encontró cambios ( $p = ,574$ ), asimismo, la comparación de grupos independientes evidenció diferencias significativas ( $p = ,025$ ).

**Tabla 3**

*Eficacia para prevenir el riesgo de la personalidad en el consumo de sustancias psicoactivas*

Prueba de contraste		Media	t	p
t de muestras relacionadas	PTGE	12,12	10,104	,000
	POTGE	5,12		
t de muestras relacionadas	PTGC	9,65	-3,953	,559
	POTGC	10,04		
t de muestras independientes	PTGC	9,65	2,794	,010
	PTGE	12,12		
t de muestras independientes	POTGC	10,04	-8,071	,000
	POTGE	5,12		

*Nota:* PTGE= Pretest del GE, POTGE= Post test del GE, PTGC= Pretest del GC, POTGC= Post test

En la tabla 3 se evidencia cambios significativos ( $p < .05$ ) en el grupo experimental ( $p = ,000$ ), con una media de 12,12 que disminuyó a 5,12 después de la ejecución de las sesiones del programa, mientras que en el grupo control no se encontró cambios ( $p = ,559$ ), asimismo, la comparación de grupos independientes evidenció diferencias significativas ( $p = ,000$ ).

**Tabla 4**

*Eficacia para prevenir el riesgo de la conducta en el consumo de sustancias psicoactivas.*

Prueba de contraste		Media	t	p
t de muestras relacionadas	PTGE	,38	2,813	,009
	POTGE	,00		
t de muestras relacionadas	PTGC	1,00	-2,132	,430
	POTGC	1,15		
t de muestras independientes	PTGC	1,00	-4,500	,000
	PTGE	,38		
t de muestras independientes	POTGC	1,15	-15,99	,000
	POTGE	,00		

*Nota:* PTGE= Pretest del GE, POTGE= Post test del GE, PTGC= Pretest del GC, POTGC= Post test

En la tabla 4 se evidencia cambios significativos ( $p < .05$ ) en el grupo experimental ( $p = ,009$ ), con una media de ,38 que disminuyó a ,00 después de la ejecución de las sesiones del programa, mientras que en el grupo control no se encontró cambios ( $p = ,430$ ), asimismo, la comparación de grupos independientes evidenció diferencias significativas ( $p = ,000$ ).

#### **IV. DISCUSIÓN**

La investigación desarrolló como objetivo general la evaluación de la efectividad del programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes. Los hallazgos demuestran que el programa de inteligencia emocional es efectivo en la reducción del consumo de sustancias psicoactivas. En el grupo experimental, la media de consumo de sustancias disminuyó significativamente de 17.08 en el pre test a 6.62 en el post test, con un valor  $p$  significativo ( $p=.000$ ). En contraste, el grupo control no mostró cambios significativos, manteniendo niveles similares antes y después del programa ( $p=.151$ ). Estos resultados confirman que el programa tuvo un efecto positivo notable en el grupo experimental, apoyando la hipótesis de que la inteligencia emocional es una variable que al ser desarrollada es eficaz para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.

Al respecto, los resultados son similares a los hallados en estudios anteriores, como la investigación de Almeida et al. (2023) quienes realizaron un estudio en Estados Unidos con 5208 adolescentes, donde un programa similar de psicoeducación y control emocional mostró una reducción del 50% en la tendencia al consumo de drogas. Steeger et al. (2023) también reportaron una disminución significativa en el consumo de cannabis entre adolescentes de 60 escuelas tras la implementación de un programa socio-educativo. Estos estudios, junto con los de Cutrín et al. (2021) y Bonar et al. (2022), destacan la efectividad de programas de inteligencia emocional y regulación emocional en diferentes contextos y poblaciones. Como evidencia previa que permite validar los hallazgos reportados por el estudio.

Estos resultados están alineados con los conceptos teóricos de inteligencia emocional propuestos por BarOn (1997), de tal manera que la capacidad para gestionar las emociones acordes a las circunstancias ha demostrado ser crucial en la reducción de comportamientos de riesgo. Quintana-Orts et al. (2021) y Barragán et al. (2021) argumentan que el control emocional y la gestión efectiva de emociones son habilidades desarrolladas a través de la experiencia y la interacción social, aspectos que el programa abordó de manera efectiva, por tanto, demuestra que es efectivo en la prevención de los factores de riesgo del consumo de

sustancias psicoactivas. Desde una perspectiva teórica, el modelo socio-cognitivo de BarOn (1997) y la teoría de aprendizaje social de Bandura y Ribes (1975) explican cómo los individuos aprenden a manejar sus emociones y comportamientos a través de la observación y la interacción social, por ello, que los resultados sugieren que los adolescentes participantes internalizan habilidades y comportamientos positivos promovidos por el programa, permitiéndoles prevenir el consumo de sustancias, en un proceso de aprendizaje y adaptación continua que se fundamenta en la inteligencia emocional, como atributo no innato, sino en representación a una que puede desarrollarse con intervenciones psicológicas funcionales.

En sucesivo se desarrollaron los objetivos específicos, de esta manera se examinó la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo del ambiente en el consumo de sustancias psicoactivas, los resultados muestran una disminución significativa ( $p < .01$ ) en el grupo experimental. En el pre test, el 26.9% de los participantes se encontraban en un nivel medio de riesgo, mientras que en el post test, el 100% se situaron en el nivel bajo de riesgo. Esto evidencia que el programa tuvo un impacto en la reducción notable de los factores ambientales que contribuyen al consumo de sustancias.

Comparando estos resultados con estudios previos, se observa una concordancia en la reducción de riesgos ambientales, Steeger et al. (2023) encontraron que su programa socio-educativo disminuyó la exposición a situaciones de riesgo en adolescentes estadounidenses. Similarmente, Cutrín et al. (2021) reportaron una reducción en el riesgo ambiental de consumo de sustancias en adolescentes españoles. Estos hallazgos refuerzan la eficacia del programa en abordar factores ambientales de riesgo.

Los conceptos teóricos de inteligencia emocional explican cómo la capacidad de manejar el estrés y adaptarse a diversas situaciones contribuye a reducir el riesgo ambiental. Vega et al. (2022) y Sutton (2019) argumentan que la inteligencia emocional incluye habilidades como el rasgo de asertividad y la empatía, que ayudan a los adolescentes a navegar ambientes sociales complejos y evitar situaciones de riesgo que pueden conllevar al consumo de sustancias psicoactivas.

Desde la perspectiva del aprendizaje social, los adolescentes adquieren la capacidad de manejar las influencias ambientales mediante la observación y la interacción con su entorno. Bandura y Ribes (1975) y BarOn (1997) sostienen que el desarrollo de habilidades emocionales y sociales es crucial para que los adolescentes puedan afrontar eficazmente las presiones del entorno, este desarrollo no solo les ayuda a gestionar mejor las tensiones externas, sino que también desempeña un papel fundamental en la prevención de conductas de riesgo, como el consumo de drogas. Al fortalecer competencias como la empatía, la autorregulación emocional y las habilidades de comunicación, los adolescentes están mejor equipados para resistir las influencias negativas y tomar decisiones más saludables.

En el segundo objetivo específico se evaluó la eficacia del programa de inteligencia emocional para reducir el riesgo de la personalidad en el consumo de sustancias psicoactivas. Los resultados del estudio indican que el programa de inteligencia emocional fue efectivo en disminuir de manera significativa ( $p < .01$ ) el riesgo relacionado con la personalidad en el consumo de sustancias. Inicialmente, el 80.8% de los adolescentes se encontraban en un nivel medio de riesgo, pero después de la intervención, solo el 11.5% permanecía en ese nivel, con un 88.5% de los participantes en un nivel bajo de riesgo. Este notable cambio sugiere que el programa mejoró los aspectos de la personalidad que pueden predisponer al consumo de sustancias.

Estos hallazgos coinciden con estudios previos, como los realizados por Almeida et al. (2023) y Steeger et al. (2023), quienes informaron mejoras significativas en la regulación emocional y el control de impulsos en adolescentes que participaron en programas similares. Asimismo, Cutrín et al. (2021) y Bonar et al. (2022) obtuvieron resultados positivos en sus investigaciones, validando la efectividad de los programas de inteligencia emocional para modificar factores de personalidad que influyen en el consumo de sustancias, tales como la impulsividad y las creencias irracionales. En conjunto, estas investigaciones refuerzan la evidencia de que las intervenciones basadas en el desarrollo de la inteligencia emocional pueden desempeñar un papel crucial en la promoción de comportamientos saludables y en la reducción del riesgo de consumo de drogas entre los adolescentes.

Teóricamente, estos resultados se alinean con los conceptos de inteligencia emocional propuestos por BarOn (1997), quien estipula que la capacidad para manejar el estrés, la adaptabilidad y la gestión de las emociones son componentes clave en el control de rasgos de personalidad como la impulsividad y los esquemas mentales disfuncionales. Según Johnson (2019) y Barragán et al. (2021), los elementos de la inteligencia emocional son fundamentales para reducir los riesgos de personalidad asociados al consumo de sustancias. Estas capacidades permiten a los individuos enfrentar de manera más efectiva las presiones y desafíos del entorno, así se genera el incremento de comportamientos más saludables y disminuye la probabilidad de desarrollar conductas de riesgo.

Desde la perspectiva del modelo socio-cognitivo de BarOn (1997) y la teoría del aprendizaje social de Bandura y Ribes (1975), se puede observar que los adolescentes aprenden a manejar mejor sus emociones y conductas a través de la observación y la interacción social. Este proceso de aprendizaje y adaptación continua les permite desarrollar una personalidad basada en competencias emocionales, las cuales son cruciales para resistir la presión del consumo de sustancias. La implementación de programas estructurados que fomentan estas habilidades emocionales y sociales ha demostrado ser eficaz en fortalecer la capacidad de los adolescentes para enfrentar influencias negativas, entonces, la teoría del aprendizaje social y el modelo socio-cognitivo respaldan la idea de que la educación emocional y social puede tener un impacto en la prevención de conductas de riesgo, confirmando así la eficacia del programa en cuestión.

En el último objetivo específico, se determinó la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo de la conducta en el consumo de sustancias psicoactivas. El análisis de los datos revela que el programa de inteligencia emocional fue efectivo ( $p < .05$ ) en generar niveles bajos de riesgo de conducta relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas. En el grupo experimental, todos los participantes ya se encontraban en un nivel bajo de riesgo tanto antes como después del programa (100%). Esto sugiere que el programa ayudó a sostener comportamientos saludables y a prevenir el aumento del riesgo de conductas asociadas al consumo de drogas.

Estos hallazgos coinciden con estudios previos, como los realizados por Almeida et al. (2023) y Steeger et al. (2023), quienes también reportaron una reducción en conductas de riesgo entre adolescentes que participaron en programas de inteligencia emocional y regulación emocional. Asimismo, Cutrín et al. (2021) y Bonar et al. (2022) encontraron que sus programas fueron efectivos en mantener y mejorar comportamientos saludables en los adolescentes. En conjunto, estas investigaciones refuerzan la evidencia de que las intervenciones basadas en el desarrollo de la inteligencia emocional pueden desempeñar un papel crucial en la promoción de comportamientos saludables y en la reducción del riesgo de conductas perjudiciales entre los adolescentes.

Los resultados están respaldados por conceptos teóricos que destacan la importancia de la inteligencia emocional en la regulación de conductas. Según BarOn (1997), la inteligencia emocional incluye habilidades como el atributo asertivo y el manejo del estrés, las cuales son cruciales para mantener comportamientos saludables. Vega et al. (2022) y Sutton (2019) también enfatizan estas habilidades en la prevención de conductas de riesgo, en consecuencia, las teorías sugieren que el desarrollo de la inteligencia emocional no solo mejora la capacidad de los adolescentes para gestionar sus emociones, sino que también proporciona herramientas necesarias para enfrentar las presiones del entorno de manera más efectiva, reduciendo así la probabilidad de involucrarse en comportamientos perjudiciales.

Desde una perspectiva teórica del aprendizaje social, se entiende que los adolescentes desarrollan y mantienen comportamientos saludables mediante la observación y la interacción constante con su entorno. Según Bandura y Ribes (1975) y BarOn (1997), el aprendizaje de habilidades emocionales y sociales a través de programas estructurados tiene el potencial de ejercer un impacto duradero en la prevención de conductas de riesgo, lo cual refiere que los programas diseñados específicamente para fortalecer la inteligencia emocional en los adolescentes genera un aprendizaje no solo del manejo de las emociones de manera más efectiva, sino que también desarrollan una mayor capacidad para adaptarse a situaciones desafiantes y resistir influencias negativas, en este sentido, el aprendizaje dentro del entorno social proporciona herramientas esenciales que

promueven la resiliencia y la toma de decisiones saludables, contribuyendo significativamente a un desarrollo equilibrado y seguro durante la adolescencia.

Por otro lado, la investigación presenta ciertas limitaciones. En primer lugar, el uso de una muestra pequeña limitada a una única institución restringe la capacidad de generalizar los resultados a otras poblaciones o contextos. Además, la recopilación de datos mediante autoinformes puede introducir sesgos de deseabilidad social o errores de memoria en las respuestas de los participantes, lo que puede afectar la precisión de los resultados. Finalmente, la duración relativamente corta del seguimiento impide la evaluación de los efectos a largo plazo del programa, lo que limita la comprensión de su sostenibilidad y eficacia continuada. Estas limitaciones deben ser consideradas al interpretar los hallazgos y sugieren la necesidad de estudios futuros con muestras más amplias, métodos de recopilación de datos más diversos y periodos de seguimiento más prolongados para obtener una visión más completa y precisa del impacto de los programas.

Por último, se evidencia la contribución a nivel práctico, debido que el programa puede ser implementado en instituciones para prevenir el consumo referido a sustancias de tipo psicoactivas, al ofrecer a los profesionales de la salud herramientas concretas para prevenir la problemática. A nivel teórico, contribuye al entendimiento de la inteligencia emocional y su impacto en el comportamiento adolescente, además de ampliar las teorías existentes sobre la inteligencia emocional y la prevención de conductas de riesgo. En el ámbito social, beneficia a los adolescentes al fomentar el desarrollo de habilidades emocionales para el desarrollo vital.

## V. CONCLUSIONES

De manera general se obtuvo que es efectivo el programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes, hallándose en el grupo experimental, la media de consumo que disminuyó significativamente ( $p=.000$ ) de 17.08 en el pre test a 6.62 en el post test, en contraste, el grupo control que no mostró cambios significativos ( $p=.151$ ).

Asimismo, en lo específico se examinó que es efectivo el programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo del ambiente en el consumo de sustancias psicoactivas, hallándose una disminución significativa ( $p<.01$ ) en el grupo experimental, en contraste al grupo control que no reportó diferencias significativas ( $p>.05$ ).

Además, también se evaluó que es efectivo el programa de inteligencia emocional para reducir el riesgo de la personalidad en el consumo de sustancias psicoactivas, obteniéndose una disminución de manera significativa ( $p<.01$ ) a diferencia del grupo control, donde los cambios no fueron significativos ( $p>.05$ ).

Por último, se determinó que es efectivo el programa de inteligencia emocional para prevenir el riesgo de la conducta en el consumo de sustancias psicoactivas, al estimarse diferencias significativas ( $p<.01$ ) en la disminución del pre al post test, en tanto, se halló que el grupo control ausencia de diferencias que sean significativas ( $p>.05$ ).

## **VI. RECOMENDACIONES**

Se plantea implementar un seguimiento longitudinal para evaluar los efectos a largo plazo del programa de inteligencia emocional. Esto permitirá determinar si los beneficios observados en el corto plazo se mantienen, además de verificar cómo el programa tiene un impacto duradero en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.

De igual manera, se debe replicar el programa de inteligencia emocional en otras instituciones educativas tanto a nivel local como en diversas regiones geográficas, para permitir una generalización de resultados, lo que tendrá implicancias tanto prácticas como de beneficio social.

Desde otra instancia, se recomienda desarrollar talleres de capacitación tanto en padres como en profesores, enfocándose en cómo crear un entorno de apoyo y reducir los factores ambientales de riesgo, lo cual sólo fortalecerá el impacto del programa en los adolescentes, sino que también involucró a la comunidad en la prevención del consumo de sustancias.

Además, se sugiere incorporar la realización de programas de habilidades sociales, de resiliencia, de empatía, entre otras variables funcionales, con la finalidad de evaluar su impacto dentro de la consolidación de una personalidad funcional en los adolescentes, de tal manera que permita la prevención del consumo de sustancias psicoactivas (Ashraf et al., 2020).

Finalmente, se debe fomentar la participación activa de los adolescentes en actividades extracurriculares que promuevan comportamientos saludables y refuercen las habilidades aprendidas en el programa de inteligencia emocional, lo que facilitará el mantenimiento de comportamientos saludables y en la reducción del riesgo de conductas asociadas al consumo de sustancias psicoactivas.

## REFERENCIAS

- Alban, G., Arguello, A. & Molina, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173. <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860/1363>
- Almeida, M., Cogo-Moreira, H., Galvão, P., Mari, J. & Sanchez, Z. (2023). Can Psychopathology Predict Adolescent Drug Use or Moderate the Effect of a School-Based Drug Use Prevention Program? *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1(1), 1-14. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-022-01000-y>
- Anees, R. & Vijayalaxmi, A. (2017). The Influence of Intrapersonal Skills Intervention Program on Happiness State of Adolescents. *Language in India*, 17(7), 328-343. <https://web.b.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=sit e&authtype=crawler&jrnl=19302940&AN=124385128&h=ygsvp7hjpcERud buQ2fFsVnVijrnBo2kZHsCxGFvAAEsYGIOQfZ2fvDtGwu%2f1gR5DNcqOv pQrz5cPSrGJ9J1w%3d%3d&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&resultLocal= ErrCrlNotAuth&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost %26scope%3dsite%26authtype%3dcrawler%26jrnl%3d19302940%26AN% 3d124385128>
- Ashraf, N., Bau, N., Low, C., & McGinn, K. (2020). Negotiating a better future: How interpersonal skills facilitate intergenerational investment. *The Quarterly Journal of Economics*, 135(2), 1095-1151. <https://academic.oup.com/qje/article-abstract/135/2/1095/5698825>
- Bandura, A. & Ribes, E. (1975). *Analysis of aggressiveness and crime*. Trillas
- Bandura, A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1(6), 589–595. <https://psycnet.apa.org/record/1965-11985-001>
- Barrera, U., Schoeps, K., Gil-Gómez, J. A., & Montoya-Castilla, I. (2019). Predicting adolescent adjustment and well-being: The interplay between socio-emotional and personal factors. *International journal of environmental research and public health*, 16(23), 4650-4660.

<https://web.b.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=15770354&AN=142713947&h=XWffPbCfH2RhggXtcwivJtBnw0GhcArlDJ1PI5Kgovn4n3E0QlqgfBolbcG%2f7w0glwjWWm2rS5V77wyzDoAQQ%3d%3d&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&resultLocal=ErrCrlNotAuth&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost%26scope%3dsite%26authtype%3dcrawler%26jrnl%3d15770354%26AN%3d142713947>

- Bonar, E., Bauermeister, J., Blow, F., Bohnert, A., Bourque, C., Coughlin, L. & Walton, M. (2022). A randomized controlled trial of social media interventions for risky drinking among adolescents and emerging adults. *Drug and alcohol dependence*, 237(1), 1-10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0376871622002691>
- BarOn, R. (1997). *BarOn Emotional Quotient Inventory Technical Manual*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.
- Barragán, A., Molero, M., Pérez-Fuentes, M., Oropesa Ruiz, N., Martos, Á., Simón Márquez, M. D. & Gázquez Linares, J. (2021). Interpersonal support, emotional intelligence and family function in adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 1-10. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/10/5145>
- Cabrera-Tenecela, P. (2023). Nueva organización de los diseños de investigación. *South American Research Journal*, 3(1), 37-51. <https://www.sa-rj.net/index.php/sarj/article/view/37/110>
- Cantú, I., Medina, A., & Martínez, F. (2019). Semillero de investigación: Estrategia educativa para promover la innovación tecnológica. RIDE. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 10(19), 1-25. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-74672019000200011](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672019000200011)
- Cejudo, J., Rodrigo-Ruiz, D., López-Delgado, M. L., & Losada, L. (2018). Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(6), 1073-1083. <https://www.mdpi.com/1660-4601/15/6/1073>
- Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas (2022). Cerca de 2.5 millones de personas tienen adicción al tabaco en el Perú. *CEDRO*. <https://www.cedro.org.pe/noticia/cerca-de-2-5-millones-de->

personas-tienen-adiccion-al-tabaco-en-el-peru/

- Cutrín, O., Kulis, S., Maneiro, L., MacFadden, I., Navas, M. P., Alarcón, D. & Marsiglia, F. F. (2021). Effectiveness of the Mantente REAL program for preventing alcohol use in Spanish adolescents. *Psychosocial intervention*, 30(3), 113-122.  
<https://www.redalyc.org/journal/1798/179869496001/179869496001.pdf>
- Castillo, K. (2016). *Construcción del Cuestionario de Factores de Riesgo hacia el consumo de drogas en adolescentes en cuatro distritos de Trujillo*. [Tesis de pre grado, Universidad César Vallejo].  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/608>
- Cisneros-Caicedo, A., Guevara-García, A., Urdánigo-Cedeño, J. & Garcés-Bravo, J. (2022). Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que Apoyan a la Investigación Científica en Tiempo de Pandemia. *Dominio de las Ciencias*, 8(1), 1165-1185.  
<https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/2546>
- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e innovación tecnológica (2018). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica-reglamento RENACYT*. CONCYTEC.  
<https://portal.concytec.gob.pe/index.php/informacion-cti/reglamento-del-investigador-renacyt>
- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e innovación tecnológica (2019). Código Nacional de la Integridad Científica. Lima: CONCYTEC.  
<https://portal.concytec.gob.pe/images/publicaciones/Codigo-integridad-cientifica.pdf>
- Flores, R. (2022). *Efectividad del programa preventivo sobre factores predisponentes al consumo de alcohol en adolescentes del colegio "santa lucia" Ferreñafe*. [Tesis de post grado, Universidad Señor de Sipán].  
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9666/Flores%20S%c3%a1nchez%2c%20Rosario%20Del%20Pilar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galindo-Domínguez, H. & Iglesias, D. (2023). Inteligencia emocional e ideación suicida en adolescentes: el rol mediador y moderador del apoyo social. *Revista de Psicodidáctica*, 28(2), 125-134.

- Garaigordobil, M. (2020). Intrapersonal emotional intelligence during adolescence: sex differences, connection with other variables, and predictors. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 10(3), 899-914. <https://www.mdpi.com/2254-9625/10/3/64>
- Gonzales, J. (2023). *Estrategia psicoterapéutica cognitivo conductual para prevenir el consumo de drogas en adolescentes del centro de prevención y atención integral fila alta*. [Tesis de post grado, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10576/Gonzales%20Neyra%20Jose%20Miguel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- González, S., Palomera, R., & Lázaro, S. (2019). Trait and ability emotional intelligence as predictors of alcohol consumption in adolescents. *Psicothema*, 1(1), 1-10. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/187865>
- Gómez-Tabares, A. & Marín, M. (2020). Tendencias prosociales y su relación con la empatía y la autoeficacia emocional en adolescentes en vulnerabilidad psicosocial. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(2), 125-147. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-54692020000200125&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-54692020000200125&script=sci_arttext)
- Haj-Yahia, M., Hassan-Abbas, N., Malka, M., & Sokar, S. (2021). Exposure to family violence in childhood, self-efficacy, and posttraumatic stress symptoms in young adulthood. *Journal of interpersonal violence*, 36(17), 1-12. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0886260519860080>
- Herd, T., & Kim-Spoon, J. (2021). A systematic review of associations between adverse peer experiences and emotion regulation in adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 24(1), 141-163. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10567-020-00337-x>
- Herd, T., King-Casas, B. & Kim-Spoon, J. (2020). Developmental changes in emotion regulation during adolescence: Associations with socioeconomic risk and family emotional context. *Journal of youth and adolescence*, 49(7), 1545-1557. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-020-01193-2>
- Hutton, F. (2020). Cultures of intoxication: 'New' psychoactive substances. *Cultures of intoxication: Key issues and debates*, 1(1), 87-110.

- [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-35284-4\\_5](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-35284-4_5)
- Jessor, R. (1991). Risk behavior in adolescence: A psychological framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health, 12*(1), 597-605.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1799569/>
- Johnson, S. (2019). Attachment Theory. *Encyclopedia of Couple and Family Therapy, 1*(1), 169-177.  
[https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-3-319-49425-8\\_215](https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-3-319-49425-8_215)
- Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Megías-Robles, A. & Fernández-Berrocal, P. (2022). Systematic review and meta-analysis: The association between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence, 94*(7), 925-938.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/jad.12075>
- Lila, M., Aken, M., Musitu, G. & Buelga, S. (2020). Families and adolescents. *Handbook of adolescent development, 1*(1), 154-174.  
<https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780203969861-9/families-adolescents-marisol-lila-marcel-van-aken-gonzalo-musitu-sofia-buelga>
- Kraft, M. (2020). Interpreting effect sizes of education interventions. *Educational Researcher, 49*(4), 241-253.  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.3102/0013189X20912798?journalCode=edra>
- Kun, B., Urbán, R., Paksi, B., Griffiths, M., Richman, M. & Demetrovics, Z. (2019). The effects of trait emotional intelligence on adolescent substance use: Findings from a Hungarian representative survey. *Frontiers in psychiatry, 10*(1), 367-377.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2019.00367/full>
- Leite, K., Martins, F., Trevizol, A., Noto, J. & Brietzke, E. (2019). A critical literature review on emotional intelligence in addiction. *Trends in psychiatry and psychotherapy, 41*, 87-93.  
<https://www.scielo.br/j/trends/a/8Ffbjy6Wc759GGFrwxQ3hzx/?format=html&lang=en>
- Mathes, B., Timpano, K., Raines, A. & Schmidt, N. (2020). Attachment theory and hoarding disorder: A review and theoretical integration. *Behaviour research*

- and* *therapy*, 125(1), 1-10.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796719302359>
- Merchán-Clavellino, A., Salguero-Alcañiz, M. P., Guil, R., & Alameda-Bailén, J. (2020). Impulsivity, emotional intelligence, and alcohol consumption in young people: a mediation analysis. *Foods*, 9(1), 71-81.  
<https://www.mdpi.com/2304-8158/9/1/71>
- Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022). Boletín estadístico 2022. *Gobierno del Perú*.  
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3124061/BOLETIN-ESTADISTICO-004-2022.pdf.pdf>
- Molero, M., Pérez-Fuentes, M., Barragán, A., Pino, R. & Gázquez, J. (2019). Analysis of the relationship between emotional intelligence, resilience, and family functioning in adolescents' sustainable use of alcohol and tobacco. *Sustainability*, 11(10), 295-305. <https://www.mdpi.com/2071-1050/11/10/2954>
- Organización Mundial de la Salud (2022). Salud del adolescente y el joven adulto. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (2023). Estudios económicos de la OCDE. OECD Publishing.  
<https://www.oecd.org/economy/estudios-economicos-de-la-ocde-peru-2023-f67c8432-es.htm>
- Organización Mundial de la Salud (2022b). El Informe Mundial sobre las Drogas 2022 destaca las tendencias del cannabis posterior a su legalización, el impacto ambiental de las drogas ilícitas y el consumo de drogas entre las mujeres y las personas jóvenes. OMS. <https://www.unodc.org/ropan/es/el-informe-mundial-sobre-las-drogas-2022-destaca-las-tendencias-del-cannabis-posteriores-a-su-legalizacin--el-impacto-ambiental-de-las-drogas-ilcitas-y-el-consumo-de-drogas-entre-las-mujeres-y-las-personas-jvenes.html>
- Palacios (2022). *Programa “Yo decido” en la prevención del Consumo de drogas en adolescentes de una Institución Educativa, Sullana*. [Tesis de post grado, Universidad César Vallejo].  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/92083/Palacio>

- s\_FJM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Peacock, A., Bruno, R., Gisev, N., Degenhardt, L., Hall, W., Sedefov, R. & Griffiths, P. (2019). New psychoactive substances: challenges for drug surveillance, control, and public health responses. *The Lancet*, 394(10209), 1668-1684. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0140673619322317>
- Perino, J., Tournier, M., Mathieu, C., Letinier, L., Peyré, A., Perret, G. & Daveluy, A. (2022). Psychoactive substance use among students: A cross-sectional analysis. *Fundamental & Clinical Pharmacology*, 36(5), 908-914. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/fcp.12771>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol*, 1(2), 2. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Quintana-Orts, C., Rey, L. & Neto, F. (2021). Are loneliness and emotional intelligence important factors for adolescents? Understanding the influence of bullying and cyberbullying victimisation on suicidal ideation. *Psychosocial intervention*, 30(2), 67-74. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1798/179866477001/179866477001.pdf>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-6. <http://201.159.222.118/openjournal/index.php/uti/article/view/336>
- Romero-Silva, A. (2019). *Implementación de un programa de prevención de consumo de drogas para estudiantes de 4.º y 5.º de educación secundaria en un colegio de Lima*. [Tesis de post grado, Universidad de Lima]. <http://200.11.53.159/bitstream/handle/ulima/8442/Alvaro%20Romero%20Silva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, H., Reyes, C. & Mejía, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanista. Lima: Universidad Ricardo Palma. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Shafi, A., Berry, A. J., Sumnall, H., Wood, D. M., & Tracy, D. K. (2020). New psychoactive substances: a review and updates. *Therapeutic advances in psychopharmacology*, 10(1), 1-10. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2045125320967197>
- Sigüenza-Marín, V., Carballido-Guisado, R., Pérez-Albéniz, A., & Fonseca-Pedrero, E. (2019). Implementación y evaluación de un programa de inteligencia

- emocional en adolescentes. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1-13.  
<https://www.redalyc.org/journal/647/64760701012/64760701012.pdf>
- Suárez, A. & Clua-García, R. (2021). Políticas públicas dirigidas a personas consumidoras de drogas: Estrategias para la desestigmatización y la promoción de los derechos humanos. *Salud colectiva*, 17(1), 1-10.  
<https://www.scielosp.org/article/scol/2021.v17/e3041/>
- Sutton, T. (2019). Review of attachment theory: Familial predictors, continuity and change, and intrapersonal and relational outcomes. *Marriage & Family Review*, 55(1), 1-22.  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01494929.2018.1458001>
- Soelton, M., Saratian, E., Wuryandari, N., Saragih, L., Setini, M., Ali, A. & Arijanto, A. (2021). Prevention of Drugs Abuse By Improving Entrepreneurial Skills. In *ICCD*, 3(1), 236-240.  
<http://iccd.asia/ojs/index.php/iccd/article/view/349/284>
- Steeger, C., Combs, K., Buckley, P., Brooks-Russell, A., Lain, M., Drewelow, K. & Hill, K. (2023). Substance use prevention during adolescence: study protocol for a large-scale cluster randomized trial of Botvin High school LifeSkills Training. *Contemporary clinical trials*, 125(1), 1-10.  
[https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&as\\_ylo=2023&q=Substance+use+prevention+during+adolescence%3A+Study+protocol+for+a+large-scale+cluster+randomized+trial+of+Botvin+High+School+LifeSkills+Training&btnG=](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2023&q=Substance+use+prevention+during+adolescence%3A+Study+protocol+for+a+large-scale+cluster+randomized+trial+of+Botvin+High+School+LifeSkills+Training&btnG=)
- Valencia, D. (2019). *Programa de entrenamiento en Habilidades Sociales para el rechazo al consumo de drogas en adolescentes escolares de un colegio privado de Lurín*. [Tesis de post grado, Universidad Ricardo Palma].  
<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/3131>
- Vaquero-Solís, M., Amado Alonso, D., Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Migue, P. A., & Iglesias-Gallego, D. (2020). Emotional intelligence in adolescence: motivation and physical activity. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(77), 1-10.  
<https://revistas.uam.es/rimcafd/article/view/rimcafd2020.77.008>
- Vázquez, M., Cevallos, R., Piza, I. & Teruel, K. (2021). Análisis de las causas del consumo de drogas mediante aprendizaje automático. *Universidad y*

<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2497>

- Vega, A., Cabello, R., Megias-Robles, A., Gomez-Leal, R., & Fernandez-Berrocal, P. (2022). Emotional intelligence and aggressive behaviors in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(4), 1173-1183.  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1524838021991296?journalCode=tvaa>
- Vicknasingam, B., Narayanan, S., Singh, D., & Corazza, O. (2020). Global strategy for new psychoactive substances: an update. *Current Opinion in Psychiatry*, 33(4), 295-300. [https://journals.lww.com/co-psychiatry/Abstract/2020/07000/Global\\_strategy\\_for\\_New\\_Psychoactive\\_Substances\\_2.aspx](https://journals.lww.com/co-psychiatry/Abstract/2020/07000/Global_strategy_for_New_Psychoactive_Substances_2.aspx)
- Vila, S., Gilar-Corbí, R., & Pozo-Rico, T. (2021). Effects of student training in social skills and emotional intelligence on the behaviour and coexistence of adolescents in the 21st century. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 1-12. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/10/5498>
- Xin, Y., Li, Q., & Liu, C. (2019). Adolescent self-esteem and social adaptation: Chain mediation of peer trust and perceived social support. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 47(4), 1-9.  
<https://www.ingentaconnect.com/content/sbp/sbp/2019/00000047/00000004/art00013>
- Zaami, S. (2019). New psychoactive substances: concerted efforts and common legislative answers for stemming a growing health hazard. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*, 23(22), 81-90. <https://www.europeanreview.org/wp/wp-content/uploads/9681-9690.pdf>

## ANEXOS

Anexo1

Tabla de operacionalización

**Tabla 5**

*Operacionalización de variables*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Programa de inteligencia emocional	actividades realizadas de forma organizada en un conjunto de sesiones que se apoyan en bases teóricas y empíricas, con el propósito de tratar un problema específico, el mismo que fue evaluado previamente, de esta manera, al concluir el programa, se lleva a cabo otra evaluación para medir el efecto de las actividades realizadas (Kraft	programa se ejecutó en un total de 12 sesiones, las cuales se enfocaron a desarrollar las áreas intrapersonal, interpersonal, manejo del estrés, adaptabilidad, y estado de ánimo	Intrapersonal Interpersonal Manejo del estrés Adaptabilidad Impresión positiva	No aplica	No aplica	Nominal

---

Consumo de drogas	en 2020) tendencia o posibilidad de comenzar a usar sustancias ilegales o uso indebido de sustancias legales, moldeada por diversos elementos personales y contextuales (Jessor, 1991).	se asume según las puntuaciones obtenidas en los 49 ítems del cuestionario para medir factores de riesgo hacia el consumo de drogas, distribuidos en tres dimensiones.	Ambiente	falta de apoyo, indiferencia. Búsqueda de aprobación negativa, conductas problema en el ambiente, facilidad de compra	1, 2, 3, 7, 9, 18, 20, 24, 25, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36	Ordinal
			Personalidad	motivacional, interés académico, independencia, creencias personales, baja autoestima, locus de control de tipo externo	4, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 29, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49	
			Conducta	consumo de alcohol, conducta problemática, consumo de marihuana	5, 8, 19, 21, 22, 23, 38	

---

## Cuestionario de Factores de Riesgo de Consumo de Drogas

CUESTIONARIO PARA MEDIR FACTORES DE RIESGO
--

Nombres	
Edad	
Sexo	
Colegio	
fecha	
Grado	

### INSTRUCCIONES

Las páginas siguientes contienen una serie de expresiones que los adolescentes suelen utilizar para describirse a sí mismas, así como sus acciones o pensamientos.

SEA LO MÁS SINCERO POSIBLE

SI ESTA DE ACUERDO con una frase o piensa que describe su forma de ser, marque con un aspa sobre el recuadro correspondiente a la letra "V" (Verdadero). Si por el contrario la frase no refleja ni caracteriza su forma de ser, marque con un aspa sobre el recuadro correspondiente a la letra "F" (Falso).

N°	PREGUNTAS	V	F
1.	Cuando mis padres no hacen lo que deseo me enojo.		
2.	Suelo discutir con mis padres porque quieren que haga todo a su manera.		
3.	Me enojo con mis padres, cuando no quieren dejarme salir a fiestas.		
4.	Pienso que los adolescentes son libres de hacer lo que desean.		
5.	Un adolescente puede consumir drogas como la marihuana, porque no daña su salud.		
6.	Un adolescente puede tomar bebidas alcohólicas y/o fumar tabaco.		
7.	Yo tomo en una fiesta, porque he visto en las propagandas de bebidas alcohólicas que los que toman se divierten.		
8.	Fumo marihuana, para ser exitoso como los artistas que la consumen.		
9.	Los adolescentes que fuman tabaco y toman alcohol tienen más amigos, por eso yo hago lo mismo.		
10.	Fumo tabaco con mis amigos, porque las personas populares lo hacen y yo quiero ser como ellos.		

11.	Me desagrada mi forma de ser.		
12.	Me siento orgulloso(a) de mis logros.		
13.	Pienso que soy bueno en las cosas que realizo.		
14.	Cada actividad que realizo me sale mal.		
15.	Pienso que soy un fracasado.		
16.	Confío en mis habilidades y/o capacidades.		
17.	Tomo malas decisiones por eso las cosas me salen mal.		
18.	Fumo marihuana porque mis amigos también lo hacen. 9		
19.	Para poder realizar mis actividades escolares con mayor seguridad, consumo drogas.		
20.	Si quiero sobresalir en una fiesta, tomo alcohol.		
21.	Consumir drogas, me ayuda a alejar mis pensamientos por un momento, de las situaciones desagradables que me pasan.		
22.	Para poder concentrarme en mis clases, consumo alcohol y/u otro tipo de droga.		
23.	Beber y/o consumir drogas me ayudan a tener éxito.		
24.	Consumo bebidas alcohólicas porque mis padres me tratan mal.		
25.	Las drogas son buenas para relajarse y concentrarse mejor.		
26.	Beber alcohol alivia el aburrimiento.		
27.	Beber alcohol me hace más valiente y así poder enfrentar los problemas.		
28.	La marihuana sirve para estimular la mente		
29.	El utilizar drogas genera más seguridad.		
30.	Algún miembro de mi familia consume drogas.		
31.	Los amigos con los que salgo piensan que es perjudicial consumir alcohol.		
32.	Mis amigos aprueban el consumo de licor.		
33.	Si llego a consumir drogas, mis amigos se alejarían de mí.		
34.	Mis amigos creen que se debe incluir el consumo de alcohol o drogas en nuestras actividades.		
35.	Mis amigos consumen drogas.		
36.	Mis amigos consumen bebidas alcohólicas y/o otro tipo de drogas.		
37.	He pensado en fumar tabaco.		
38.	Consumo bebidas alcohólicas.		
39.	En algún momento de mi vida, he sentido curiosidad por consumir algún tipo de droga (marihuana, pasta básica, éxtasis, etc.)		
40.	Siento deseos de fumar marihuana, solo por experimentar que se siente.		
41.	Nunca me he molestado cuando las personas expresan ideas muy diferentes a las mías.		
42.	Cuando como en casa, mis modales son tan adecuados como cuando como afuera en un restaurante.		
43.	Cuando cometo un error, siempre estoy dispuesto a admitirlo y pedir disculpas.		

44.	Nunca me he molestado cuando las personas expresan ideas muy diferentes a las mías		
45.	Cuando no sé algo, no tengo problema en admitirlo y preguntar		
46.	No importa quién me está hablando, siempre soy un buen escucha.		
47.	Siempre soy amable, aún con personas que son desagradables.		
48.	Nunca permitiría que alguien sea castigado por mi culpa.		
49.	Cuando no sé algo, no tengo problema en admitirlo.		

No te preocupes, todas tus respuestas son confidenciales.  
Gracias por contestar

## INVENTARIO EMOOCIONAL BarOn ICE: NA – ABREVIADA

Adaptado por  
Nelly Ugarriza Chávez  
Liz Pajares Del Águila

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_  
Colegio: \_\_\_\_\_ Estatal ( ) Particular ( )  
Grado : \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

**Muy rara vez**

**Rara vez**

**A menudo**

**Muy a menudo**

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es “RARA VEZ”, haz un ASPA en el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy Rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
2.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
3.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
4.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
5.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
6.	Puedo hablar fácilmente de mis sentimientos.	1	2	3	4

7.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
8.	Peleo con la gente.	1	2	3	4
9.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
10.	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
11.	Nada me molesta.	1	2	3	4
12.	Es difícil hablar de mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
13.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles	1	2	3	4
14.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos	1	2	3	4
15.	Debo decir siempre la verdad	1	2	3	4
16.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
17.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
18.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
19.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
20.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
21.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
22.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones	1	2	3	4
23.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
24.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
25.	No tengo días malos.	1	2	3	4
26.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
27.	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
28.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
29.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
30.	Sé cuándo la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	1	2	3	4

***Gracias por completar el cuestionario.***

Anexo 3

*Asentimiento informado UCV*

## **ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN**

Título del estudio:

Investigador:

Institución:

Nombre del participante:

Propósito del estudio:

Te invitamos a participar en un estudio donde se pretende determinar la efectividad de un programa para prevenir el consumo de drogas en los estudiantes adolescentes de tu institución educativa, por ello es muy importante su participación, porque los resultados permitirán una mejor toma de decisiones dentro de tu institución.

Procedimientos:

Se explicará aspectos como anonimato, libre participación y beneficio a posterior de la investigación, aquellos que accedan a ser parte del estudio y cumplan los criterios, se les proporcionará dos instrumentos para ser llenados. Luego se participará en un conjunto de sesiones psicológicas.

Riesgos:

La evaluación demora 20 minutos. Esto será coordinado con el director del colegio para que no afecte en el horario académico.

Beneficios:

Los beneficios que trae consigo es que su información nos brindará datos que contribuyen a futuras investigaciones de procedimientos estadísticos, brindar hallazgos para generar actividades psicológicas.

Costo:

No deberás pagar nada. Igualmente, no recibirás ninguna compensación.

Confidencialidad:

Será de manera anónima con la finalidad de no revelar tu identidad, de manera que contestes las preguntas de manera confiable, los datos obtenidos no serán revelados a los padres de familia, ni al personal de la Institución educativa. De igual manera en ningún momento se hará mención el nombre de la Institución Educativa participante.

Derechos del participante:

Podrás omitir responder el cuestionario en cualquier momento si sientes que te afecta emocionalmente. En el caso de tener otra consulta sobre la investigación, podrás escribir a los correos de los responsables de la investigación al: \_\_\_\_\_

Declaración y/o Consentimiento

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo de las actividades en las que participaré si ingreso al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Firma:

\_\_\_\_\_  
Nombres:

\_\_\_\_\_  
Fecha y hora

.....  
.....

## Anexo 4

### Reporte de similitud en software Turnitin

#### PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PREVENIR EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICATIVAS EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA

##### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>17</b> %	<b>16</b> %	<b>3</b> %	<b>5</b> %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

##### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>5</b> %
<b>2</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3</b> %
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>2</b> %
<b>4</b>	<b>documentop.com</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>www.nuevoarcoiris.org.co</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Internacional de la Rioja</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt;1</b> %
<b>7</b>	<b>repositorio.usmp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>8</b>	<b>eurjhm.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>9</b>	<b>www.scribd.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>10</b>	<b>dspace.unitru.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>11</b>	<b>socidrogalcohol.psiquiatria.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>12</b>	<b>www.epistemonikos.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>13</b>	<b>www.cg.caixagalicia.es</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>14</b>	<b>en.wikipedia.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %

Anexo 5

Matriz de consistencia

Tabla 6

Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Indicadores	Metodología
¿Cuál es el efecto del programa de inteligencia emocional en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de una institución educativa de Trujillo, 2024?	Objetivo General: Determinar la eficacia del programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes,	Hipótesis general: existe eficacia significativa del programa de inteligencia emocional para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes	Variable independiente: Programa de inteligencia emocional	Intrapersonal Interpersonal Manejo del estrés Adaptabilidad Impresión positiva	No aplica	Tipo de investigación: Aplicada  Nivel de investigación: Experimental  Diseño: Cuasiexperimental con pre y post test
	Objetivo Específicos:  Determinar la tendencia al consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes	Hipótesis específicas:  Existe eficacia significativa del componente intrapersonal para prevenir el consumo de sustancias	Variable dependiente: Consumo de drogas	Ambiente	falta de apoyo, indiferencia. Búsqueda de aprobación negativa, conductas problema en el ambiente, facilidad de compra	Técnicas e instrumentos de recolección  Técnicas: Encuesta Programa de inteligencia emocional de 12 sesiones

<p>Determinar la eficacia del componente intrapersonal para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes</p>	<p>psicoactivas en adolescentes Existe eficacia significativa del componente interpersonal para prevenir el consumo de sustancias</p>	<p>Personalidad</p>	<p>motivacional, interés académico, independencia, creencias personales, baja autoestima, locus de control de tipo externo</p>
<p>Determinar la eficacia del componente interpersonal para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes</p>	<p>psicoactivas en adolescentes Existe eficacia significativa del componente manejo de estrés para prevenir el consumo de sustancias</p>	<p>Conducta</p>	<p>consumo de alcohol, conducta problemática, consumo de marihuana</p>
<p>Determinar la eficacia del componente manejo de estrés para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes</p>	<p>psicoactivas en adolescentes, Existe eficacia significativa del componente adaptabilidad para prevenir el consumo de sustancias</p>		

---

Determinar la  
eficacia del  
componente  
adaptabilidad  
para prevenir el  
consumo de  
sustancias  
psicoactivas en  
adolescentes

psicoactivas en  
adolescentes

Existe eficacia  
significativa del  
componente  
impresión  
positiva para  
prevenir el  
consumo de  
sustancias  
psicoactivas en  
adolescentes

Determinar la  
eficacia del  
componente  
impresión  
positiva para  
prevenir el  
consumo de  
sustancias  
psicoactivas en  
adolescentes

---

Anexo 6

*Autorizaciones para el desarrollo del proyecto de investigación*

Trujillo, 20 de abril del 2024

Vista la CARTA N°017-2024-UCV-VA-EPG-F01/J el día 19 de abril del 2024 en la INSTITUCIÓN EDUCATIVA "RICARDO PALMA", presentada por la Sra. Mery Concepción Guevara Araujo, del programa de MAESTRIA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la escuela de post grado de la Universidad Cesar Vallejo, con la finalidad desarrollar el "PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PREVENIR EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TRUJILLO, 2024", en la institución que dirijo refiero lo siguiente;

Que, en mi calidad de DIRECTOR de la Institución Educativa "Ricardo Palma", de Trujillo, **AUTORIZO** el ingreso de la Psicóloga Mery Concepción Guevara Araujo, a partir del 24 de abril del presente año, para que realice el desarrollo del "**PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PREVENIR EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TRUJILLO, 2024**", considerando que dicho trabajo de investigación beneficiará a nuestra institución de manera especial con los datos que se obtengan y el abordaje respectivo.

Es todo cuanto se informa para su conocimiento y fines que se sirva determinar.

Atentamente,

  
  
**Dr. José Breusem Torres Villavicencio**  
DIRECTOR

## Anexo 7

### Otras evidencias

Tabla 7

*Prueba de normalidad Shapiro Wilk del grupo experimental y el grupo control*

Variable	Experimental						Control					
	Pre test			Post test			Pre test			Post test		
	Estadístico	gl	p	Estadístico	gl	p	Estadístico	gl	p	Estadístico	gl	p
Ambiente	,933	26	,092	,895	26	,012	,858	26	,208	,823	26	,000
Personalidad	,946	26	,187	,928	26	,068	,941	26	,139	,940	26	,132
Conducta	,594	26	,000	,983	26	,069	,942	26	,138	,436	26	,000
Factores de riesgo	,972	26	,682	,931	26	,080	,955	26	,296	,940	26	,131

Nota: gl=grados libertad; p=valor de significancia estadística

En la tabla 7, se evidencia que las puntuaciones obtenidas para el grupo experimental en lo concerniente a las dimensiones ambiente, personalidad conducta y la variable factores de riesgo, tanto en el pretest como en el post test, presentan una distribución normal/paramétrica según valores  $p > .05$ , a excepción de la dimensión conducta en el pre test ( $p = .000$ ), y ambiente en el post test ( $p = .012$ ). De igual manera en el grupo control las dimensiones, ambiente, personalidad conducta y la variable factores de riesgo, tanto en el pretest como en el post test, presentan una distribución normal/paramétrica acorde a los valores  $p > .05$ , a excepción de la dimensión ambiente en el post test ( $p = .000$ ) y la dimensión conducta ( $p = .000$ ); ante estos hallazgos se decide el uso de la prueba t para muestras relacionadas, y la prueba t para muestras independientes, acorde a la tendencia de distribución de datos.

## **PROGRAMA DE PREVENCIÓN EN EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS.**

### **“UN PASO ADELANTE, CONSTRUYENDO MI FUTURO”**

#### **I. DATOS GENERALES:**

- Institución: Institución Educativa Particular “Ricardo Palma”
- Dirección:
- Beneficiarios: alumnos del 5to año de secundaria.
- Responsable del programa: Mery Concepción Guevara Araujo
- Fecha de presentación:

#### **II. FUNDAMENTACIÓN**

Tanto en la revisión bibliográfica como en el actuar de la vida diaria, se observa con gran preocupación el consumo de sustancias psicoactivas por los adolescentes, situación que afecta de manera considerable a las familias, a la sociedad y a la misma población adolescente, generando perturbaciones de índole orgánico, psicológico y social que, por consiguiente, los adolescentes truncan sus estudios, sus relaciones interpersonales con sus pares, dificultades familiares, y en algunos casos problemas legales (Molero et al., 2019).

Por las características que presenta esta etapa del desarrollo humano, la adolescencia se caracteriza por los profundos cambios como orgánicos, hormonales, emocionales y físicos, lo que genera que, frente a alguna dificultad en lo personal, familiar o académica, lleguen tomar decisiones erróneas, como el consumo de sustancias psicoactivas (Garaigordobil, 2020).

Los adolescentes se encuentran en constante riesgo de consumir sustancias y manifestar conductas carentes de gestión emocional, como una forma de escape y evitación de la realidad que no logran afrontar efectivamente y, por tanto, resulta en un malestar emocional importante (Molero et al., 2019). El consumo de sustancias, según la OMS, corresponde a 155 millones de adolescentes, con edades comprendidas entre 15 a 19 años, destacando un incremento del 26% en los últimos 10 años (OMS, 2022). En el contexto nacional, se ha reportado según el Ministerio

de Justicia y Derechos Humanos, que existe un 30% de adolescentes que consumen de forma ocasional, 9% corresponde a un consumo experimental, 11% abuso de sustancias y, por último, el 7% presentan indicadores de dependencia al consumo de sustancias. Las cifras son realmente preocupantes, siendo fundamental emplear estrategias preventivas y de intervención sobre la problemática antes mencionada (Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, 2022).

Frente a lo expuesto, la inteligencia emocional es una habilidad personal importante implicada en la regulación de los adolescentes, permite abordar el consumo de sustancias psicoactivas, favoreciendo la gestión de impulsos, conductas alternativas al consumo y la prevención de recaídas. Es por ello, se elaboró la propuesta de este Programa de Prevención “Un Paso Adelante, Construyendo Mi Futuro”, con la finalidad de dotar a las adolescentes técnicas de afrontamiento, reconocimiento personal, emocional y fortalecimiento de recursos para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas

### **III. OBJETIVO GENERAL**

Fortalecer las habilidades emocionales y recursos emocionales para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.

### **IV. OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Desarrollar la comprensión de las propias emociones en diferentes situaciones.
- Reforzar el autoconcepto personal.
- Fortalecer el conocimiento emocional como estrategia preventiva frente al consumo de sustancias psicoactivas
- Favorecer las estrategias de afrontamiento para el adecuado manejo emocional.
- Promover la aceptación y adaptación al cambio emocional, para prevenir conductas de riesgo frente al consumo de sustancias.
- Promover la capacidad para observar, valorar y aceptar las propias emociones, evitando negarlas.
- Promover la capacidad y recursos personales para la gestión y control emocional asociado al consumo de sustancias.

- Fortalecer la capacidad personal para establecer límites y el respeto personal.
- Promover el contacto emocional y cognitivo con los valores identificados para poder prevenir el consumo de sustancias.
- Interiorizar los recursos emocionales aprendidos como prevención del consumo de sustancias.

## **V. METODOLOGIA**

- El trabajo de los adolescentes será de manera grupal e individual.
- El programa consta de 10 sesiones.
- Se emplearán dinámicas interactivas, de reflexión y experienciales.
- Se plantean espacios de diálogos, fortaleciendo el juicio personal de los adolescentes.
- Explicación y exposición de temas relacionados a inteligencia emocional como estrategia de prevención del consumo de sustancias.
- Retroalimentación de cada sesión
- Empleo de fichas de escritura y proyección.

## VI. CONTENIDOS DEL PROGRAMA

<b>Sesión</b>	<b>Objetivo</b>
<b>SESION 1</b> <b>“Comprendiendo mis emociones”</b>	Desarrollar la comprensión de las propias emociones en diferentes situaciones
<b>SESION 2</b> <b>“Me autodefino”</b>	Reforzar el autoconcepto personal.
<b>SESION 3</b> <b>“Me conozco, me cuido”</b>	Fortalecer el conocimiento emocional como estrategia preventiva frente al consumo de sustancias psicoactivas
<b>SESION 4</b> <b>“Regulando mis emociones”</b>	Favorecer las estrategias de afrontamiento para el adecuado manejo emocional
<b>SESION 5</b> <b>“El cambio es importante”</b>	Promover la aceptación y adaptación al cambio emocional, para prevenir conductas de riesgo frente al consumo de sustancias.
<b>SESION 6</b> <b>“Me observo, valoro y acepto mis emociones”</b>	Promover la capacidad para observar, valorar y aceptar las propias emociones, evitando negarlas.
<b>SESION 7</b> <b>“¡Yo elijo sentir!”</b>	Promover la capacidad y recursos personales para la gestión y control emocional asociado al consumo de sustancias.
<b>SESION 8</b> <b>“¿Soy igual o diferente que los demás?”</b>	Fortalecer la capacidad personal para establecer límites y el respeto personal.
<b>SESION 9</b> <b>“Mis valores en contra del consumo”</b>	Promover el contacto emocional y cognitivo con los valores identificados para poder prevenir el consumo de sustancias.
<b>SESION 10</b> <b>“Cerrando mi experiencia”</b>	Interiorizar los recursos emocionales aprendidos como prevención del consumo de sustancias.

## **VII. EVALUACION**

Para el pre y postest se empleará el cuestionario de riesgo hacia el consumo de drogas, elaborado por Castillo (2016).

## **VIII. TECNICAS UTILIZADAS**

- Diálogos estratégicos
- Proyección y visualización
- Construcción de aprendizaje
- Actividades experienciales
- Ensayos cognitivos
- Técnicas conductuales

**IX. GUIA DE DESARROLLO DE LAS SESIONES**

<b>SESION 1</b>			
<b>“Comprendiendo mis emociones”</b>			
<b>Objetivos:</b>			
- Desarrollar la comprensión de las propias emociones en diferentes situaciones			
<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes.</li> <li>- Presentará el programa, los objetivos y la importancia de la participación de los adolescentes para el desarrollo del mismo.</li> <li>- Se les presentará un registro de asistencia para que puedan colocar sus datos y realizar el seguimiento en cada sesión.</li> <li>- Asimismo, se entregará el protocolo del pretest, conformado por el instrumento cuestionario de riesgo hacia el consumo de drogas, elaborado por Castillo (2016).</li> <li>- Dinámica de inicio para presentarse “yo soy”, consiste en que los participantes dirán, por ejemplo “Mi nombre es Luis y la emoción que he sentido la última semana con mayor intensidad es la alegría, porque he obtenido buenas calificaciones”. Continúa el siguiente adolescente.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Instrumento
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se explicará a los participantes la importancia de la comprensión emocional, resaltando las habilidades para comprender, identificar y demostrar las emociones individuales.</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Ficha 1

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se explicará la importancia del reconocimiento emocional asociado al consumo de sustancias, además de los motivos y razones más comunes por los que se inicia en consumo de sustancias psicoactivas.</li><li>- Dinámica “reconociendo mis emociones”: El encargado reparte tarjetas con emociones (por ejemplo, alegría, tristeza, enojo, etc.), cada persona debe representar la emoción que les tocó mientras caminan en el salón y al mismo tiempo, deben encontrar a la otra que esté representando la misma emoción. Cuando se encuentren con la persona que comparten la emoción, deben verbalizar y describir la situación que provocó esa emoción, cómo la pudieron identificar y qué hicieron al respecto.</li><li>- Los adolescentes formarán grupos, a quienes se les indicarán que deberán presentar casos, creados por ellos mismos, en los que puedan representar emociones presentadas en personas que consumen sustancias o como consecuencia de las mismas. Posteriormente, se realizarán la pregunta: ¿Cuál emoción fue la más fácil de representar? ¿Por qué? ¿Cuál fue la emoción más difícil de representar? ¿Por qué? ¿Cómo creen que experimente las emociones una persona bajo los efectos de las sustancias psicoactivas?</li></ul>		
--	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A continuación, se empearán preguntas para retroalimentar y reflexionar sobre la dinámica: ¿Consideras que es sencillo reconocer las emociones de los demás?, ¿Cómo lograron identificar la emoción de su compañero en la situación en la que se encontraba? Y ¿Cómo se sintieron al dialogar sobre su emoción?</li> <li>- Se presentará un video de apoyo a la comprensión emocional. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IdUtrRmAQxU">https://www.youtube.com/watch?v=IdUtrRmAQxU</a> (usar ficha 1)</li> </ul>		
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada, estableciendo un compromiso para la participación responsable en las demás sesiones.</li> <li>- Asimismo, en una hoja, los adolescentes deberán plantear las estrategias aprendidas para la comprensión emocional y, al reverso de la hoja, la forma en cómo lo realizaban antes del inicio del programa.</li> <li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li> <li>- Se procesará a realizar una técnica de relajación muscular progresiva como inicio del chequeo corporal para que la puedan implementar durante los días posteriores</li> </ul>	30 minutos	Hojas bond Lapiceros

**Ficha 1**

<b>¿Qué aprendí hoy?</b>	<b>¿Cómo lo aprendí?</b>
<b>¿Para qué sirve lo que aprendí?</b>	<b>¿Cómo puedo afianzar lo que aprendí?</b>

**SESION 2**  
**“Me autodefino”**

**Objetivos:**

- Reforzar el autoconcepto personal.

FASES	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la segunda sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realiza una lluvia de ideas de la sesión pasada para dar inicio a la presente.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros de asistencia Ficha de asistencia
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A los participantes se les brindará una hoja bond, donde deberán representar mediante símbolos (no se debe utilizar palabras o letras), las características positivas que describen su personalidad y sus estados emocionales. Una vez realizado el ejercicio, deberán colocar en el suelo sin ningún orden y cada participante deberá tomar la hoja que más le llame la atención. Con la hoja en mano, en la parte posterior, deben describir lo que les hace pensar cada símbolo que la otra persona colocó. Al finalizar, el autor de cada hoja dialogará sobre el significado de su trabajo. Posteriormente, se realizará el ejercicio con las características negativas.</li> <li>- Se realizará un conversatorio a partir de la dinámica: ¿fue más difícil identificar sus cualidades o defectos? ¿coinciden sus</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Ficha 2

	<p>características con la interpretación que hizo su compañero? ¿creen que es importante reconocer los aspectos negativos y positivos de nosotros mismos?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se describe la importancia del uso del flujo situación-pensamiento-emoción-conducta, como una forma de reconocer los estados internos que pueden poner en riesgo la integridad frente al consumo de sustancias, de tal manera que se pueda evitar conductas contraproducentes. Es importante determinar que, en ocasiones, en el contexto, aparecerán opciones para el consumo de sustancias, no obstante, existen pensamientos asociados a los falsos beneficios de su consumo y las sensaciones que se pretenden experimentar. Se explica a los adolescentes la ficha de trabajo 2.</li> <li>- Se realiza la retroalimentación: ¿Han experimentado pensamientos asociados al consumo de sustancias? ¿Qué emociones les ha producido? ¿Cómo consideran que se pueden relacionar las emociones con las conductas y pensamientos? ¿Lograron darse cuenta de la importancia de los pensamientos en nuestra vida?</li> </ul>		
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> </ul>	30 minutos	Ficha 3 Lapiceros

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo, para mantener activo en su recuerdo cada pauta brindada. (Ficha 3)</li> <li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li> </ul>		
--	--	--	--

**Ficha 2**

<b>Situación</b>	<b>Pensamiento</b>	<b>Emoción</b>	<b>Conducta</b>

**Ficha 3**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

**SESION 3**  
**“Me conozco, me cuido”**

**Objetivos:**

- Fortalecer el conocimiento emocional como estrategia preventiva frente al consumo de sustancias psicoactivas

<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la tercera sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realizará una revisión de la ficha 2, desarrollada en la sesión pasada, de tal manera que se pueda comprobar el entendimiento del flujo de información para que registren sus conductas.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha de asistencia
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El periódico de las emociones: Esta actividad pretende que los participantes reconozcan las emociones agradables y desagradables asociadas a noticias que puedan observar de situaciones que han pasado como consecuencia del consumo de sustancias. Además de la repercusión en su emocionalidad. Para ello, se hará uso de noticias proyectadas, impresas, en periódicos y otros medios informativos. Los adolescentes revisarán y anotarán en una hoja las sensaciones que les genera.</li> <li>- Posteriormente, se realizará el conversatorio sobre el periódico de las emociones: ¿Qué emociones les generó las situaciones observadas? ¿Qué emociones creen que se experimentan bajo</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Periódicos Noticias impresas Ficha 4

	<p>los efectos de sustancias psicoactivas? ¿Cómo podríamos ayudar a una persona que consume sustancias? ¿Qué alternativas tenemos frente para evitar el consumo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El dado de la emoción: se formarán en grupos, donde el facilitador entregará un dado con emociones. Al tirar el dado, se les asignará una emoción, la cual deben representar, sin que los demás grupos tengan conocimiento de qué trata la emoción. Posteriormente, deberán representar la emoción y serán los demás grupos quienes van a tener que adivinar la emoción y los indicadores que se asocian, además de qué emoción se puede presentar de manera simultánea. Quienes adivinan más, serán los ganadores.</li> <li>- Se empleará el complemento de la ficha 2, la cual consiste en elaborar conductas alternativas frente al riesgo de consumo de sustancias psicoactivas. La conducta alternativa consiste en el planteamiento de acciones que se pueden realizar como reemplazo de alguna que pueda resultar contraproducente, siendo esta funcional y positiva. (Ficha 4)</li> </ul>		
<p><b>CIERRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> <li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van</li> </ul>	<p>30 minutos</p>	<p>Ficha 3 Lapiceros</p>

	<p>aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 5)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li></ul>		
--	---	--	--

**Ficha 4**

<b>SITUACIÓN</b>	<b>PENSAMIENTO</b>	<b>EMOCIÓN</b>	<b>CONDUCTA</b>

<b>SESION 4</b> <b>“Regulando mis emociones”</b>			
<b>Objetivos:</b>			
- Favorecer las estrategias de afrontamiento para el adecuado manejo emocional			
<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la cuarta sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realizará una revisión de la ficha 4 y 5, las que debieron desarrollar durante la semana, para comprobar los aprendizajes obtenidos.</li> <li>- Se realizará un ejercicio para lograr la calma mental y emocional, práctica del lugar interno seguro, acompañado del podcast. <a href="https://www.ivoox.com/practica-meditacion-del-lugar-seguro-cft-audios-mp3_rf_22070525_1.html">https://www.ivoox.com/practica-meditacion-del-lugar-seguro-cft-audios-mp3_rf_22070525_1.html</a></li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha de asistencia Parlante USB
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En el estado anterior, formados en grupos, se realizará la estrategia del viaje del globo: el facilitador narrará la historia del viaje del globo, en el cual se explica que, en el trayecto de la vida, surgen diferentes tipos de emociones, las cuales deben ser tomadas en cuenta debido a que, en muchas ocasiones, resultan ser automáticas y desembocan en decisiones. El facilitador deja que el grupo elija entre las opciones y luego explica la respuesta más adecuada señalada, continuando con la historia y haciendo las pausas necesarias. (Leer historia anexada)</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Historia impresa

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tiempo fuera: Se les explicará a los adolescentes: imagínate que estás con bastante tensión emocional y, en esa situación, te ofrecen consumir sustancias como una forma de reducir ese malestar emocional. “Eres una pieza de leña que, al consumir sustancias, se encenderá de tal manera que el calor y el fuego significa que no sientes ese malestar emocional”. ¿Qué harías en ese momento?</li><li>- Tomar un tiempo fuera es como si sacaras el leño afuera donde no hay chispas ni calor, y lo más probable es que se enfrié. Lo mismo puedes hacer si te encuentras presionado o a punto de encenderte. Mientras caminas puedes dirigir tu atención a algo agradable que encuentres en tu camino.</li><li>- Posteriormente, participantes deben hacer un collage sobre emociones que se asocian al consumo de sustancias (enojo, tristeza, miedo, angustia, ansiedad, vergüenza, tranquilidad, etc.), en donde expongan situaciones personales u creadas que indiquen las causas emocionales y consecuencias emocionales del consumo de sustancias. Posteriormente, se realiza un diálogo en donde se exponen las estrategias de afrontamiento, eligiendo cuáles son las más adecuadas y saludables de manera general.</li></ul>		
--	--	--	--

<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li><li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 6)</li><li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li></ul>	30 minutos	Ficha 6 Lapiceros
---------------	---	------------	----------------------

## La historia de «El viaje en globo»

Tati, Pepe y Mone se encuentran realizando un viaje en globo rumbo a la zona sur de la isla Malaka, ya que al día siguiente se celebra la gran fiesta anual de las emociones. El globo donde viajan va cargado con seis sacos que contienen miedo, sorpresa, alegría, tristeza, asco y enfado, pero, debido a la gran tormenta que han sufrido por el camino, se han desprendido tres de los sacos: el del miedo, el del asco y el de la tristeza. Debido al clima, el globo se ve obligado a tomar tierra en la noche y llegan a la zona norte de la isla. Todos se encuentran muy contentos de haber llegado y de haber sobrevivido juntos al terrible clima, pero ahora necesitan atravesar toda la isla para llegar al otro extremo, donde se celebra la gran fiesta. ¿Qué hacemos ahora?, se preguntaron los tres amigos (recuerda que es de noche):

1. Podemos construir una cabaña y dormir en la playa, esperando que se haga de día para comenzar el camino hacia el otro lado de la isla.

★ 2. Comenzar a caminar hacia Malaka sur.

Razón: La opción 1 sería más acertada si tuvieran miedo. El miedo los llevaría a pensar en todos los peligros que puede haber en la selva por la noche y los persuadiría de hacerlo. No obstante, sin miedo es más probable que se pregunten ¿por qué no comenzar el camino y ganar tiempo?, y que se adentren en la aventura nocturna.

... Los tres amigos se adentran en la tenebrosa y oscura selva, pero de pronto observan sorprendidos una especie de frutos que se encuentran por el suelo. Son de color rojo y con un aspecto viscoso. Desconfiados, analizan esos frutos tan extraños que han encontrado. ¿Los comemos?, se preguntaron (recuerda que no han comido nada en todo el viaje):

- ★ 1. Sí.
2. No.

Razón: Si tuvieran asco, rechazarían los frutos por su aspecto viscoso. No obstante, sin asco, la opción 1 es la más acertada, pues todos están hambrientos.

... Todos comieron de los extraños frutos y siguieron su camino, pero al poco tiempo comenzaron a sentirse mal. Empezaron a sentir unos fuertes dolores en el estómago, mareos y vómitos, y tuvieron que hacer una parada en el camino porque se veían incapaces de poder continuar su viaje. Se sentían agotados y muy débiles y decidieron descansar bajo unos árboles. Uno de ellos, con la poca fuerza que le quedaba, comenzó a gritarles a los demás y a culparles por haber decidido que aquellos frutos podían comerse. De pronto, todos empezaron a discutir sobre quién

había dado la idea de que sería bueno comer de aquello. Con toda esa disputa consiguieron activarse de nuevo y retomar la energía necesaria para superar toda esa debilidad y continuar su viaje. Daba igual de quién hubiera sido la culpa. Necesitaban salir de aquella situación todos juntos, así que se pusieron de nuevo en camino. A los pocos minutos de haber reanudado el viaje, divisan sorprendidos un poblado. ¿Nos acercamos a pedir ayuda?:

1. No.
- ★ 2. Sí.

Razón: Recuerden que no tienen miedo. Están agotados. ¿Por qué no acercarse entonces al poblado para pedir ayuda? Ante esto, la opción 2 es la más acertada.

... Los tres amigos entraron en el poblado, pero los habitantes de la tribu no dudaron en apresarlos y hacerlos sus prisioneros. Los tres amigos estaban muy enfadados y lucharon con todas sus fuerzas para conseguir escapar. Y lo consiguieron, pero no todos. Uno de ellos no lo había conseguido. Los otros dos se preguntaron: ¿Qué hacemos? ¿Volvemos a por él?

1. Sí.
- ★ 2. No.

Razón: Recuerda que no tienes tristeza. Ahora lo único que te mueve es tu sentido de la supervivencia. Quieres huir de la tribu que te persigue y no te importa el que se ha quedado. La opción correcta sería la 2.

... Dos de los amigos han conseguido escapar de la tribu y logran salir del poblado. Agotados ya, siguen caminando unos metros, pero cuál es su sorpresa cuando se dan cuenta de que han llegado de nuevo al punto de partida. No se lo podían creer; todo el camino que habían recorrido no había servido para nada. De repente, observan en la orilla 3 sacos y deciden ir a ver qué contienen. Cuando lo abren, descubren que son los sacos que habían perdido durante la tormenta. Los dos amigos se alegraron mucho, pues por fin habían recuperado la tristeza, el miedo y el asco, y decidieron reanudar su camino para poder llegar a la zona sur de la isla. Pero de nuevo era de noche. ¿Qué hacemos?, se preguntaron:

- ★ 1. Construir una cabaña y esperar a que amanezca.
2. Adentrarse de nuevo en la isla intentado encontrar el camino correcto.

Razón: Recuerda que has recuperado el miedo y que sabes los peligros que pueden acecharte. La opción 1 es la correcta.

... Los dos amigos pasaron la noche en una improvisada cabaña. Con los primeros rayos de sol se pusieron en marcha y decidieron que tenían que volver a por su amigo que habían dejado prisionero en la tribu. ¿Cómo habían sido capaces de dejarte allí?, se preguntaban. Caminando por uno de los senderos de la isla, encontraron unos frutos extraños que se encontraban en un árbol. ¿Los comemos?

había dado la idea de que sería bueno comer de aquello. Con toda esa disputa consiguieron activarse de nuevo y retomar la energía necesaria para superar toda esa debilidad y continuar su viaje. Daba igual de quién hubiera sido la culpa. Necesitaban salir de aquella situación todos juntos, así que se pusieron de nuevo en camino. A los pocos minutos de haber reanudado el viaje, divisan sorprendidos un poblado. ¿Nos acercamos a pedir ayuda?:

1. No.
- ★ 2. Sí.

Razón: Recuerden que no tienen miedo. Están agotados. ¿Por qué no acercarse entonces al poblado para pedir ayuda? Ante esto, la opción 2 es la más acertada.

... Los tres amigos entraron en el poblado, pero los habitantes de la tribu no dudaron en apresarlos y hacerlos sus prisioneros. Los tres amigos estaban muy enfadados y lucharon con todas sus fuerzas para conseguir escapar. Y lo consiguieron, pero no todos. Uno de ellos no lo había conseguido. Los otros dos se preguntaron: ¿Qué hacemos? ¿Volvemos a por él?

1. Sí.
- ★ 2. No.

Razón: Recuerda que no tienes tristeza. Ahora lo único que te mueve es tu sentido de la supervivencia. Quieres huir de la tribu que te persigue y no te importa el que se ha quedado. La opción correcta sería la 2.

... Dos de los amigos han conseguido escapar de la tribu y logran salir del poblado. Agotados ya, siguen caminando unos metros, pero cuál es su sorpresa cuando se dan cuenta de que han llegado de nuevo al punto de partida. No se lo podían creer; todo el camino que habían recorrido no había servido para nada. De repente, observan en la orilla 3 sacos y deciden ir a ver qué contienen. Cuando lo abren, descubren que son los sacos que habían perdido durante la tormenta. Los dos amigos se alegraron mucho, pues por fin habían recuperado la tristeza, el miedo y el asco, y decidieron reanudar su camino para poder llegar a la zona sur de la isla. Pero de nuevo era de noche. ¿Qué hacemos?, se preguntaron:

- ★ 1. Construir una cabaña y esperar a que amanezca.
2. Adentrarse de nuevo en la isla intentado encontrar el camino correcto.

Razón: Recuerda que has recuperado el miedo y que sabes los peligros que pueden acecharte. La opción 1 es la correcta.

... Los dos amigos pasaron la noche en una improvisada cabaña. Con los primeros rayos de sol se pusieron en marcha y decidieron que tenían que volver a por su amigo que habían dejado prisionero en la tribu. ¿Cómo habían sido capaces de dejarte allí?, se preguntaban. Caminando por uno de los senderos de la isla, encontraron unos frutos extraños que se encontraban en un árbol. ¿Los comemos?

★ 2. No.

Razón: Recuerda que has recuperado el asco, así que decidís que es mejor no comer de aquel fruto extraño. La opción correcta es la 2.

... Tras mucho buscar, encontráis de nuevo el poblado y, aunque tenéis miedo, queréis recuperar a vuestro amigo, así que aprovecháis un despiste del guardián de la celda donde lo tienen atrapado y conseguís liberarle. Por fin, los tres amigos reanudan juntos su camino. No habían caminado ni diez minutos cuando sorprendidos descubren una parada de autobús que los lleva directamente a la gran fiesta. Era tanta su alegría por haber llegado a la fiesta después de todos los obstáculos que habían tenido que superar, que al poco tiempo comenzaron a sentirse eufóricos y empezaron a bailar con todos los invitados del festejo (Ruiz, et. al., 2013, p. 114-116).

✓ Retroalimentación

¿Cuál es la importancia de las emociones?

¿Cómo las emociones guían nuestra forma de pensar y de comportarnos?

¿Cuál es la función que cumple cada emoción en la historia?

¿Consideran que identificar la emoción y saber manejarla nos permite comportarnos de manera adecuada en cada situación de nuestra vida? ¿Por qué?

**Ficha 6**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

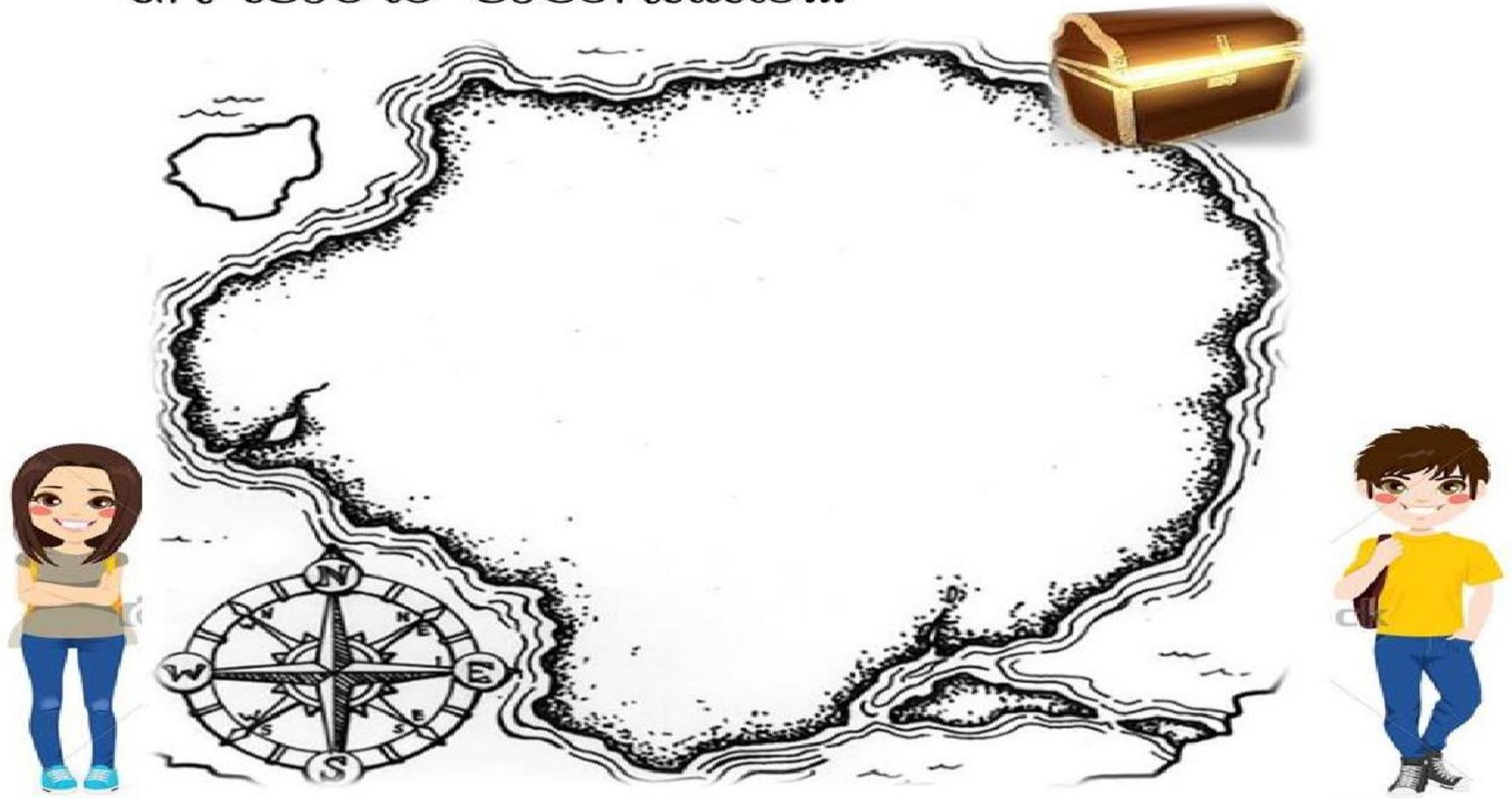
**SESION 5****“El cambio es importante”****Objetivos:**

- Promover la aceptación y adaptación al cambio emocional, para prevenir conductas de riesgo frente al consumo de sustancias.

<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la quinta sesión.</li><li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li><li>- Se realizará una revisión de la ficha 6, las que debieron desarrollar durante la semana, para comprobar los aprendizajes obtenidos.</li><li>- Explicación sobre la proyección: es la capacidad del ser humano para transformarse, se considera el centro de la motivación para el cambio. A través de este proceso, las personas pueden:<ul style="list-style-type: none"><li>- Elegir la versión de sí mismo que desea ser.</li><li>- Determinar qué debe hacer para lograr alcanzar la proyección que hace de sí mismo.</li><li>- Establecer la relación entre lo que desea alcanzar y los obstáculos con los que puede encontrarse en el camino.</li><li>- Describir las experiencias que pueden pasar en el futuro, determinar de qué manera se relacionan y el valor que significa para la persona.</li><li>- Aceptar lo que puede ocurrir y lo que no.</li></ul></li></ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha de asistencia Parlante

<p><b>DESARROLLO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad “cambios por venir”: El facilitador reparte hojas a los participantes con la imagen de un mapa (ver ficha 7). Se indica que piensen en aspectos, conductas, actitudes, emociones, defectos que desearían cambiar para ser la mejor versión de sí mismos y los cuales en algún momento los han puesto en riesgo de consumo. Posteriormente, deben realizar una serie de pasos concretos para alcanzar esa meta. Por último, se reúnen en grupos de 5 personas para compartir su experiencia.</li> <li>- Técnica de la proyección: Proyectar la vida personal frente a situaciones libre de riesgo de consumo de sustancias. El encargado debe brindar una hoja con el cuadro descrito, en donde los participantes tienen que escribir tres de las mayores aspiraciones o deseos que desean alcanzar, los cuales deben ser factores protectores para evitar caer en consumo de sustancias. Se utilizará la ficha 8.</li> </ul>	<p>40 minutos</p>	<p>Proyector Laptop Ficha 7 y 8</p>
<p><b>CIERRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> <li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 9)</li> <li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li> </ul>	<p>30 minutos</p>	<p>Ficha 9 Lapiceros</p>

# Un tesoro escondido...



Ficha 8

¿Qué deseo alcanzar?	¿Cómo puedo lograrlo?	¿Para qué deseo alcanzarlo?

**Ficha 9**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

**SESION 6**  
**“Me observo, valoro y acepto mis emociones”**

**Objetivos:**

- Promover la capacidad para observar, valorar y aceptar las propias emociones, evitando negarlas.

FASES	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la sexta sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realizará una revisión de la ficha 9, las que debieron desarrollar durante la semana, para comprobar los aprendizajes obtenidos.</li> <li>- Se explica sobre los beneficios de observar y aceptar las emociones y los efectos negativos de negar las mismas. De tal manera, los adolescentes adquieren una visión más clara de lo que implica las emociones y cómo modificarlas.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha de asistencia Parlante
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Práctica de consciencia abierta guiada <a href="https://insighttimer.com/kavindu/guided-meditations/conciencia-abierta-con-instruccion-inicial">https://insighttimer.com/kavindu/guided-meditations/conciencia-abierta-con-instruccion-inicial</a></li> <li>- Para el desarrollo, se relatará una metáfora a los participantes para que encuentren el significado mediante la práctica de la atención plena. La metáfora se denomina “piloto automático”. “A veces, cuando conducimos, lo hacemos de manera automática, puesto que ya no necesitamos prestar atención a lo que hacemos. Lo mismo pasa con nuestra vida, en muchas</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Parlante

	<p>ocasiones, no estamos presentes en nuestras vidas, podemos estar muy lejos son darnos cuenta. Además, nos sentimos sensibles, vulnerables, débiles, con malos hábitos de vida. Cuando logramos ser conscientes de nuestros pensamientos, seremos más libres de elegir, de cambiar nuestras emociones y de vivir satisfactoriamente”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se invitará a los participantes a reflexionar sobre la metáfora duran 5 minutos.</li> <li>- Actividad: un gran tesoro: En una cajita adornada y reluciente como un regalo dentro de esa caja se encuentra un espejo, el que dirige la dinámica dice: Tengo en esta cajita un regalo muy bonito, lo más bonito y valioso del mundo, es único se los voy a mostrar solo por esta vez, pero no se lo digan a nadie, cada integrante pasa a ver la cajita y se verá en el espejo entonces sabrá que el tesoro máspreciado es esa persona que se ha observado en el espejo.</li> </ul>		
<p><b>CIERRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> <li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 10)</li> <li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li> </ul>	<p>30 minutos</p>	<p>Ficha 10 Lapiceros</p>

**Ficha 10**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

**SESION 7**  
**“¡Yo elijo sentir!”**

**Objetivos:**

- Promover la capacidad y recursos personales para la gestión y control emocional asociado al consumo de sustancias.

<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la séptima sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realizará una revisión de la ficha 10, las que debieron desarrollar durante la semana, para comprobar los aprendizajes obtenidos.</li> <li>- Mirándome al espejo: el facilitador realizará la narración de la historia y realizará las preguntas para generar la reflexión (ficha 11).</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha 11
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad un nuevo viaje: la actividad se describe en la ficha 12.</li> <li>- Actividad un nuevo propósito: El facilitador proporcionará a cada participante una hoja en la cual habrá un cuadro con las siguientes preguntas: ¿Qué escribiré? ¿Quiénes leerán mi proyecto de vida? ¿De qué tratará? ¿Cómo lo presentaré?</li> <li>- Seguidamente, en la hoja de trabajo, encontrarán otro cuadro, que servirá para que los participantes puedan ordenar sus ideas sobre los aspectos a considerar en su proyecto de vida, a través de las siguientes preguntas: ¿Qué es lo que debo hacer para lograrlo? ¿Cuáles son mis metas? ¿Quién soy? ¿Podría contar mi historia?</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Ficha 12 Hojas bond

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador orientará a los participantes a partir de las siguientes preguntas:</li> <li>- 1. ¿Cómo iniciarás la historia de tu vida?</li> <li>- 2. ¿Cómo continuarás la narración?, ¿cuál será el orden de los acontecimientos?</li> <li>- 3. ¿Qué expresiones usarás para indicar cómo eres actualmente?</li> <li>- 4. ¿Qué expresiones usarás para indicar tus metas y aspiraciones a futuro?</li> <li>- 5. ¿Qué fortalezas posees que crees te lleven a lograr tus objetivos?</li> <li>- 6. ¿Qué debilidades posees que crees te limiten a lograrlo?</li> <li>- 7. ¿Qué palabras puedes usar para evitar repetir la misma expresión?</li> <li>- 8. ¿Con qué palabras concluirás tu proyecto de vida?</li> </ul>		
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> <li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 13)</li> <li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li> </ul>	30 minutos	Ficha 13 Lapiceros

## **Ficha 11**

### **“MIRÁNDOME AL ESPEJO”**

Siéntate cómodamente y cierra los ojos y trata de imaginar que estas en frente de un espejo y trata visualizarte en él. ¿Cómo es esa persona en el espejo? Primeramente, como es su aspecto físico, ¿Cuál es tu sentimiento hacia la figura e imagen de esta persona?, ¿Qué le dirías? ¿Qué cosas quisieras que cambie?, ¿Qué cosas quisieras que no cambie?, ¿Qué te irrita de esta persona?, ¿Qué cosa te gusta de esta persona? Ahora ponte a criticar a esta persona y comienza cada frase con las palabras “Deberías...” “No deberías...”. Haga una larga lista de críticas. ¿Cómo se siente mientras hace esto? Ahora imagínate que cambia de lugar con esta imagen. ¿Vuélvete a esa imagen de ti mismo y contesta silenciosamente a las críticas? Ahora cambia de rol y vuelve a ser el crítico. A medida que continua este dialogo interno, sigue dándote cuenta de lo que vas diciendo y también como lo dices, cambia de roles cuantas veces quieras. ¿Reconoces a alguien en la voz de quien te critica? ¿De qué otra cosa te das cuenta en este momento? Ahora abre los ojos y que cada persona por turnos comparta su experiencia. ¿De qué te das cuenta? ¿Cuáles son tus emociones en este momento?

## **Ficha 12**

El facilitador dará inicio a la sesión invitando a los participantes a cerrar los ojos, solicitándoles que se respiren para relajarse, pues harán un viaje al futuro. Este viaje los llevará a encontrarse consigo mismos, cinco años más adelante. Así mismo, se les pedirá que cierren los ojos y se imaginen a ese “yo de grande”. Mientras se mantienen con los ojos cerrados, usando un tono de voz suave, se les solicitará que mentalmente vayan respondiendo las preguntas: ¿cómo soy físicamente?, ¿qué estoy haciendo?, ¿a qué dedico mi tiempo?, ¿qué es lo que más me interesa hacer?, ¿qué actividades comparto con mi familia?, ¿qué actividades comparto con mis amigos?, ¿qué logros he tenido?, ¿qué dificultades debo vencer?

Acto seguido, se solicitará que abran sus ojos y compartan rápidamente con un compañero (a) lo que les gustaría ser cuando sean grandes y un listado de acciones para lograr su propósito. El facilitador, realizará las siguientes preguntas: ¿Por qué será importante pensar en lo que uno quiere ser en la vida?, ¿cómo podemos

planificar nuestras acciones para lograr nuestros propósitos? Las respuestas serán anotadas en un papel sabana.

El facilitador, mencionará que ha pensado elaborar con ellos su proyecto de vida, no sin antes, conceptualizar de manera concisa lo que significa un proyecto de vida. Para lo cual, se colocará el cartel con la descripción en un lugar visible: Un proyecto de vida es un plan que toda persona establece, a fin de alcanzar un propósito en la vida, tal vez no sepan a donde van más adelante, pero es fundamental trazarse objetivos y metas propias a su edad que les ayude. Finalmente, el facilitador, dará inicio a la sesión, indicando lo siguiente: "hoy planificaremos y escribiremos el primer borrador de nuestro proyecto de vida".

**Ficha 13**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

**SESION 8**  
**“¿Soy igual o diferente que los demás?”**

**Objetivos:**

- Fortalecer la capacidad personal para establecer límites y el respeto personal.

<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la octava sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realizará una revisión de la ficha 13, las que debieron desarrollar durante la semana, para comprobar los aprendizajes obtenidos.</li> <li>- El facilitador explica la importancia de la creación de vínculos o relaciones positivas, como una forma de conocer el círculo personal saludable y evitar formar vínculo con personas que estén asociadas al consumo de sustancias.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha 13
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se brinda una hoja a cada participante, se explica que deben realizar una pintura con el tema ¿Qué es lo que me hace único/a? Al terminar, se reúnen en grupos de 5 personas para compartir la respuesta a la pregunta y la forma en que la representaron.</li> </ul> Retroalimentación <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Eres capaz de identificar y reconocer los aspectos de ti mismo</li> </ul>	40 minutos	Proyector Laptop Hojas bond Lapiceros Pinturas

	<p>que te hacen único?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿De qué manera haces resaltar estos elementos cuando te relacionas con otras personas?</li><li>- ¿Alguna vez has permitido que otras personas promuevan que te comportes diferente a quién eres? ¿Qué sucedió? ¿Cómo te sentiste en ese momento?</li><li>- ¿Alguna vez alguien te incitó al consumo de sustancias con la finalidad de lograr su aprobación?</li></ul> <p>- Posteriormente, el facilitador explica la importancia de establecer límites, la asertividad y la capacidad personal para no acceder a conductas contraproducentes por presión social. Se les explica que, en muchas ocasiones, el inicio en el consumo de sustancias está determinado por la presión que sienten por los demás adolescentes, frente a quienes se intenta mantener una imagen de deseabilidad social.</p> <p>- Actividad: la casa se quema:</p> <p>- Descripción: el facilitador dividirá en dos grupos a los adolescentes. Al primer grupo se les denominará “El Fuego” y al segundo grupo “Los Bomberos” El grupo “El fuego” deberá armar un círculo impenetrable donde deben proteger a una persona que tendrá en sus manos la figura del fuego. El grupo de los “bomberos</p>		
--	--	--	--

	<p>deberá buscar las formas de penetrar en el círculo a fin de deshacer el fuego. Para ello pueden tratar de romper la figura de apoco o arrancar toda la figura. Este grupo deberá buscar la mejor manera de arrancar al fuego y el otro de protegerlo. Luego se sentarán todos los participantes formando un círculo y se les preguntara “A los que fueron fuego: ¿Cómo se han sentido protegiendo el fuego? “A los que fueron Bomberos: ¿Cómo se han sentido al tratar de apagar el fuego? En vuestra experiencia real, levante las manos los que creen que son como los bomberos...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La finalidad de la actividad es que puedan reconocer en qué momentos se han sentido persuadidos para optar por el consumo de sustancias y, quizá en otro momento, han sido ellos quienes han tratado de convencer que alguien más consuma.</li> </ul>		
<p><b>CIERRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> <li>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 14)</li> <li>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</li> </ul>	<p>30 minutos</p>	<p>Ficha 14 Lapiceros</p>

**Ficha 14**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

**SESION 9**  
**“Mis valores en contra del consumo”**

**Objetivos:**

- Promover el contacto emocional y cognitivo con los valores identificados para poder prevenir el consumo de sustancias.

<b>FASES</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la novena sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- Se realizará una revisión de la ficha 14, las que debieron desarrollar durante la semana, para comprobar los aprendizajes obtenidos.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia Lapiceros Ficha 14
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad: lo que más valoro. El facilitador brindará una hoja, donde los adolescentes realizarán un collage, dibujo u otra forma visual de representar algunas consignas que se encuentran en la ficha 15.</li> <li>- Se realizará la retroalimentación: ¿Cuáles fueron los valores más importantes que lograron identificar? ¿Cómo se sienten al actuar conforme a esos valores? ¿Consideran que los valores son importantes en una sociedad? ¿Por qué?</li> <li>- Actividad: proyección cognitiva. Mediante el dibujo y pintura, los adolescentes proyectaran soluciones a algunas situaciones:</li> </ul>	40 minutos	Hojas bond Lapiceros Pinturas

	<p>a. Mis amigos quieren que consuma sustancias, pero yo me rehúso.</p> <p>b. Si no consumo, ya no me aceptarán en su grupo.</p> <p>c. Mi vecino consume sustancias cuando sus padres discuten.</p> <p>d. Consumo sustancias para tener un mejor rendimiento académico.</p> <p>- A partir de las situaciones generadas, se realizará un conversatorio, donde los participantes expondrán las soluciones pensadas y plasmadas. Se realiza la construcción del aprendizaje.</p>		
<b>CIERRE</b>	<p>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</p> <p>- Se entregará a los adolescentes una ficha estratégica, la cual deberán desarrollar para anotar las estrategias que van aprendiendo en la presente sesión, debiendo traer llenada para la siguiente semana. (Ficha 16)</p> <p>- Se resolverán las dudas que surjan, así como también retroalimentación de la sesión.</p>	30 minutos	Ficha 16 Lapiceros

**Ficha 15**

**Lo que más valoro de mi vida**

**Los valores que guían mi vida**

**¿Cómo los pongo en práctica?**

**Ficha 16**

<b>Ficha estratégica</b>	
<b>Sesión</b>	<b>Estrategia</b>

**SESION 10**  
**“Cerrando mi experiencia”**

**Objetivos:**

- Interiorizar los recursos emocionales aprendidos como prevención del consumo de sustancias.

FASES	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El facilitador dará la bienvenida a los participantes, para el desarrollo de la sesión.</li> <li>- Los participantes registrarán su asistencia.</li> <li>- El facilitador, en un círculo restaurativo, dialogará con los adolescentes y reflexionará sobre los aprendizajes obtenidos a partir del desarrollo de cada sesión. Asimismo, indicarán los cambios obtenidos, mejorías y nuevos recursos personales descubiertos; los cuales, son importantes para la prevención del consumo de sustancias.</li> </ul>	30 minutos	Registro de asistencia
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad: Se realizará una meditación hacia el futuro. Los participantes empezarán con respiraciones lentas, pausadas, prestando atención a lo que surja. Seguidamente, imaginarán un tren, el cual los llevará hacia el futuro. En el futuro imaginario, se visualizarán con la vida ideal, lograda mediante las acciones cotidianas y el esfuerzo voluntario. Luego traerán esas sensaciones al presente y las experimentarán en todo su cuerpo.</li> </ul>	40 minutos	Hojas bond Lapiceros Música de relajación

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Como sesión final, se pide que compartan sus fichas estratégicas y que voluntariamente cada adolescente realice los pasos de una estrategia aprendida en el transcurso de las sesiones. De tal manera que cada participante resuma sus estrategias aprendidas en cada sesión y cómo la aplicó en su vida.</li> <li>- Se realiza una ronda de preguntas: ¿qué aprendieron en el programa? ¿qué habilidades han aprendido como herramientas para prevenir el consumo de sustancias? ¿cómo podrán hacer frente a las presiones para el consumo de sustancias? ¿de qué manera lo aprendido lo seguirán aplicando en su vida?</li> </ul>		
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se empleará una lluvia de ideas para identificar los conocimientos adquiridos y la reflexión de la sesión desarrollada.</li> <li>- Se aplicará el postest</li> <li>- Despedida del programa.</li> </ul>	30 minutos	Instrumentos impresos