



Misión Evangélica San Pablo de Chile

Manual de Herramientas de Intervención Socioeducativa

“Programas en medio libre, para adolescentes infractores de Ley Penal”



SENAME
Ministerio de Justicia
y Derechos Humanos

Manual de Herramientas de Intervención Socioeducativa

**“Programas en medio libre, para
adolescentes infractores de Ley Penal”**

Registro online del Departamento de Derechos Intelectuales (DDI)
Inscripción N° A-273655

Director Ejecutivo:
Marco Antonio Durán Roa

Equipo Profesional contenidos y sistematización:

Marisela Alicia Fuentes Fuentealba
Gemita del Carmen Quilodrán Molina
Sandra Elizabeth Salamanca Ríos
María Soledad Ascencio Cortés

Colaboradores:

Equipos Profesionales de Programas en Medio Libre área Justicia Juvenil,
de la Corporación Misión Evangélica San Pablo de Chile.

Agradecimientos:

Servicio Nacional de Menores (SENAME), Línea Justicia Juvenil.

Primera Edición, diciembre 2016

Diseño e Impresión
Trama Impresores S.A.
Hualpén - Chile

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la portada, puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, sin permiso previo, y por escrito, de los autores.



Misión Evangélica San Pablo de Chile

Manual de Herramientas de Intervención Socioeducativa

“Programas en medio libre, para adolescentes infractores de Ley Penal”



SENAME
Ministerio de Justicia
y Derechos Humanos

Propiedad Intelectual MESP

ÍNDICE

I. Presentación	5
II. Introducción general	6
III. Fundamentos teóricos de la intervención y práctica socioeducativa	10
3.1. Enfoque de género.	11
3.2. Enfoque de derechos.	12
3.3. Enfoque de Desarrollo Evolutivo.	13
3.4. Enfoque de riesgo, necesidad y capacidad de respuesta y enfoque de desistimiento.	14
3.5. Enfoque de gestión de redes.	18
IV. Orientaciones para el equipo ejecutor	22
V. Matriz de Objetivos y Dossier de contenidos carpeta de recursos	24
V.1 Matriz Manual de intervención para el control de la agresividad y la violencia.	
V.2 Dossier Manual de intervención para el control de la agresividad y la violencia.	
V.3 Matriz Manual de intervención en salud.	
V.4 Dossier Manual de intervención en salud.	
V.5 Matriz Manual de intervención con personas y entornos significativos.	
V.6 Dossier Manual de intervención con personas y entornos significativos.	
V.7 Matriz Manual de intervención para la reinserción y permanencia escolar.	
V.8 Dossier Manual de intervención para la reinserción y permanencia escolar.	
V.9 Matriz Manual de intervención para la capacitación e inserción laboral.	
V.10 Dossier Manual de intervención para la capacitación e inserción laboral.	

I. PRESENTACIÓN

Como una necesidad de nuestra institución de comprender el problema de los adolescentes infractores de ley desde una mirada integral, que no se centre solo en la sanción punitiva. Más bien de ser capaces de poner a disposición de los adolescentes una serie de instancias que los acojan, que garantice el acceso a derechos básicos como la salud y la educación y que, a su vez, le entreguen herramientas de habilitación y oportunidades de capacitación que le permitan integrarse socialmente. En este contexto, se resalta la especial relevancia de los procesos de intervención que se aplican para ejecutar medidas y/o sanciones, las que deben considerar tanto la naturaleza del delito como las necesidades psicosociales de los adolescentes, en conjunto con la situación familiar en la que estos se encuentren.

Para ello, se requiere de instituciones, capacitadas y especializadas en el trato con adolescentes, que cuenten con programas de intervención especializados, que sean explícitos, detallados y escritos para que permitan un mejor seguimiento.

El propósito principal de este manual de herramientas, es poner a disposición de nuestros equipos profesionales de un conjunto de alternativas de intervención socioeducativas organizadas temáticamente en los diferentes ámbitos, de modo que, cuenten con un material sistematizado que les permita seleccionar aquellos que les resulten más eficaces y así facilitar los procesos de intervención previamente planificados para cada uno de los/las jóvenes de acuerdo a sus necesidades individuales, las que al ser aplicadas puedan jugar un papel relevante en la reducción del riesgo de reincidencia de estos, especialmente lo que se refiere a los de carácter educativo.

La elaboración de este manual se ha presentado como un desafío para nuestra institución, a través del cual pretendemos continuar aportando a mejorar los procesos metodológicos con adolescentes infractores. El trabajo realizado es el resultado de la experiencia recogida por nuestra institución a través de estos 21 años, incorporando además, un importante trabajo de revisión bibliográfica en el que se han incorporado distintas experiencias de programas de intervención ya probados, que apuntan a potenciar aquellos factores protectores con que cuentan nuestros beneficiarios y sus familias.

Nuestra institución, Misión Evangélica San Pablo de Chile, como organismo acreditado del Servicio Nacional de Menores, ha adquirido el compromiso de ejecutar proyectos ligados al área de justicia juvenil, con una larga experiencia en el circuito de medidas y sanciones, que ha significado un aporte significativo en los procesos de reinserción social con adolescentes infractores de ley.

A raíz de este compromiso queremos destacar y hacer un reconocimiento a quienes durante estos años de trayectoria han tenido la oportunidad y el valor de intervenir en momentos cruciales de las vidas de estos jóvenes, en un espacio vital para la sociedad y para su futuro, lo que significa una gran responsabilidad. Trabajar en esta área nos ayuda a tomar conciencia del esfuerzo social y personal que supone la intervención socioeducativa en estos contextos, a la vez que refuerza la necesidad de conocer, de saber, a partir de la idea de que ese conocimiento forma parte y alimenta una acción realmente transformadora, en este desafío por aportar a una sociedad más justa, amante de su creador, con un espíritu de entrega y amor por el prójimo.

Marco Durán Roa
Director Programas Medio Libre

II. INTRODUCCIÓN GENERAL

La vida humana, como toda vida animal, es vivida en el fluir emocional que constituye en cada instante el escenario básico desde el cual surgen nuestras acciones.
(Humberto Maturana Romesín, en *Amor y Juego. Fundamentos olvidados de lo humano*, 2003, 6ª edición).

La reinserción social de los/as jóvenes infractores/as de ley es una de las aspiraciones más sentidas del sistema judicial chileno y, en particular, del Servicio Nacional de Menores. De acuerdo a lo planteado por Tsukame (2010), los adolescentes que infringen la ley N° 20.084, son penados a través de acciones educativas (o socioeducativas)-también llamadas intervenciones-; es decir, sanciones donde existe relativo consenso en que tienen por objeto (aparte del castigo en sí) lograr la reinserción social, “readaptación”, “resocialización” o “reeducación” del penado (2010:43). De acuerdo con esto, serán múltiples y diversas las acciones que se pondrán en marcha a fin de implementar procesos de intervención social con un doble carácter. Por un lado son *integradores*, ya que consideran el abordaje de distintas áreas temáticas y; por otro lado, son *situados*, puesto que se diseñan a partir del reconocimiento de los contextos socioculturales y las trayectorias y procesos vitales de los/as jóvenes.

Respecto de los procesos de intervención social de carácter integrador, se enfatiza en aquellas dimensiones que permitan a los/as jóvenes revincularse con su entorno social inmediato, ya sea a través de la reinserción en el sistema educativo formal, o bien, a través de la formación y capacitación en oficios para su inserción laboral. En ambos casos se considera el desarrollo de habilidades personales y sociales, que faciliten no sólo la revinculación con su entorno social inmediato, sino la visualización de un nuevo proyecto de vida y el establecimiento de nuevos lazos afectivos fundados en el autoconocimiento y en el reconocimiento del otro como un legítimo otro.

De forma complementaria, se hace necesario abordar las acciones de reinserción y revinculación social asumiendo el carácter situado de la intervención social (Saavedra, 2013), esto es *la necesidad de reconocer las implicancias sociales del discurso, en cuanto la situación representa un espacio de producción social en donde los actores sociales juegan en un escenario compartido, en una dinámica en la cual los conflictos, la contingencia y las contradicciones son aspectos relevantes de la intervención social contemporánea* (2013:7)

De acuerdo a lo anterior, los/as jóvenes, el sistema judicial y las instituciones ejecutoras de programas de reinserción social, configurarán un espacio de producción social compartido, que no estará exento de conflictos y contradicciones, de la mano de un conjunto de circunstancias, contextos y significados que confluyen en la configuración de discursos, en este caso, en los discursos de reinserción y revinculación social de los/as jóvenes infractores de ley.

Los discursos de reinserción de adolescentes infractores nos remiten permanentemente a la activación de mecanismos que contribuyan a hacer más efectivo este proceso. Es así como se preparan dispositivos para su incorporación en el sistema educativo y/o para evitar el abandono del mismo, a través del fortalecimiento de habilidades personales y sociales, que tributen además a la línea de inserción laboral y formación para el empleo.

De forma paralela, y atendiendo a la necesidad de intervenir en las dimensiones bio-psico-sociales de los/as jóvenes, de manera integral y multifactorial, abordando al sujeto como persona en desarrollo, se irá construyendo con los/as jóvenes nuevos espacios simbólicos de interacción social. Lo anterior contribuirá a la apropiación y

resignificación de sus historias de vida, a partir del autocontrol y manejo de la violencia y la agresividad, y a partir del reconocimiento de las condiciones de vulnerabilidad en materia de salud mental, sexual y reproductiva.

Estos espacios de interacción social y de resignificación de sus trayectorias vitales, constituirán la piedra angular del proceso de reinserción social, siendo el autoconocimiento y la alteridad los principios fundadores de una práctica socioeducativa centrada en el reconocimiento del/la otro/a.

La práctica socioeducativa que aquí se propone constituye un campo de intervención cuyo eje central se configura a partir de la construcción de procesos de reinserción social activos, tanto por parte de las personas como de los grupos que se encuentran en situaciones de dificultad y/o exclusión social. Así, la intervención socioeducativa se efectúa sobre situaciones de dificultad de las personas y los grupos sociales. Es interesante analizar este concepto de *situaciones de dificultad en las personas y en los grupos sociales*, no desde una óptica problematizadora y/o estigmatizadora, sino desde la perspectiva del entramado social y comunitario que encontramos en nuestras ciudades y en nuestros entornos socioculturales. En tal sentido, las dificultades sociales y los procesos de inadaptación que viven los/as jóvenes que han infringido la ley son, por tanto, verdaderamente un problema, ¿para quién?, ¿para el individuo, para la sociedad?, ¿a quién hay que proteger, al/la joven inadaptado o a la sociedad ante las conductas de los/as inadaptados? ¿Cuál es la resonancia social de todo esto?

Son estas preguntas las que nos llevan a relevar nuestra comprensión de ésta intervención como praxis, como interacción constante entre acción y reflexión, como práctica compleja, como una disciplina de acción que se ve empujada a gestionar la incertidumbre, a pactar con el riesgo, a asumir la aleatoriedad inherente a toda acción humana” (Meireiu, 2001, p.109).

De tal manera, la practica socioeducativa que sostiene el proceso de reinserción social de los/as jóvenes, habrá de sustentarse en un conjunto de estrategias que involucrarán el conocimiento amplio y profundo del contexto del adolescente a objeto de flexibilizar la intervención; actuaciones que faciliten al adolescentes la participación y un rol protagonista; estrategias centradas en el establecimiento y mantenimiento del vínculo; y el desarrollo de competencia acordes a las trayectorias de los/as jóvenes y los planes de intervención trazados.

El *Manual de Herramientas de Intervención Socioeducativa, con adolescentes infractores de ley de los Programas en Medio Libre de la Misión Evangélica San Pablo de Chile* se estructura a partir de cinco ámbitos de intervención social, los que a su vez se organizan a partir de la identificación de módulos de intervención y actividades socioeducativas. Cada uno de los ámbitos cuenta con un índice de módulos y actividades, y una presentación del mismo, a efectos de facilitar al/la profesional la entrada y preparación en el campo temático y en los objetivos específicos de intervención.

El primer ámbito de intervención lo constituye el **Ámbito de intervención especializada para el control de la agresividad y la violencia**. En este se propone trabajar con los/as jóvenes el reconocimiento de la conducta violenta, sus causas, expresiones y finalmente el desistimiento de dicha conducta violenta para coadyuvar en el desistimiento delictual a través del trabajo de comportamientos alternativos al mismo. De esta manera, se busca además delinear algunos aspectos específicos de la intervención con la finalidad de avanzar hacia un trabajo cada vez más especializado en conductas de mayor complejidad delictual que, a su vez, revisten un mayor desafío en el marco de la intervención para los equipos.

El segundo ámbito lo constituye el **Ámbito de intervención en salud**, que tiene por finalidad proveer a los/as profesionales de un conjunto de herramientas que les permitan responder a las necesidades que presenten los/as jóvenes en materia de salud, basado en un enfoque de derechos y equidad de género, y como parte integral del proceso de intervención. En tal sentido, se considera en este ámbito favorecer en el/la joven el desarrollo de una afectividad y sexualidad responsable, acorde a la etapa de su ciclo vital y, por otro lado, abordar la promoción en el/la joven de un estilo de vida saludable libre del consumo de alcohol y drogas. Para lo anterior, se contempla

además la vinculación, tanto de el/la joven y su familia, con la red de atención en salud, que será la encargada de entregar las respuestas oportunas y atinentes de acuerdo a las necesidades presentadas en materia de salud física y mental, especialmente en la detección y tratamiento de consumo de alcohol y drogas.

De igual manera, el proceso de reinserción social del/la joven infractor/a esta mediado por el establecimiento de vínculos sociales y afectivos que puedan contribuir significativamente a este proceso. En este sentido, el tercer **Ámbito de intervención lo constituye el entorno social y afectivo significativo**, que comprende aquellas dimensiones que resultan importantes para el/la joven en su proceso de intervención y que, a su vez, facilitan el proceso de reinserción social, tales como la familia, el grupos de pares, la pareja, la comunidad, entre otros. Lo anterior supone un trabajo orientado a fomentar oportunidades de desarrollo que den un soporte al cambio, siendo fundamental la incorporación de las personas y entornos significativos como potenciales facilitadores y figuras de acompañamiento y/o de supervisión del comportamiento de los/as jóvenes en sus actividades cotidianas. Los énfasis en la intervención están orientados a desarrollar la calidad de las relaciones interpersonales ya sea con los padres y/o con la pareja, como el cuidado mutuo y el respeto, el fortalecimiento del monitoreo y las habilidades parentales, actividades acerca de maternidad/paternidad responsable y relación de pareja, en los casos que corresponda.

El cuarto **Ámbito de intervención contempla la reinserción y permanencia en el sistema educativo**. La reinserción social a través de la inserción en el sistema educativo, es entendida como una herramienta para la promoción y desarrollo integral mediante mecanismos que coadyuvan a reparar el daño, las dificultades y riesgos que presentan los jóvenes infractores de ley, y en el que requieren de una mayor atención en su problemática. En tal sentido, la educación es considerada y visibilizada como un eje de gran importancia en los procesos de intervención de los/las jóvenes, sustentado lo anterior en los mandatos legales nacionales e internacionales vigentes y, por otro lado, en el requerimiento generalizado de necesidades educativas específicas, que permiten suplir las consecuencias del abandono y/o lejanía del sistema educativo.

Finalmente, el quinto **Ámbito de intervención lo constituye la capacitación e inserción laboral**. A partir de la experiencia de intervención sistematizada en esta área, entendemos que el exitoso cumplimiento de los objetivos de la ley de responsabilidad penal juvenil, no sólo implican alejar al/la adolescente de la práctica delictual y su potencial reincidencia, sino además brindar oportunidades que le permitan una efectiva integración a la sociedad, siendo necesario para ello, la existencia de procesos de formación integral y de calidad y, programas de empleabilidad y emprendimiento. En tal sentido, la intervención en este ámbito de capacitación e inserción laboral con jóvenes, debe potenciar la identidad ocupacional de estos, incluyendo la exploración de nuevos intereses, habilidades y competencias; siendo necesario además la configuración de un trabajo coordinado y complementario de acuerdo a cada caso.

Cada ámbito de intervención se desarrolla siguiendo una metodología modular¹, que comprende distintos campos temáticos, todos ellos complementarios entre sí. La ejecución de cada uno de estos campos es independiente uno de otro, considerando para ello las distintas características, necesidades y plazos de intervención de cada uno de los y las jóvenes usuarios/as de los Programas. Existe un orden sugerido para la aplicación de los módulos, sin embargo la selección de los mismos y sus actividades a ejecutar, se debe realizar de acuerdo a las necesidades de cada joven, las que serán organizadas en su plan de intervención individual.

En cuanto al diseño de las actividades socioeducativas, se ha utilizado la metodología de trabajo de talleres, que permite no sólo que los/las jóvenes accedan a los contenidos que se considera necesario, sino que además posibilita un espacio de interacción que promueve la reflexión en torno a lo aprendido. En tal sentido, cada profesional debe

¹ Esta metodología, al proponer una secuencia no lineal de los contenidos, permite diseñar procesos de intervención ajustados a la situación y momento de cada joven, reforzándose así la necesidad de entender los procesos de reinserción de manera no lineal.

revisar en detalle este manual con el fin de manejar no sólo los campos temáticos a abordar, sino que además conocer las distintas actividades y aplicarlas a lo largo del proceso de intervención de el/la joven.

Respecto de las sesiones de trabajo, estas se estructuran a partir de los siguientes momentos:

- a) **Actualización de estado:** Debe recabarse información sobre el estado actual de el/la joven y solicitar información sobre el período transcurrido desde la última sesión realizada.
- b) **Realización de actividades:** En base a la programación establecida en el PII, se deben realizar las actividades que se estimen convenientes de abordar dependiendo de las características y situación de cada joven.
- c) **Cierre:** Una vez completadas las actividades el/la profesional deben solicitar a el/la joven que elabore una reflexión final en torno a la sesión y realiza a la vez un resumen y conclusión general en torno a los temas abordados.

En relación a este último punto, y a modo de involucrar y comprometer a los/as jóvenes y sus familias en su proceso de intervención, se ha considerado la incorporación de un *Portafolio de Evidencias*, que corresponde a una estrategia metodológica que permite realizar un seguimiento y monitoreo de los aprendizajes, y que en este contexto permitirá observar la evolución del proceso de intervención y la afección del/la joven con el proceso. Las reflexiones u otras tareas que se encomienden a los/as jóvenes, podrán ser registradas en su portafolio, para posterior revisión del/la profesional.

De acuerdo a lo antes expuesto, el *Manual de Herramientas de Intervención Socioeducativa, con adolescentes infractores de Ley de Programas en Medio Libre de la Misión Evangélica San Pablo de Chile*, constituye un dispositivo metodológico de intervención, que tiene por finalidad poner a disposición de los/as profesionales un conjunto de herramientas para la construcción de procesos de intervención integradores y situados, lo que a su vez conlleva la participación activa de los/as jóvenes y de sus entornos sociales y afectivos en el proceso de resignificación y reinserción social.

III. FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA INTERVENCIÓN Y PRÁCTICA SOCIOEDUCATIVA

La intervención con adolescentes en conflicto con la ley, desde el marco de la praxis socioeducativa, requiere asumir la complejidad del contexto en que crecen los/as jóvenes y la diversidad de los entornos de los que proceden, de tal manera de poder acceder de forma adecuada a éstas realidades, y para estar en condiciones de prepararlos y acompañarlos para su futura y corta trayectoria hacia una vida adulta autónoma y responsable. En tal sentido, y siguiendo lo señalado por Melendro, González y Rodríguez (2012:107), entenderemos por intervención “socioeducativa” una acción social de naturaleza y alcance educativo, en la cual la expresión “socioeducativa” pretende enfatizar la necesidad de una educación que “dé respuesta a un complejo entramado de necesidades sociales de los individuos, restableciendo y ampliando las oportunidades educativas de las personas y de los colectivos sociales en la vida cotidiana” (Caride; 2005:57).

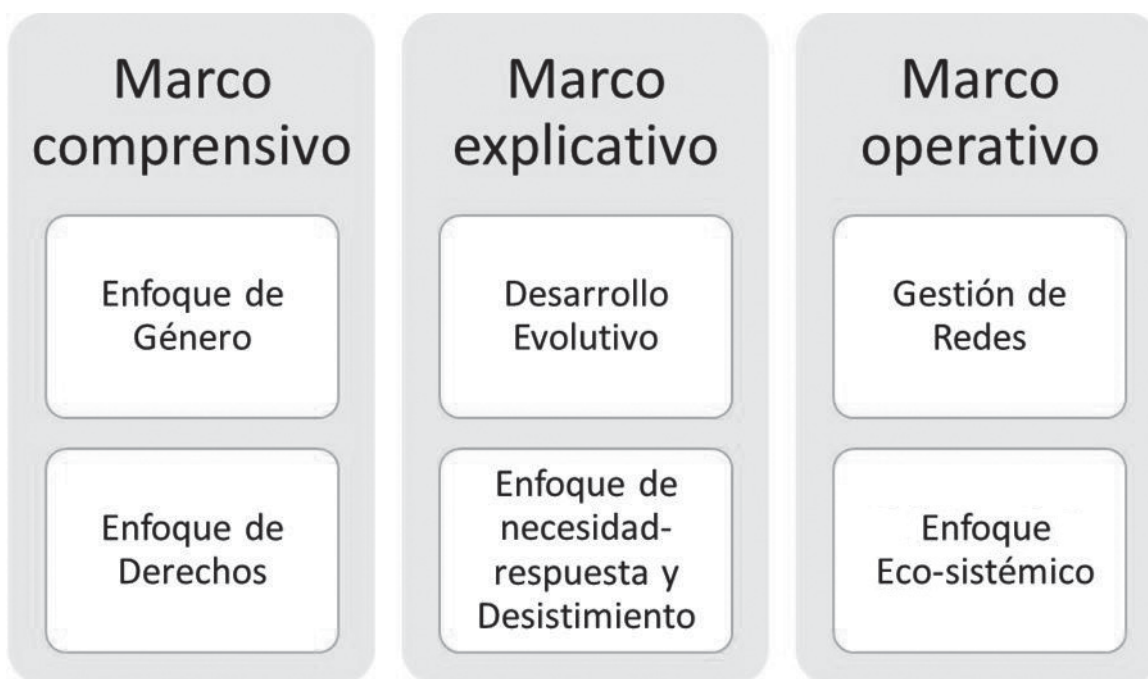
En una reciente investigación realizada por los autores antes citados con profesionales que trabajan con adolescentes en riesgo de exclusión social atendidos desde los servicios sociales, con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años en la Comunidad de Madrid (Melendro, González y Rodríguez, 2012), se pudo identificar un conjunto de estrategias de intervención que los y las profesionales consideran eficaces para el trabajo con adolescentes, siendo algunas de ellas el conocimiento amplio y profundo del contexto del adolescente a objeto de flexibilizar la intervención; actuaciones que faciliten al adolescente la participación y un rol protagonista; estrategias centradas en el establecimiento y mantenimiento del vínculo, actuaciones que consideren elementos básicos de resiliencia; y el desarrollo de competencias acordes a las trayectorias de los/as jóvenes y los planes de intervención trazados.

De este conjunto de estrategias se desprende además la necesidad de contar con un sólido marco teórico y conceptual que, al mismo tiempo, pueda ser redefinido y reorientado a la luz de los resultados obtenidos, sin perder de vista el doble carácter, integrador y situado, del proceso de intervención, con el fin de abordar la conducta delictiva y las acciones de reinserción social, desde el marco de la intervención socioeducativa.

Siguiendo las orientaciones propuestas por el Departamento de Justicia Juvenil del SENAME, en su documento *Orientaciones técnicas para la intervención de los Programas de Libertad Asistida Especial* (2012), se presentarán tres grupos de enfoques teórico-conceptuales (Ver Cuadro 1). En primer lugar, los enfoques que otorgan un marco comprensivo², tales como el enfoque de derechos y el enfoque de género. En segundo lugar, los enfoques que otorgan un marco explicativo del problema y algunos lineamientos metodológicos, tales como el enfoque de desarrollo evolutivo, el enfoque de riesgo-necesidad-respuesta y el de desistimiento. En tercer lugar, los enfoques que aportan un marco operativo y organizativo de la intervención, tales como el enfoque de gestión de redes y el enfoque eco-sistémico.

² En el documento referido no se considera dentro los enfoques que proporcionan un marco comprensivo el Enfoque de Género, que nos ha parecido importante considerar en este Manual, toda vez que el trabajo con jóvenes en conflicto con la ley requiere de la consideración de la construcción de la diferencia sexual, y en particular de la construcción de las prácticas de género instaladas entre los y las adolescentes. Así también, cabe aclarar que para efectos de la intervención socioeducativa que acá proponemos, el enfoque de Desarrollo Evolutivo ha sido considerado dentro de los enfoques explicativos, por acercarse mucho más a una explicación causal y factorial asociada a una etapa del desarrollo, tal cual es la adolescencia, que una mirada integradora respecto del contexto y entornos que marcan las trayectorias vitales de los y las jóvenes en conflicto con la ley.

CUADRO 1: ENFOQUES TEÓRICO-CONCEPTUALES



3.1. Enfoque de Género

Para incorporar el enfoque de género en el marco de la intervención social es necesario comprender en su globalidad e integralidad el marco teórico sexo-género. En tal sentido, y desde esta perspectiva, la palabra sexo refiere a las diferencias biológicas entre mujeres y hombres, al hecho de nacer hembra o macho. En tanto, el término género referirá a un constructo social elaborado a partir de las diferencias biológicas entre hembras y machos por el cual se establecen un conjunto de prácticas, símbolos, representaciones, normas y valores sociales diferenciados para cada sexo.

El concepto de género como constructo social tiene la característica de ser modificable, y de hecho la concepción de lo masculino y de lo femenino variará en relación a los diferentes momentos históricos, a los diferentes contextos culturales y a los diferentes grupos y clases sociales (Bonder, 1998). La sociedad, desde sus intereses y necesidades, determina la asignación de valores (estereotipos) y de papeles (roles) de hombres y mujeres, de esta forma se han venido considerando como *femeninos* valores asociados a la belleza, la sensibilidad, las emociones, la debilidad... mientras que los *masculinos* giran en torno a la fuerza, el valor, la inteligencia.... Por otra parte estos estereotipos de género se aplican a los roles de género en función del sexo de cada persona y de los intereses de las estructuras sociales relacionando los roles femeninos con las tareas de reproducción, crianza y sustento emocional y los masculinos con labores productivas y de sustento económico. Pero esta categorización no se adopta de forma voluntaria, sino que viene definida por el hecho de nacer con un determinado sexo y cumple la función de mantener un orden social establecido.

El género, en su sentido de mecanismo de control y reproductor de un orden social determinado (el patriarcal), ha sido ampliamente desarrollado por la filósofa Judith Butler (1990), quien señala que mujeres y hombres emergen y se constituyen en virtud de una serie de *actos performativos*, repetidos y/o representados dentro de los márgenes de lo convenido socialmente, en tanto mecanismo productor, que hace al sujeto inteligible socialmente. Así entonces, el género constituiría “modalidades de discurso autoritario que, al enunciarse, también encarnan una acción y ejercen un poder vinculante” (1990:55).

Desde los estudios sobre masculinidad, la investigadora Raewyn Connell (1995), propuso en los noventa el concepto de *prácticas de género*, para señalar que el género se constituye relacionamente y es fundamentalmente una forma de ordenar la práctica social. En tal sentido, lo femenino y lo masculino serán proyectos de género, es decir, procesos de configuración de la práctica a través del tiempo, y que aparecerán en la vida individual, en las prácticas simbólicas, y en las instituciones.

Bajo este marco conceptual, la masculinidad no será resultado de aquello que hacen los hombres de manera individual, de sus conductas o actos cotidianos, sino más bien será el resultado de una práctica relacional; es decir, las masculinidades serán parte y surgirán en un sistema de relaciones de género, y no por contraste con la femineidad.

De acuerdo con lo anterior, comprender correctamente el concepto de género, desde sus distintos desarrollos conceptuales, hará posible identificar y/o distinguir aquellas prácticas que perpetúan las brechas y desigualdades de género entre hombres y mujeres, pero también las formas y mecanismos de disciplinamiento y control social que se reproducen -individual, social e institucionalmente- en ausencia de una perspectiva de género.

Así entonces, en los procesos de intervención social con jóvenes en conflicto con la ley, el enfoque de género deberá verse plasmado no sólo en la participación activa y vinculante de los/as adolescentes y su entorno en el Plan de Intervención Individual, sino y por sobre todo, en la praxis socioeducativa construida por el/la profesional, capaz de distinguir y evidenciar las desigualdades de género y los mecanismos de disciplinamiento que operan desde el género.

3.2. Enfoque de Derechos

La Convención de los Derechos del Niño, ratificada en el año 1990 por nuestro país, especifica en su artículo N° 40 que los Estados partes reconocen el derecho de quien se alegue que ha infringido las leyes penales o a quien se acuse o declare culpable de haber infringido esas leyes, a ser tratado de manera acorde con el fomento de su sentido de la dignidad y el valor, que fortalezca el respeto por los derechos humanos y las libertades fundamentales de terceros, en la que se tengan en cuenta la edad del niño y la importancia de promover su reintegración y de que éste asuma una función constructiva en la sociedad. Además, dispone de instrumentos internacionales que los Estados deben garantizar, como la presunción de inocencia, acceso a la información del proceso penal, entre otras.

Bajo este marco, el enfoque de derechos comprende al/la adolescente como sujeto de derechos, siendo el Estado quien tiene la obligación de velar por el cumplimiento y promoción de los derechos humanos, basados fundamentalmente en la promoción, garantía y restitución de condiciones mínimas asociadas al bienestar y el desarrollo pleno e integral de los niños, niñas y adolescentes. Es por ello, que las medidas de protección, prevención y provisión se entienden desde la perspectiva de la actoría social.

Respecto del proceso penal del/la adolescente, éste debe realizarse, desde la etapa de investigación del delito hasta el cumplimiento de la sanción penal, bajo los cuatro principios de la Convención mencionada, establecidos como: no discriminación; interés superior del niño, supervivencia y desarrollo; y participación.

En este sentido, los derechos de los/as adolescentes se encuentran vinculados a responsabilidades y obligaciones que son propias de las distintas entidades sociales en su condición de garantes. Desde esta perspectiva, los garantes se definen como “los actores que tienen la responsabilidad colectiva por el cumplimiento de los derechos humanos” (Unicef, 2007).

Es importante mencionar que el principal garante de derechos es el Estado, representado para este efecto, fundamentalmente por SENAME respecto de la responsabilidad legal y ética para hacer cumplir y/o generar las condiciones para el ejercicio pleno de derechos de las personas menores de 18 años, y en este caso, los/ as adolescentes y jóvenes que se encuentren sancionados bajo la Ley de Responsabilidad Adolescente. Esta

tarea se encuentra compartida con otros servicios del Estado, a través de la oferta programática necesaria para cumplir con las intervenciones interdisciplinarias pertinentes y acorde a las necesidades y requerimientos de los/ las adolescentes.

Otro garante de derechos es la sociedad civil, que en este contexto, se encuentra representada por las Organizaciones Colaboradoras de SENAME. Éstas al ser parte de la sociedad civil, tienen una responsabilidad política, cultural y legislativa, orientada a respetar, defender, promover y proteger los derechos de los/las adolescentes que se encuentran en los distintos programas desarrollados en medio libre.

Por último, otro garante de los derechos del niño corresponde a la persona, familia y/o comunidad, quienes tienen la responsabilidad de respetar y concebir a los otros como iguales en dignidad y derechos, pero también de exigir y reclamar el respeto a sus propios derechos, favoreciendo la integración y la reinserción social de los/las adolescentes en el proceso de intervención.

Por lo tanto, la triada de garantes de derechos (Estado, sociedad civil y comunidad) funciona de manera complementaria tanto en la ejecución, como en la evaluación de las intervenciones realizadas con los/las adolescentes sancionados por el Programa de Libertad Asistida Especial.

De esta forma, el enfoque de derecho se ve plasmado en el modelo de intervención, tanto en la participación activa del/la adolescente en el Plan de Intervención Individual, como en el proceso de reinserción social que considera el derecho a la educación, salud, trabajo, desarrollo personal y familiar. En este contexto, la gestión de redes y el trabajo intersectorial deben entregar a los/as adolescentes una atención pertinente para el respeto de sus derechos en el acceso de los servicios públicos y privados, que puedan mejorar el cumplimiento de sus logros personales especificados en la intervención.

3.3. Enfoque de Desarrollo Evolutivo

El enfoque de desarrollo evolutivo nos permite comprender y considerar a la adolescencia como una etapa dentro del ciclo vital. Si bien existen diferentes modelos que hablan acerca del desarrollo del ciclo vital humano, podemos reconocer tres grandes supuestos que están a la base de esta conceptualización:

- El desarrollo tiene lugar en etapas sucesivas y claramente definidas, y consideran una secuencia constante.
- Tiene un principio Epigenético (E. Erickson), en que cada fase del ciclo se caracteriza por sucesos que deben ser resueltos de manera satisfactoria para poder avanzar a la siguiente; de lo contrario las etapas posteriores evidenciarán cierto nivel de déficit, que se puede expresar en desadaptaciones físicas, cognitivas, emocionales y/o sociales.
- Cada fase contiene un rasgo dominante, un complejo de rasgos o punto crítico que la distingue de las fases anteriores o posteriores. (CONACE, 2008)

En nuestro país, desde el Estado y desde la oferta de políticas públicas, no existe un criterio único para definir qué se entenderá por adolescente y/o joven.

No obstante lo anterior, la Ley 20.084 establece que “la presente ley se aplicará a quienes al momento en que se hubiere dado principio de ejecución del delito sean mayores de catorce años y menores de dieciocho años, los que, para los efectos de esta ley, se consideran adolescentes” (Art. 3, Ley 20.084).

Por otra parte, se considera que el inicio de la adolescencia se basa en criterios biológicos (cambios corporales, emergencia de la pubertad), pero su término está influido por consideraciones socio-culturales y emocionales. Al respecto la Organización Mundial de la Salud (OMS), considera adolescentes a los sujetos entre los 10 y 19 años, y como jóvenes a los sujetos entre los 15 y 24 años (Donas, 1997).

Desde la perspectiva del desarrollo evolutivo, se considera la adolescencia como una etapa que cuenta con una tarea primordial: la constitución de la identidad personal. Este proceso se acompaña por la cristalización de una estructura de personalidad, que es particular para cada sujeto y, al mismo tiempo, por la toma de decisiones que le permitirán proyectar una posible inserción dentro del tramado social. Este proyecto se ve influenciado por las competencias, habilidades y adquisiciones de las etapas previas del desarrollo y, a su vez, por las experiencias de vida, las oportunidades y las dificultades propias de esta etapa.

En consecuencia, el modelo de desarrollo evolutivo nos permite una aproximación explicativa sobre esta etapa, en el intervalo de edad que señala la ley - e incluso posterior, considerando la necesidad de un desarrollo integral del sujeto, el cual puede verse afectado por condicionantes psicosociales adversas, y posibilita la utilización de un enfoque de competencias, que permite orientar la intervención hacia los recursos psicológicos, sociales y culturales que pueda presentar el/la adolescente. (MINSAL-SENAME-CONACE, 2007).

3.4. Enfoque de Riesgo, Necesidad y Capacidad de Respuesta y Enfoque de Desistimiento

El enfoque “Riesgo, necesidad y capacidad de respuesta: Modelo para la evaluación y rehabilitación de adolescentes infractores de ley” de los autores A. Andrews y James Bonta, se desarrolla a partir de la década los 80's y debe su nombre a los tres principios en los que se basa: 1) factores de riesgo 2) necesidades de los y las adolescentes y 3) la capacidad de respuesta tanto del/a propio adolescente, como de las redes sociales e instituciones, respecto del proceso de intervención realizado.

Este enfoque sustenta sus planteamientos en las teorías de la personalidad y en la teoría del aprendizaje cognitivo social de la conducta criminal (Andrews y Bonta, 2006), y es utilizado como un modelo de evaluación de riesgo criminógeno, especialmente en lo que refiere a predecir reincidencia delictual. No obstante lo anterior, para efectos del presente documento, los insumos utilizados respecto de este enfoque son aquellos que permiten definir objetivos de intervención, focalizando en necesidades y en evaluaciones que miden los avances del/la adolescente, como fruto del proceso realizado.

Bajo este enfoque, se entiende como factor de riesgo la presencia de vulnerabilidades y situaciones contextuales y personales de carácter negativo que incrementan la probabilidad de que las personas desarrollen problemas emocionales, de salud, conductuales o interpersonales (Rutter et al, 1998; Hein, 2004). No obstante lo anterior, se debe tener presente que los factores de riesgo no generan certeza total de que se vaya a alterar el desarrollo esperado del/la adolescente, más bien su identificación ayuda a estimar la probabilidad de que esto ocurra (Droppelmann, 2009).

Al respecto, Andrews y Bonta (2006) realizan una distinción entre factores de riesgos estáticos y dinámicos: los primeros son aquellos que pueden predecir la futura conducta criminal, pero no se encuentran sujetos a cambio, como por ejemplo, la historia delictual pasada. Los segundos son susceptibles al cambio y si eso ocurre, se puede reducir la probabilidad de reincidencia delictual. Por tal razón, a estos últimos, se les llama necesidades, puesto que se transforman en objetivos de intervención (Droppelmann, 2009).

De esta manera el enfoque, en lo que respecta al plan de intervención y específicamente en lo que se relaciona con el diagnóstico, permite diferenciar y ordenar la información que se va obteniendo del/la adolescente. En este sentido, los factores de riesgo estáticos recopilan una serie de antecedentes que posibilitan identificar los aspectos que facilitarán y obstaculizarán el proceso de intervención, como por ejemplo: edad de inicio en lo infraccional, estilos de vinculación, tipos de vínculos familiares, presencia de maltrato y/o negligencia, experiencia escolar, estilos de aprendizaje, déficits, etc. A su vez, los factores de riesgo estáticos, también pueden ser considerados como elementos que el equipo puede trabajar con el/la adolescente a fin de resignificar la experiencia vivida

anteriormente. Por su parte, la identificación de los factores de riesgo dinámicos permitirán priorizar los objetivos y planificar en conjunto con el/la adolescente la intervención.

Una de las críticas a este modelo señalan que se centra en el ámbito individual del sujeto, sin considerar el contexto sociocultural en el que se encuentra inserto. En razón de ello y, para efectos de la intervención, se requiere una mirada ecosistémica que contemple los contextos próximos y significativos de los/las adolescentes, tales como su familia, amigos, pareja, escuela, barrios, entre otros. Pues en dichos ámbitos también residen factores de riesgo que afectan al/la adolescente y que resultan clave de considerar para la intervención.

Al respecto, Andrews y Bonta, en una serie de estudios centrados en población infractora por causal de robo, identifican los principales factores de riesgo (estáticos y dinámicos) con incidencia en la conducta delictual, con la finalidad de precisar las intervenciones a efectuar. De esta forma, los autores plantean una lista de ocho factores con mayor nivel de riesgo (el primero de ellos es estático y los demás son riesgos dinámicos): Historia delictual individual, patrón de personalidad antisocial, actitudes pro-criminales, soporte social para el crimen, abuso de sustancias, familia/relaciones de pareja, estudio/trabajo y actividades recreativas prosociales (Andrews y Bonta, 2006).

Por su parte, en Chile se hizo un estudio de seguimiento con una muestra de 101 adolescentes infractores reincidentes por el período 2009 - 2011 (Alarcón, Wenger y Chesta, en prensa), llegando a un listado de los siguientes factores de riesgos con mayor peso o incidencia en la conducta delictual:

1. Abuso de sustancias: Delinque bajo el efecto de la droga o alcohol.
2. Desenganche escolar: abandona la escuela progresivamente, con ausencia de intereses en esta área.
3. Baja supervisión familiar o pareja con compromiso delictivo: La familia no se entera ni participa en actividades del/la joven. Familia o pareja incentivan actuar delictivo indirecta o directamente.
4. Baja presencia de recursos o intereses. (Alarcón, Wenger y Chesta, en prensa).

De esta forma, los listados de factores de riesgo presentados aquí buscan precisar la mirada a la hora de intervenir y, por tanto, focalizar los esfuerzos de intervención en aquellos factores que inciden en la conducta delictual. Naturalmente y debido a que las variables culturales e idiosincráticas son diferentes en Chile (inclusive en las distintas zonas del país), es necesario que los equipos focalicen en identificar factores de riesgo que tienen mayor peso en la conducta infractora en los/las adolescentes, con la finalidad de apunten progresivamente a un trabajo especializado.

Respecto al concepto denominado capacidad de respuesta (responsivity, en su versión original en inglés), alude a las capacidades del/la adolescente de responder a la intervención, que no está necesariamente asociado a la conducta antisocial, pero que impacta en su proceso de intervención.

De acuerdo a lo señalado en el documento *Orientaciones Técnicas*, preparado por SENAME (2012), este concepto se comprenderá en cuatro ámbitos.

El primero refiere a la capacidad de respuesta del/a adolescente, entendida como factores protectores que aluden a todas aquellas condiciones que pueden amortiguar el efecto negativo que producen los factores de riesgo, proveyendo resistencia al riesgo o directamente contrarrestando los problemas de comportamiento (Rutter Et al., 1998; Fraser, Randolph y Bennett, 2000; Hein, 2004; Farrington y Welsh, 2007). En este sentido, la presencia de factores protectores podría disminuir la probabilidad de vincularse con delincuencia (Farrington y Welsh, 2007). Desde esta perspectiva, Andrews y Bonta (2006) plantean que las intervenciones deben considerar las fortalezas personales, de manera de ajustar el tratamiento a estos factores, ya que tienen el potencial para facilitar el plan de intervención. El segundo ámbito refiere a la capacidad de respuesta general, y que alude al conjunto de habilidades y factores protectores del/la adolescente.

De este modo, el tercer ámbito corresponde a la capacidad de respuesta específica poniendo énfasis en aspectos particulares tales como el género, la etnia, factores culturales, ruralidad, entre otros; los que conjugados con las habilidades del sujeto requieren ajustes de la intervención para que considere dichos aspectos. Cabe resaltar que este punto se relaciona con la importancia de considerar el contexto sociocultural de los/las adolescentes.

Y por último, el cuarto ámbito alude a la capacidad de respuesta del entorno, basado en el principio de relación que plantean Andrews y Bonta (2006), lo que se entenderá como la calidad y pertinencia de las intervenciones dirigidas al/la adolescente, así como también las fortalezas y capacidad colaborativa de las redes sociales y locales. Todo esto debe redundar en un plan de tratamiento consistente con sus habilidades y destrezas que también considere la etapa de desarrollo en la que éste se encuentra.

Es importante señalar que el principio de capacidad de respuesta, por una parte, contrarresta el énfasis de la intervención en los aspectos negativos del sujeto, una de las críticas a este enfoque. Y por otra, este principio permite potenciar los recursos y habilidades positivos del/la adolescente en función de su proceso de reinserción social. De esta forma, considerar la identificación los factores protectores como parte del plan de intervención se torna indispensable (Droppelmann, 2009).

Por su parte, el enfoque de desistimiento plantea que éste, es un proceso y no un evento. No se enfoca en un cambio puntual o una transformación en un “momento”, sino que refiere a la mantención de una conducta no-delictual a pesar de los obstáculos y las frustraciones que presenta la vida (Maruna, 2009). Al respecto, hay diferentes teorías que explican los factores que inciden en este proceso. Una de ellas refiere a la reforma maduracional (“lo van a superar cuando crezcan”), tanto Glueck y Glueck en 1937, como Gottfredson y Hirschi en 1990, explican que “las conductas delictuales van disminuyendo a medida que pasan los años” (Maruna, 2009).

No obstante, tras al desistimiento delictual operan otros mecanismos en el sujeto, a partir de ello se desarrolla la teoría de los vínculos sociales. Según Trasler, los/as adolescentes en la medida que crecen, tienen acceso a otras fuentes de logros y satisfacción social -un trabajo, una novia, una esposa y, eventualmente, hijos- al ocurrir esto, gradualmente desisten de la conducta delictual (Maruna, 2009).

También surgen los modelos motivacionales del desistimiento donde Gardner y Paliaban (1988 en Maruna, 2009), entre otros autores, plantean que los individuos experimentan cambios cruciales relacionados con la edad respecto al concepto de sí mismos, sus motivaciones, aspiraciones y actitudes. Estos cambios subjetivos no sólo acompañan los cambios en la esfera objetiva de la vida, sino también gatillan y determinan cómo se interpretarán los eventos externos o estados psicológicos y cómo se actuará ante ellos (Maruna, 2009).

Lo anterior implica que el proceso de reinserción social busque desarrollar en los/as adolescentes: sentimientos de auto eficiencia y esperanza, la sensación de tener el control de su propio futuro; la percepción de sí mismo/a como “algo más” que sus delitos; preocupación “generativa” por los hijos y la próxima generación y la experiencia de recibir “certificación” de otros que apuestan por su rehabilitación (Maruna, 2009).

Si bien es sabido que los procesos de desistimiento ocurren fuera del sistema penal, este enfoque - para efecto de las presentes Orientaciones Técnicas - actúa de manera complementaria al enfoque de riesgo, necesidad y capacidad de respuesta, específicamente en lo que refiere al plan de intervención y al diagnóstico, en cuanto identifica y promueve en los/as adolescentes sus atributos, recursos personales, vínculos sociales, entre otros, que faciliten su gestión al cambio en cuanto a aumentar las probabilidades que en algún momento desistan de la conducta delictual. Para esto, es necesario que la intervención enfatice por una parte, el fortalecimiento de recursos en el sujeto y, por otra, mejore la receptividad del entorno para interrumpir procesos de desarrollo de trayectorias delictivas en los/as adolescentes.

Mc Neill (2009) basándose en el trabajo desarrollado por Shad Maruna y de acuerdo a lo planteado en párrafos anteriores, señala que el desistimiento se desarrolla en la interfaz de tres procesos: proceso de maduración personal,

cambios en los lazos sociales asociados a transiciones vitales y la construcción de una narrativa personal. Esto, para los fines de la presente orientación técnica, tiene cuatro implicancias:

La primera de ellas refiere a **la evaluación de riesgos**. En su análisis del modelo riesgo, necesidad y capacidad de respuesta, Mc Neill (2009), Ward y Maruna (2007) señalan que focalizar en riesgos y necesidades que inciden en la conducta delictual es necesario, pero no suficiente. Pues también es relevante observar cómo dichos riesgos interactúan en el caso a caso y cómo influyen en la conducta desviada en contextos específicos. A partir de la comprensión de estos aspectos, el equipo en conjunto con el sujeto puede dirigir la intervención a favorecer el proceso de desistimiento. Lo anterior implica, evaluar cuáles son las prioridades del sujeto: metas, intereses y objetivos, en definitiva, cuáles son sus valores y qué los moviliza. En este sentido, es clave la identificación de fortalezas personales y fortalezas del entorno para construir el plan de intervención enfocado hacia el cambio.

La segunda implicancia se refiere al **rol de las relaciones en los procesos de desistimiento**. Es necesario poner énfasis en el potencial de las redes sociales en tanto recursos protectores y en tanto procesos implicados en la adaptación positiva a pesar de la adversidad (Mc Neill, 2009:20). Farrall plantea que las intervenciones deben poner el énfasis en la comunidad, en el contexto social y personal (McNeill, 2009) y no solo en el individuo y sus déficits. Señala que el problema es que muchas intervenciones se sitúan sólo en generar capital humano, por ejemplo, mejorar habilidades cognitivas o mejorar la empleabilidad, pero no generan capital social, el cual reside en las relaciones a través de las cuales se logra participación e inclusión social. (Mc Neil, 2009).

Al respecto, el principio general organizador de este enfoque es que la delincuencia es más probable que ocurra cuando el lazo del individuo con la sociedad se debilita.

De acuerdo a Robert Sampson y John Laub (2001) en la persistencia o desistimiento influyen factores sociales en las distintas etapas del desarrollo vital dependiendo del impacto que los dominios de control social, institucionales o estructurales tengan sobre el sujeto y su decisión de delinquir. Tales dominios de control social informal son distintos de acuerdo a la edad o la etapa de vida del sujeto. En la adolescencia, por ejemplo, se centrarán en los estilos de crianza (supervisión, contención, una disciplina consistente) y apego a los padres; inserción escolar y vinculación a los compañeros. Mientras que en la adultez, se centrarán en la pareja o la inserción laboral. En este sentido, las experiencias en la adolescencia y en la edad adulta pueden redirigir las trayectorias delictivas hacia la persistencia o el desistimiento.

En todas las etapas del ciclo de vida se pueden presentar “puntos de inflexión” cruciales para comprender los procesos de cambio, que serían importantes de considerar al momento de definir una intervención, que se asocian con:

- Nuevas situaciones que corten (knife off) con el pasado desde el presente.
- Nuevas situaciones que proveen supervisión y monitoreo, pero además nuevas oportunidades de soporte social y crecimiento.
- Nuevas situaciones para cambiar y estructurar actividades de la rutina
- Nuevas situaciones que proveen oportunidades de transformación de la identidad.

En función de lo anterior, se puede señalar que el proceso de intervención debiera orientarse tanto a fortalecer los recursos del individuo, como los recursos de su red, en particular, tanto los soportes sociales como los microsistemas de control social informal que se encuentran en los espacios “naturales” de interacción de los/as adolescentes. Para ello, la intervención debe ser multimodal y multisistémica y por lo tanto incorporar además distintos agentes de la intervención, dentro y fuera de la institución encargada de ejecutar la sanción.

La tercera implicancia alude a que se reconoce que **la relación de ayuda es un aspecto clave en la intervención, pues el interventor es un facilitador del cambio**. Mc Neill, señala que el desistimiento es un proceso

de ambivalencia y vacilaciones, por lo cual la habilidad del interventor para promover y sostener la motivación al cambio es clave para el trabajo efectivo con infractores de ley. Desde esta perspectiva, el interventor tiene un rol terapéutico, pues se espera que se involucre activamente en el proceso de cambio del sujeto.

Finalmente, la cuarta implicancia refiere a que **el proceso de desistimiento debe considerar la narrativa que tiene el sujeto con respecto a su identidad y el cambio**. Ya se ha señalado que tan importante es el cambio como el sentido y significado que el sujeto le otorga. En este sentido, Maruna y Farral distinguen desistimiento primario (el logro de un período sin cometer delitos, manteniendo la misma identidad), del desistimiento secundario (cambio subyacente en la identidad del sujeto, cambiando los elementos por los cuales se cataloga a sí mismo).

En consecuencia, Mc Neill plantea que para gestionar el cambio hacia el desistimiento, es fundamental saber cómo operan los procesos de cambio y establecer estrategias para fomentar la motivación y desarrollar recursos en el/la adolescente y en su entorno. Lo anterior se traduce en que el proceso de intervención requiere un adecuado tipo de relación que sustente el trabajo que se llevará a cabo y un conjunto de estrategias que permitan manejar resistencias, promover conductas pro-sociales y generar confianza para suscitar el proceso de cambio.

3.5. Enfoque de Gestión de Redes

El trabajo en red es un trabajo sistemático de colaboración y complementariedad entre los recursos locales en el ámbito territorial. Sin embargo, es más que una coordinación o un mero intercambio de información, es una articulación o enlace comunitario, colaborador, de forma estable y sistemática, que permite evitar descoordinaciones y potenciar así el trabajo conjunto.

En el caso de los/las adolescentes que han infringido ley penal, se encuentran en situaciones jurídicas y sociales que les impiden ingresar a las distintas redes sociales (al sistema educativo, salud, comunidad, entre otros). Esto muchas veces se transforma en un factor que potencia la ausencia de vínculos del o la adolescente respecto de los recursos socio comunitarios que pudiesen ser accesibles y facilitadores en la intervención.

Esta situación, de escasa o nula inserción en sectores claves o estratégicos genera por ejemplo, que el acceso a empleos sea de baja calificación y de limitada estabilidad, habitualmente sin protección previsional, con bajos salarios, permeabilidad a problemas de salud por no conocer las redes sanitarias y, experiencias negativas en y con el sistema educacional, que no aporta a la eventual adhesión. Así, el trabajo en y con las redes se presenta como una metodología con objetivos variados orientados a disminuir las brechas subjetivas entre los/as adolescentes y las redes sociales, para facilitar asertivamente el acceso a la oferta existente.

En concordancia con lo anterior, y de acuerdo a lo que un Programa de Libertad Asistida Especial debiera apuntar como intervención en este ámbito, se hace necesario distinguir dos estrategias del trabajo para crear, movilizar, dinamizar y fortalecer redes sociales:

1) La Intervención en Red

Es el tipo de intervención en red denominada Red Social Focal (RSF) definida como el sistema de conversación acción que se estructura en torno a un sujeto foco, o nodo, que puede ser una persona, una pareja, una familia, un grupo pequeño, una institución u organización, vale decir, entre los sujetos y los entornos más próximos y redes interinstitucionales de mayor envergadura (Martínez, V., 2006). Dicha red, es denominada también como egocéntrica y la intervención incluye acciones que implican contacto directo del profesional, vale decir, el Delegado que interviene con el/la adolescente o foco con el propósito de entregar distintos tipos de apoyo social, siendo relevante por parte de éste actor desarrollar un diagnóstico enfocado en las vinculaciones o significaciones de los entornos más próximos, así como también visualizar la necesidades de inclusión en una red mayor, siendo quien

articule dicha información y genere el seguimiento correspondiente en los procesos de inclusión a partir de los requerimientos y/o intereses del/la adolescente.

Estos apoyos se pueden resumir en los siguientes:

- Apoyo en crisis
- Apoyo psicológico (emocional, cognitivo)
- Apoyo instrumental (práctico, información)
- Apoyo cotidiano (social, integración)

En consideración a la eventual desconexión de las redes sociales por parte de una proporción de los/as adolescentes y de su entorno familiar - ya sea por el desconocimiento de éstas y/o por la desafección respecto de las mismas -, es de gran relevancia realizar “derivaciones” y/o “contactos” que aseguren la continuidad y coherencia en el proceso de intervención. Esto implica no sólo conocer el mapa de relaciones sociales que tiene el/la adolescente y/o su entorno inmediato, sino que también implica la generación de confianza y/o cercanías de éste/a respecto de la institucionalidad.

En este sentido, no es suficiente con describir los atributos o categorías a las que pertenece el/la adolescente (nivel de escolaridad, sexo, etnia, edad, religión, causa de ingreso, etcétera), se requiere además asegurar al máximo que el proceso de intervención no caiga en el vacío, mediante una simple derivación. Por ello, es importante conocer cuáles son los significados, la opinión-percepción, la experiencia de los/as adolescentes con el entorno social comunitario e institucional y, paralelamente, descubrir la existencia o no de potenciales redes de apoyo que pudiesen jugar en favor de la integración social.

2) La Práctica de Red

De acuerdo a lo planteado por Víctor Martínez, en el texto denominado “Modelo de Redes Sociales”, una práctica de red es aquella que interviene en una red de mediadores sociales, cuyo objetivo es generar contextos que posibiliten el desarrollo como sistema de conversación/acción para la intervención y distribución del apoyo social. Para que ello suceda, la práctica de red debe distribuirse entre los distintos actores que operan dentro del circuito de responsabilidad penal juvenil, siendo en primera instancia un primer operador o mediador de la práctica de red las Direcciones Regionales de Sename por medio de sus Directores Regionales y Coordinadores de Unidad de Justicia Juvenil o a través de los coordinadores intersectoriales y, en segunda instancia, quienes operan como Gestores de Redes dentro de programas, centros y proyectos.

Para ello es necesario hacer la distinción entre articulación interinstitucional y la práctica de redes socio-comunitarias. La articulación interinstitucional es el primer nivel de práctica de red que debe ser liderada desde las Direcciones Regionales de Sename, en tanto la práctica socio-comunitaria debe ser realizada por gestores de redes de las instituciones que se asientan y ejecutan su trabajo en el territorio.

Quiénes forman parte del primer nivel de práctica de red deben generar articulaciones estratégicas de sus nodos en lo interinstitucional, vale decir, con instancias formales públicas o privadas tales como Ministerios, Servicios Estatales, entre otros, buscando la fluidez de las relaciones que posibilite la canalización del apoyo hacia las personas o grupos.

Por otra parte, la Red Social Abierta (RSA) es el ámbito de trabajo de la Gestión de Redes del programa, en este caso de PLE, que refiere al conjunto de funciones centradas en la generación de vínculos y la información necesaria para que el equipo por una parte, establezca una mirada integral respecto de los requerimiento de la red social

frente a la población usuaria y, por otra parte, para que el profesional que trabaja directamente con el/la adolescente derive o establezca la oferta más idónea para cada caso en particular, como conclusión del diagnóstico de redes y de las indicaciones que surgen fruto del Plan de Intervención Individual. Para quienes desarrollen las funciones de gestión de redes en PLE, operarán como un “artesano de contextos” puesto que producen un “encaje” discursivo entre un equipo especializado de trabajo y los actores sociales, co-construyendo así un marco que otorga sentido a las acciones comunes (Martínez V., 2006).

En este sentido, una RSA puede producir por lo menos tres tipos de articulaciones entre “nodos”:

1. Una articulación intracomunitaria, buscando vincular nodos o actores pertenecientes al ámbito comunitario -entendido éste como el espacio de vida de los/as adolescentes. Los nodos en este caso son las organizaciones comunitarias.
2. Una articulación intrainstitucional, referido a cuando la red vincula nodos pertenecientes al ámbito de las organizaciones formales públicas y/o privadas, tales como municipios, consultorios, ONGs, entre otras.
3. Una articulación institucional-comunitaria, combina las dos primeras articulaciones señaladas, estos tres tipos de articulaciones pueden darse en forma separada (redes intersectoriales, redes comunitarias, etc.) o en forma simultánea y combinada.

Un tipo importante de las RSA lo constituyen las redes locales, tanto institucionales como comunitarias. Estas redes se cierran sobre un territorio dado que puede ser una comuna, un barrio, una población, un sector, entre otros.

La gestión de red, acción fundamental de la práctica de red, consiste en una secuencia programada de conversaciones con los actores pertenecientes al sistema formal tanto institucional como comunitario. Todo programa o proyecto que utilice la estrategia de redes debe iniciar su intervención con la gestión de red, pues los actores formales son piezas claves en el sistema de poder de los territorios, por lo tanto son vitales para el éxito o fracaso de una intervención.

En este sentido, es necesario pensar la RSA como una agregación de actores en torno a una práctica social específica de apoyo a los/as adolescentes y sus familias, lo que precisa de una negociación cooperativa o colaborativa de valores (significaciones) entre los actores que la componen, teniendo en cuenta la existencia de diferentes culturas y subculturas organizacionales en cuanto a cómo hacer y realizar las tareas. Ello puede dar lugar a escenarios de confrontación o competitividad, o bien de complementariedad y colaboración, dándole mayor o menor coherencia, mayor o menor dispersión a su práctica. Un ejemplo de ello se refleja cuando el perfil de adolescente infractor no calza con los perfiles con los que trabajan las instituciones que conforman las redes de apoyo, lo que dificulta las derivaciones que den continuidad a la intervención. Para este ejemplo, se revela la necesidad de una mejor comprensión del proceso de reinserción social y las responsabilidades que ello implica para la red.

En consideración a lo anterior, la práctica de red opera en dos sentidos:

1. Identificar, reforzar y construir convergencia discursiva (consensos)
2. Identificar, valorar y respetar la divergencia discursiva (disensos).

La convergencia discursiva constituye uno de los pilares sobre los que se edifica la red. Pero la divergencia discursiva es tan importante y necesaria como los es la convergencia, pues expresan identidades locales (institucionales, comunitarias y personales) y puntos de vistas situacionales asociados a diferentes puntos posicionales en un campo social determinado.

Como estrategia para la gestión de redes, se debe tener en cuenta que en ocasiones resulta más productivo promover las relaciones bilaterales con los actores -sin perjuicio de utilizar además eventos masivos de

sensibilización-. En este sentido, siempre será necesario ordenar los pasos para ir construyendo y luego consolidando los vínculos con las diversas instituciones sean comunitarias o institucionales, planteándose objetivos de corto y mediano plazo para el acercamiento interinstitucional.

Para que estos vínculos sean sostenibles y eficaces en el tiempo, es necesario generar espacios que promuevan la complementariedad en la labor, entendida como la capacidad de buscar los aspectos en que hay “interferencia de finalidades”, esto se refiere a las finalidades de los unos y de los otros y, a su vez, relacionarlas positivamente. Esto se basa en la interrelación pactada entre las diferentes actuaciones, lo que se consigue teniendo claro las competencias y funciones de cada profesional, servicio e institución. La articulación permitirá, entonces, que este trabajo sea coherente, fundamentado en principios, planteamientos metodológicos y orientaciones estratégicas similares o comunes.

Propiedad Intelectual MES



IV. ORIENTACIONES PARA EL EQUIPO EJECUTOR: ROL Y CARACTERÍSTICAS DEL PROFESIONAL COMO FACILITADOR DE PROCESOS

La mayoría de las experiencias de intervención ejecutadas con niños, niñas o adolescentes cuentan con un adulto que ejerce el rol de “facilitador”, que tiene la tarea de implementar acciones para que los sujetos avancen hacia los objetivos propuestos en su proceso de intervención individual. Este facilitador puede asumir diversas formas de actuación, pero lo que nos interesa es delimitar ese rol bajo el objetivo de sostenibilidad de las experiencias de intervención.

El facilitador será concebido como aquel profesional del equipo, responsable de ejecutar las intervenciones propuestas en el plan de intervención individual de cada sujeto, siendo la persona encargada de conducir y motivar las sesiones. Su principal función, es la de facilitar el desarrollo de los objetivos de cada una de las sesiones y módulos de intervención, a través de potenciar los factores protectores presentes en cada uno de los/las jóvenes.

Las actividades están concebidas para ser aplicadas por profesionales capacitados para aplicar este manual, y que cuenten con las competencias necesarias para el trabajo con adolescentes infractores.

En este sentido, partamos por caracterizar cómo debe ser ejecutado el rol de un facilitador de procesos de intervención con adolescentes:

- **Propicia la participación de todos:** las acciones, conductas y actitudes del facilitador deben permitir siempre que las interacciones entre los y las adolescentes se transformen en una relación horizontal y que cada participante se integre, sienta confianza, se reconozca con los demás miembros del grupo, en definitiva, que vaya desarrollando una autoestima positiva.
- **El facilitador es un educador:** es quien instala una situación de aprendizaje que permite que las y los adolescentes expresen su palabra e interactúen. Con su actitud de atención efectiva, de respeto hacia cada participante, de comprensión y aceptación, crea un clima propicio para que estos se expresen y generen aprendizajes en las situaciones y experiencia que provoca. Usa todos los aspectos de una actividad para generar aprendizajes que alientan la participación, utiliza las situaciones surgidas en la actividad, los aportes de los participantes, los acontecimientos de la comunidad, las noticias, etc. El facilitador es un educador en todo momento: antes, durante y después de la actividad.
- **Es un modelo a seguir:** las acciones educativas que realiza con los y las adolescentes en la actividad buscan, en algunos casos, suplir algunas falencias que traen los participantes por su condición o su socialización, es decir, persiguen proponer una nueva forma de relación entre las personas, entre adultos y adolescentes, entre los mismos adolescentes. El facilitador sirve de modelo ante los participantes, por lo tanto, debe ser congruente entre lo que dice y hace, ser directo y específico en sus intervenciones, cumplir con sus compromisos; ser honesto y respetuoso son cualidades esenciales.
- **El facilitador es un orientador:** si bien hay un conocimiento acumulado en los participantes y en el facilitador, este último es percibido como el experto. Por este motivo, es necesario no renunciar a este rol y entregar conocimientos y orientar a los y las adolescentes. Tiene un conocimiento técnico que debe poner a disposición

de los mismos, pero que debe ser matizado con los saberes de los y las adolescentes y esperar los tiempos propicios para explicitar estos conocimientos.

- **Sabe escuchar y preguntar:** el facilitador debe reconocer el derecho que tiene el/la adolescente a expresar su opinión y a intercambiar ideas con él o ella. Esta escucha es siempre activa y alejada de interpretaciones previas. También opera desde la pregunta, abriendo espacios para que los/as adolescentes construyan sus ideas y propuestas en base a interrogantes.
- **Siempre respeta a las generaciones jóvenes:** el facilitador debe reconocer a los/as adolescentes como iguales en cuanto seres humanos y, a la vez, distintos, en tanto son sujetos con una historia, una cultura, intereses y necesidades particulares. Debe aceptarlos como personas que sustentan derechos y son dignas de confianza.
- **Tener una comprensión empática:** el facilitador debe ser capaz de ponerse en el lugar de los/as adolescentes y, desde esa perspectiva, comunicar sus vivencias. Debe evitar emitir juicios de valor desde sus propios marcos de referencia y sus prejuicios.
- **Ser auténtico:** el facilitador debe ser capaz de expresar lo que le sucede cuando interactúa con los/as adolescentes, de transmitir confianza y mostrar apertura. El hecho de que exprese libremente sus sentimientos y emociones ayuda a los/as adolescentes a no fingir y tener una relación más transparente.

RECOMENDACIONES PARA EL FACILITADOR DEL PROGRAMA:

- Leer el manual con anticipación y responder a los objetivos de la actividad, principalmente adecuándose a los tiempos disponibles, necesidades de apoyo solicitado, y a la etapa del ciclo vital en la que se encuentran los participantes.
- Preparar cada sesión, ensayando la forma en que se va a desarrollar la actividad, revisando los ejemplos que va a utilizar.
- Organizar y gestionar los materiales a utilizar.
- Adecuar el espacio físico de acuerdo a los requerimientos de las actividades a ejecutar (se sugiere ordenar las sillas en círculo, sentándose el facilitador como un participante más).

V. MATRIZ DE OBJETIVOS

5.1 Matriz de objetivos “Manual de Intervención para el control de la agresividad y la violencia”

Módulo Nº 1: “Caracterización del comportamiento delictivo”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven cuenta con al menos una condena por comisión de delito. ✓ Estilo de vida criminal o anti convencional. ✓ No cree en las normas y la necesidad de su cumplimiento. ✓ Justificación de la actividad delictiva. ✓ El joven no acepta la conducta criminal, pero aun así está dispuesto a quebrantar las reglas cuando sea conveniente. ✓ Joven rechaza los valores de la sociedad. ✓ Joven verbaliza identidad delictual. ✓ Se rehúsa a seguir instrucciones por parte de la autoridad (padres, profesores, etc.) ✓ No busca ayuda, se muestra reacio a solicitar las intervenciones necesarias y no reconoce la necesidad de ayuda.		Que el/la joven sea capaz de tomar conciencia de su comportamiento delictivo y asuma una responsabilidad personal en el cambio de hábitos.	1. Evaluación del comportamiento delictivo.	✓ Que el/la joven identifique características presentes en su comportamiento antisocial/delictivo.	✓ El/la joven identifica características presentes en su comportamiento antisocial/delictivo.
			2. Características del comportamiento delictivo.	✓ Que el/la joven conozca las características del comportamiento delictivo y la importancia del cumplimiento de las normas jurídicas y sociales.	✓ El/la joven conoce el concepto de comportamiento antisocial/delictivo. ✓ El/la joven comprende la necesidad e importancia de las normas jurídicas y sociales. ✓ El/la joven conoce las consecuencias del incumplimiento de las normas sociales y jurídicas.
			3. Análisis funcional del comportamiento delictivo.	✓ Que el/la joven comprenda las conductas antisociales y analice pensamientos, emociones y conductas que tienen lugar en su desarrollo.	✓ El/la joven comprende lo que son las conductas antisociales a través de un análisis personal. ✓ El/la joven conoce cuales son los pensamientos, emociones y conductas anteriores a la comisión de un delito, durante la realización del mismo y después de haber delinquido. ✓ El/la joven logra una reflexión personal sobre sus propias cogniciones, emociones y conductas relacionadas con sus hechos delictivos.
			4. Motivación para el comportamiento delictivo.	✓ Que el/la joven comprenda cuales son los motivos que llevan a un adolescente a desarrollar un comportamiento antisocial/delictivo.	✓ El/la joven reconoce las motivaciones que llevan a un adolescente a desarrollar un comportamiento delictivo.
			5. Motivación al cambio.	✓ Que el/la joven comprenda la motivación al cambio, sus distintas etapas y objetivos como medio para alcanzar la superación del comportamiento antisocial/delictivo.	✓ El/la joven conoce el concepto de motivación al cambio, sus distintas etapas y objetivos. ✓ El/la joven considera en donde está y donde quiere llegar en relación a la motivación al cambio. ✓ El/la joven se compromete a conseguir distintos objetivos y metas que le ayuden a superar su comportamiento antisocial/delictivo.

Módulo N° 2: “Las emociones implicadas en la agresión”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven rechaza los valores de la sociedad. ✓ Joven tiene vínculos débiles con las redes convencionales (familia, educación, trabajo). ✓ Se rehúsa a seguir instrucciones por parte de la autoridad (padres, profesores, etc.) ✓ Ausencia de remordimiento cuando su comportamiento causa daño a los demás. ✓ Joven no es capaz de identificar emociones propias ni ajenas. ✓ Joven se angustia fácilmente.		Que el/la joven reconozca la importancia que tienen las emociones en el comportamiento delictivo, tanto el reconocimiento de las mismas como el aprendizaje de estrategias para mejorar el nivel de empatía y aprender a manejar la ansiedad.	1. Reconocimiento de emociones y su influencia en la agresión.	✓ Que el/la joven aprenda a reconocer e interpretar todo tipo de emociones (positivas/negativas) y como estas influyen en el comportamiento.	✓ El/la joven identifica las emociones positivas y negativas. ✓ El/la joven reconoce la influencia de las emociones en el comportamiento de las personas. ✓ El/la joven detecta situaciones donde la interpretación de las emociones son inadecuadas y su influencia en el desarrollo de comportamientos agresivos o antisociales.
			2. Practicando emociones positivas, el papel de la empatía.	✓ Que el/la joven desarrolle la capacidad de ponerse en el lugar del otro, pudiendo conocer así sus sentimientos, pensamientos y acciones.	✓ El/la joven conoce qué es la empatía, reconociendo los sentimientos, pensamientos y acciones de los demás.
			3. Ansiedad y su influencia en la agresión.	✓ Que el/la joven conozca cómo se relaciona la ansiedad con la agresión y cómo influye en la realización de actos agresivos.	✓ Joven conoce la relación entre ansiedad y agresión. ✓ Joven conoce el concepto de ansiedad y reconoce su manifestación a nivel cognitivo, emocional, físico y conductual. ✓ Joven identificar las causas de la ansiedad y en qué situaciones aparece con mayor probabilidad.
			4. Manejo de la ansiedad.	✓ Que el/la joven aprenda estrategias básicas para el control de la ansiedad en situaciones conflictivas o problemáticas.	✓ El/la joven conoce técnicas que le permiten manejar la ansiedad.

Módulo N° 3: “Control de emociones negativas”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven rechaza los valores de la sociedad. ✓ Pérdida de control ante la frustración o enojo. ✓ Joven cuando se enoja destruye, rompe cosas. ✓ Tiene rabietas. ✓ Uso abusivo del lenguaje en el trato con los demás (lenguaje hostil, violento y amenazante).		Que el/la joven sea capaz de identificar y caracterizar las respuestas emocionales de ira y el uso de estrategias para el control de la misma.	1. Ira y comportamiento agresivo: evaluación (I).	✓ Que el/la joven conozca el concepto de ira y su relación con el comportamiento delictivo, identificando las consecuencias en su comportamiento.	✓ El/la joven identifica la ira como una emoción negativa en función de su componente cognitivo, fisiológico y conductual. ✓ El/la joven reconoce el valor adaptativo de la ira y su relación con el comportamiento agresivo/delictivo. ✓ El/la joven identifica las posibles consecuencias que se deriven de distintas actuaciones ante una situación que provoca reacciones de ira.
			2. Ira y comportamiento agresivo, evaluación (II).	✓ Que el/la joven aprenda a detectar los pensamientos y emociones asociadas a la ira, siendo consciente a su vez, de las situaciones y factores que la desencadenan.	✓ El/la joven identifica los pensamientos y emociones asociados a la ira. ✓ El/la joven reconoce las situaciones que se asocian de forma más frecuente con la ira. ✓ El/la joven identifica las situaciones y factores desencadenantes de reacciones de ira.
			3. Estrategias para el control de la ira (I).	✓ Que el/la joven conozca y practique técnicas de control para el manejo y reducción de la ira.	✓ Joven practica diversas estrategias para el control de la ira. ✓ Joven reconoce la relación de dichas técnicas con la reducción de la ira. ✓ Joven identifica como el nivel de activación y de los pensamientos influye en nuestra forma de sentir y comportarnos cuando tenemos ira.
			4. Practicando estrategias para el control de la ira (I).	✓ Que el/la joven aplique estrategias de control de ira de forma simultánea y en diversas situaciones.	✓ El/la joven aplica estrategias de manejo de la ira.
			5. Practicando estrategias para el control de la ira (II).	✓ Que el/la joven sea consciente de las consecuencias de una reacción de ira, tanto para el mismo como para los demás y aprenda estrategias para su control.	✓ El/la joven identifica posibles situaciones desencadenantes de reacciones de ira. ✓ El/la joven aprende técnicas para el control de la ira.

Módulo N° 4: “Creencias que sustentan el comportamiento delictivo”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven dispuesto/a a quebrantar las reglas cuando sea conveniente. ✓ Joven rechaza los valores de la sociedad. ✓ Se rehúsa a seguir instrucciones por parte de la autoridad (padres, profesores, etc.). ✓ Ausencia de responsabilidad por sus acciones no se hace responsable por sus acciones. ✓ Joven valida y/o justifica la comisión de delito.	✓ El joven participa de las actividades programadas. ✓ El/la joven identifica pensamientos distorsionados y comportamientos asociados. ✓ El/la joven reconoce emoción -pensamiento- comportamiento en el acto delictual. ✓ El/la joven verbaliza comprender el papel de los pensamientos distorsionados en el desarrollo de comportamientos antisociales. ✓ El/la joven adquiere estrategias para la modificación de distorsiones cognitivas. ✓ El/la joven aplica estrategias de cambio de pensamiento distorsionado por otros más adaptativos pro sociales.	Que el/la joven comprenda la influencia de los pensamientos distorsionados en la agresión y aprenda a reestructurarlos por otros mas adaptativos.	1. Influencia de los pensamientos en el comportamiento.	✓ Que el joven comprenda la relación entre los pensamientos distorsionados y el comportamiento antisocial.	✓ El/la joven diferencia los pensamientos negativos/distorsionados, pensamientos positivos y pensamientos neutros, y sus consecuencias. ✓ El/la joven comprende la relación entre pensamientos distorsionados y comportamiento antisocial. ✓ El/la joven identifica las atribuciones que se hacen sobre distintas formas de comportarse y las consecuencias psicológicas que producen.
			2. Evaluación de pensamientos distorsionados.	✓ Que el/la joven conozca la relación entre pensamiento distorsionado y comportamientos antisociales.	✓ El/la joven comprende la relación entre los pensamientos distorsionados y el desarrollo de comportamientos antisociales.
			3. Consecuencias de los pensamientos distorsionados.	✓ Que el/la joven aprenda la importancia de los pensamientos y sus consecuencias en sí mismo y los demás.	✓ El/la joven aprende la importancia que tienen las consecuencias de lo que pensamos. ✓ El/la joven diferencia las consecuencias que tienen sus pensamientos a corto y a largo plazo. ✓ El/la joven aprender a valorar cómo afectan las consecuencias de sus pensamientos a sí mismos y a los demás.
			4. Modificación de pensamientos distorsionados (I).	✓ Que el/la joven adquiera habilidades para modificar distorsiones cognitivas, aprendiendo a identificar y cambiar sus pensamientos distorsionados relacionados con la conducta delictiva.	✓ El/la joven adquiere habilidades para modificar las distorsiones cognitivas. ✓ El/la joven aprender a identificar y a cambiar los pensamientos distorsionados que se relacionan con la conducta antisocial/delictiva. ✓ El/la joven generaliza y practica estrategias aprendidas a diversas situaciones.
			5. Modificación de pensamientos distorsionados (II).	✓ Que el/la joven adquiera habilidades para modificar sus distorsiones cognitivas, identificando y cambiando los pensamientos relacionados con la mantención del comportamiento delictivo.	✓ El/la joven adquiere habilidades para modificar los errores cognitivos más frecuentes. ✓ El/la joven identifica y cambia los pensamientos distorsionados relacionados con el comportamiento antisocial/delictivo. ✓ El/la joven práctica las estrategias aprendidas a través de diversas situaciones.

Módulo N° 5: “Modificación de hábitos agresivos”

28

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Justificación de la actividad delictiva. ✓ Joven rechaza los valores de la sociedad. ✓ Inicia actos de agresión física contra otros, pelear mucho o participar en acciones violentas. ✓ El joven cree que la agresión física es una forma de expresarse y de relacionarse con los demás.	✓ El joven participa de las actividades programadas. ✓ El/la joven verbaliza relación entre agresividad y desarrollo de comportamientos antisociales. ✓ El/la joven verbaliza pensamientos errados asociados a su historia vital. ✓ El/la joven identifique pensamientos distorsionados característicos de su conducta antisocial. ✓ El/la joven es capaz de realizar un mapa de ruta en la comisión de delitos y desarrollar mapas alternativos.	Que el/la joven analice el inicio y consolidación de sus actos delictuales desarrollando estrategias de cambio del comportamiento antisocial.	1. Caracterización del comportamiento agresivo: adquisición y desarrollo.	✓ Que el/la joven conozca el concepto de agresión, comprendiendo los procesos por los cuales se inicia y desarrolla el comportamiento agresivo.	✓ El/la joven conoce el concepto de agresión y su aplicación a delitos contra las personas y la propiedad. ✓ El/la joven comprende el proceso global mediante el cual se inicia y desarrolla un comportamiento agresivo. ✓ El/la joven analiza el proceso psicológico mediante el cual se inicia y desarrolla un comportamiento agresivo.
			2. Caracterización del comportamiento agresivo mantenimiento.	✓ Que el/la joven conozca el inicio, desarrollo y consolidación del comportamiento agresivo, planteando alternativas para romper con el desarrollo de las mismas.	✓ El/la joven reconoce que todo comportamiento, incluido el agresivo, tiene un inicio, un desarrollo y una consolidación o mantenimiento. ✓ El/la joven analiza la evolución del comportamiento agresivo desde su inicio hasta la actualidad. ✓ El/la joven plantea alternativas para romper las cadenas de conducta que conducen al desarrollo de comportamientos agresivos.
			3. Deshabitución del comportamiento agresivo (I).	✓ Que el/la joven reconozca situaciones intrapersonales e interpersonales asociadas al desarrollo del comportamiento antisocial/delictivo.	✓ El joven reconoce situaciones intrapersonales e interpersonales asociadas al comportamiento antisocial/delictivo. ✓ El joven analiza la conexión existente entre estas situaciones y el desarrollo de comportamientos antisociales/delictivos. ✓ El joven practica pensamientos y emociones alternativos al comportamiento antisocial/delictivo.
			4. Deshabitución del comportamiento agresivo (II).	✓ Que el/la joven sea capaz de identificar y analizar conductas de búsqueda del delito, generando nuevas alternativas de respuesta para consolidar un estilo de vida no infractor.	✓ El/la joven identifica y analiza conductas de búsqueda del delito. ✓ El/la joven se expone a situaciones asociadas con las conductas de búsqueda para generar nuevas alternativas de respuesta. ✓ El/la joven practica las conductas alternativas para consolidar un estilo de vida no infractor.

Módulo N° 6: “Personalidad y su influencia en la desviación social”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Justificación de la actividad delictiva. ✓ Joven está dispuesto/a a quebrantar las reglas cuando sea conveniente. ✓ Piensa que es superior a los demás. ✓ Se jacta constantemente de ser “choro”. ✓ El joven no tiene un buen manejo de la frustración, pierde la paciencia fácilmente, o tiende a actuar impulsivamente. ✓ Joven se reconoce intolerante.	✓ El joven participa de las actividades programadas. ✓ El/la joven verbaliza realísticamente autoimagen ajustada a su entorno personal y social. ✓ El/la joven valora positivamente las diferencias individuales. ✓ El/la joven identifica conductas propias impulsivas. ✓ El/la joven ejemplifica acciones para el control de la impulsividad. ✓ El/la joven identifica pensamientos, emociones y sensaciones fisiológicas en sensaciones límites. ✓ El/la joven vincula sensaciones agradables/límites con actividades que no conlleven elementos de riesgo.	Que el/la joven conozca aspectos de su personalidad y como esta se relaciona con la conducta delictiva, a fin de que pueda desarrollar aspectos que le ayuden a la modificación de su estilo de vida por uno más adaptativo a su entorno.	1. Auto concepto y autoestima (I).	✓ Que el/la joven pueda evaluar su imagen personal e identificar aquellas características que le hacen diferente a los demás.	✓ El/la joven se define a sí mismo tanto de forma positiva como negativa, describiendo sus características y cualidades. ✓ El/la joven analiza los sentimientos y emociones que se asocian con sus cualidades personales. ✓ El/la joven conoce pautas de control para pensamientos y emociones que se asocian con situaciones de autoestima negativa.
			2. Auto concepto y autoestima (II).	✓ Que el/la joven reconozca cualidades positivas de sí mismo y de los demás.	✓ El/la joven conoce estrategias sencillas para mejorar la autoestima. ✓ El/la joven reconoce cualidades positivas de él/ella mismo/a y de los demás..
			3. Impulsividad (I).	✓ Que el/la joven identifique y tome conciencia de los propios comportamientos impulsivos.	✓ El/la joven es capaz de detectar su propio comportamiento impulsivo.
			4. Impulsividad (II).	✓ Que el/la joven conozca estrategias para el control de la impulsividad.	✓ El/la joven conoce estrategias para el control de la impulsividad.
			5. Búsqueda de sensaciones (I).	✓ Que el/la joven identifique sensaciones límite asociadas a su contexto personal y social.	✓ El/la joven identifica sensaciones límites asociadas a su contexto personal y social.
			6. Búsqueda de sensaciones (II).	✓ Que el/la joven relacione sus sensaciones límite con actividades pro sociales.	✓ El/la joven conoce que se pueden obtener las mismas sensaciones con diferentes tipos de actividades.

Módulo N° 7: “Prevención recaídas y fortalecimiento del cambio”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven rechaza los valores de la sociedad. ✓ Joven en proceso de término de condena con mantención de conducta delictiva. ✓ Remite tener dificultades para poner atención, para completar actividades o hiperactividad. ✓ Inexistencia de participación en deportes, clubs u otro tipo de actividades organizadas y positivas. ✓ Jóvenes pasan demasiado tiempo en actividades poco constructivas (ejemplo, viendo tv, videos, fiestas, etc.)	✓ El joven participa de las actividades programadas. ✓ El/la joven identifica situaciones de riesgo de reincidencia. ✓ El/la joven identifica acciones que pudieren serle útiles para detener la comisión de delito. ✓ El/la joven se valora positivamente y se proyecta en actividades pro sociales. ✓ El/la joven realiza planes hipotéticos alejados de la comisión de delito.	Que el/la joven analice factores que pudieren inducir una recaída delictual y aprender a prevenirlas a través de un proyecto de vida alternativo pro social.	1. Prevención de recaídas, evaluación.	✓ Que el/la joven identifique situaciones de riesgo que podrían llevarle a una recaída.	✓ El/la joven identifica situaciones de riesgo de reincidencia en la comisión de delitos.
			2. Prevención de recaídas, intervención.	✓ Que el/la joven conozca y practique estrategias de prevención de recaída delictual.	✓ El/la joven identifica y practica estrategias para la prevención de la comisión de un delito.
			3. Conociéndome mejor a mí mismo.	✓ Que el/la joven establezca metas futuras integrando los elementos trabajados a lo largo del programa.	✓ El/la joven planifica metas futuras en diversas facetas de su vida personal.
			4. Como potenciar una vida alternativa a la agresión y a la violencia.	✓ Que el/la joven construya un proyecto de vida alternativo a la comisión de delitos.	✓ El/la joven realiza un proyecto de vida alejado de la comisión de delitos.

5.2 Dossier Manual de intervención para el control de la agresividad y la violencia.

Módulo Nº 1: “Caracterización del comportamiento delictivo”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Evaluación del comportamiento delictivo.	✓ Entrevista personal (versión extensa) ✓ Entrevista personal (versión abreviada). ✓ Cuestionario. ✓ Mi perfil. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
2. Características del comportamiento delictivo.	✓ Hoja de recursos “El proyecto” ✓ Hoja de recursos “Cuestionario” ✓ Hoja de recursos “definiciones” ✓ Hoja de recursos “Información resumida para el monitor” ✓ Hoja de recursos “Delincuente o no delincuente” ✓ Hoja de recursos “Auto-registro” ✓ Hoja de recursos “El adolescente de los clavos” ✓ Pauta de evaluación.	✓ Hojas blancas (una por participante) ✓ Lápiz ✓ Plumones y pizarra
3. Análisis funcional del comportamiento delictivo.	✓ Hoja de recursos “Análisis funcional de la conducta de Alejandro” ✓ Hoja de recursos “Mi conducta antisocial/delictiva” ✓ Hoja de recursos “Análisis de una conducta inadecuada” ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Pizarra y plumón ✓ Lápiz
4. Motivación para el comportamiento delictivo.	✓ Hoja de recursos “La motivación” ✓ Hoja de recursos “Tres historias de conductas antisociales” ✓ Hoja de recursos “Otros motivos” ✓ Hoja de recursos “Mis propios motivos” ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Pizarra y plumones ✓ Lápices
5. Motivación al cambio.	✓ Hoja de recursos Mi motivación al cambio. ✓ Hoja de recursos Mi compromiso. ✓ Pauta de evaluación.	✓ Pizarra y plumones ✓ Lápices

Módulo N° 2: “Las emociones implicadas en la agresión”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Reconocimiento de emociones y su influencia en la agresión.	✓ Hoja de recursos: Análisis de emociones ✓ Hoja de recursos: Reconociendo emociones ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Papelógrafo ✓ Lápiz ✓ PC y data (para presentación de fotografías)
2. Practicando emociones positivas, el papel de la empatía.	✓ Hoja de recursos: La empatía ✓ Hoja de recursos: Practicando la empatía ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Pizarra y plumones ✓ Autoadhesivos
3. Ansiedad y su influencia en la agresión.	✓ Hoja de recursos: ¿Qué es la ansiedad? ✓ Hoja de recursos: La montaña de la ansiedad ✓ Hoja de recursos: Una situación ansiosa ✓ Hoja de recursos: ¿Por qué se produce? ✓ Hoja de recursos: Reconociendo mis síntomas ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Hoja en blanco ✓ Pizarra y Plumón
4. Manejo de la ansiedad.	✓ Hoja de recursos: Análisis de la situación ✓ Hoja de recursos: Aprendiendo a respirar ✓ Hoja de recursos: Aprendiendo a relajarme muscularmente ✓ Hoja de recursos: Relajación mental ✓ Hoja de recursos: Controlando pensamientos ✓ Hoja de recursos: Aplicando estrategias para el control de la ansiedad ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Pizarra ✓ Plumón

Módulo N° 3: “Control de emociones negativas”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Ira y comportamiento agresivo: evaluación (I).	✓ Hoja de recursos: Reconociendo situaciones desencadenantes de respuestas de ira. ✓ Hoja de recursos: Aplicando el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ para analizar las reacciones de ira. ✓ Hoja de recursos: Autorregistro de reacciones de ira. ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
2. Ira y comportamiento agresivo, evaluación (II).	✓ Hoja de recursos: Cuestionario sobre situaciones desencadenantes de reacciones de ira ✓ Hoja de recursos: Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira ✓ Hoja de recursos: Analizando una de mis situaciones desencadenantes de reacciones de ira ✓ Hoja de recursos: Mis situaciones diarias de ira ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o Pizarra ✓ Plumones
3. Estrategias para el control de la ira (I).	✓ Hoja de recursos: Relajación mental ✓ Hoja de recursos: Pensamientos justificativos de situaciones hipotéticas de ira ✓ Hoja de recursos: Desarrollo de autoinstrucciones ante situaciones que provocan pensamientos negativos ✓ Hoja de recursos: Autorrefuerzos ante situaciones de ira con pensamientos negativos ✓ Hoja de recursos: Autorregistro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o Pizarra. ✓ Plumones.
4. Practicando estrategias para el control de la ira (I).	✓ Hoja de recursos: Aplicando estrategias para el control de la ira en dos situaciones hipotéticas ✓ Hoja de recursos: Aplicando estrategias para el control de la ira en mis situaciones desencadenantes de ira ✓ Hoja de recursos: Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o Pizarra ✓ Plumones
5. Practicando estrategias para el control de la ira (II).	✓ Hoja de recursos: Situaciones de ira que se dan en mi casa, con mis padres, hermanos y otros familiares. ✓ Hoja de recursos: Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis amigos o compañeros de clase, en clase y en actividades de ocio. ✓ Hoja de recursos: Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis profesores u otros adultos ✓ Hoja de recursos: Situaciones personales que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira. ✓ Hoja de recursos: Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control. ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones

Módulo N° 4: "Creencias que sustentan el comportamiento delictivo"

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Influencia de los pensamientos en el comportamiento.	✓ Hoja de recursos: Naturaleza de los pensamientos personales ✓ Hoja de recursos: Valorando pensamientos ✓ Hoja de recursos: Identificando pensamientos ✓ Hoja de recursos: Pensamientos distorsionados ✓ Hoja de recursos: ¿Cómo justificamos nuestra conducta? ✓ Hoja de recursos: Justificación del acto delictivo por el que estoy aquí ✓ Hoja de recursos: Registrando mis pensamientos negativos ✓ Hoja de recursos: Carta de María ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
2. Evaluación de pensamientos distorsionados.	✓ Hoja de recursos: Cuestionario sobre mi forma de pensar ✓ Hoja de recursos: Mi perfil personal de pensamientos distorsionados ✓ Hoja de recursos: Representación gráfica del círculo del pensamiento distorsionado ✓ Hoja de recursos: Ejemplo sobre un círculo de pensamiento reestructurado ✓ Hoja de recursos: Mi círculo del pensamiento distorsionado ✓ Hoja de recursos: Mi círculo del pensamiento reestructurado ✓ Hoja de recursos: Aplicando el círculo del pensamiento distorsionado al robo de José y Carlos ✓ Hoja de recursos: Aplicando el círculo del pensamiento reestructurado al robo de José y Carlos. ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
3. Consecuencias de los pensamientos distorsionados.	✓ Hoja de recursos: Consecuencias a corto plazo ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a largo plazo ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a corto plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a largo plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás ✓ Hoja de recursos: Más ejemplos de consecuencias ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a corto plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta. ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a largo plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta ✓ Hoja de recursos: Valorando las consecuencias a corto plazo del supuesto ✓ Hoja de recursos: Valorando las consecuencias a largo plazo del supuesto ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
4. Modificación de pensamientos distorsionados (I).	✓ Hoja de recursos: Aplicando los criterios para valorar pensamientos distorsionados ✓ Hoja de recursos: Reestructurando pensamientos distorsionados ✓ Hoja de recursos: Pasos a seguir para cambiar mis pensamientos distorsionados ✓ Hoja de recursos: Pasos a seguir para cambiar pensamientos distorsionados ✓ Hoja de recursos: Generalizando la modificación de pensamientos ✓ Hoja de recursos: Practicando pensamientos alternativos ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
5. Modificación de pensamientos distorsionados (II).	✓ Hoja de recursos: Practicando la detención de pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Otras posibilidades para controlar los pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Situaciones en las que puedo tener pensamientos distorsionados. ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones

Módulo Nº 5: “Modificación de hábitos agresivos”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Caracterización del comportamiento agresivo: adquisición y desarrollo.	✓ Hoja de recursos: Concepto de agresión ✓ Hoja de recursos: Aplicando el concepto de agresión ✓ Hoja de recursos: Caracterización del comportamiento agresivo ✓ Hoja de recursos: Características de mi comportamiento agresivo ✓ Hoja de recursos: ¿Cómo se aprende la agresión? ✓ Hoja de recursos: Consecuencias de la conducta agresiva ✓ Hoja de recursos: ¿Por qué se mantiene mi comportamiento agresivo? ✓ Hoja de recursos: ¿Por qué he aprendido a comportarme de forma agresiva? ✓ Hoja de recursos: Analizando contingencias de conductas agresivas ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
2. Caracterización del comportamiento agresivo mantenimiento.	✓ Hoja de recursos: Cómo se ha desarrollado mi conducta agresiva ✓ Hoja de recursos: Evolución de distintas conductas agresivas ✓ Hoja de recursos: Planteando conductas agresivas ✓ Hoja de recursos: Buscando alternativas a la agresión en una situación intrapersonal ✓ Hoja de recursos: Buscando alternativas a la agresión en una situación interpersonal ✓ Hoja de recursos: Buscando alternativas a la agresión para la conducta transgresora por la que estoy aquí ✓ Hoja de recursos: Generalizando el aprendizaje de búsqueda de alternativas ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
3. Deshabitución del comportamiento agresivo (I).	✓ Hoja de recursos “Mis situaciones intrapersonales e interpersonales de violencia” ✓ Hoja de recursos “Rompiendo la asociación entre situaciones y conductas antisociales” ✓ Hoja de recursos “Practicando un estilo de vida no infractor” ✓ Hoja de recursos “Me comprometo a realizar un cambio en mi estilo de vida” ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
4. Deshabitución del comportamiento agresivo (II).	✓ Hoja de recursos: Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales ✓ Hoja de recursos: Actividades de ocio prosocial ✓ Hoja de recursos: Mi compromiso personal para desarrollar actividades alternativas a la transgresión ✓ Hoja de recursos: Mapa del territorio donde viven los participantes (desarrollado por cada programa) ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Mapa de su barrio o comuna ✓ Lápices de colores

Módulo N° 6: "Personalidad y su influencia en la desviación social"

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Auto concepto y autoestima (I).	✓ Hoja de recursos "Definiéndome a mí mismo" ✓ Hoja de recursos "Analizando mis cualidades" ✓ Hoja de recursos "Así pienso, así me siento" ✓ Hoja de recursos "Pautas para sentirme mejor" ✓ Hoja de recursos "Trabajando mi autoestima" ✓ Hoja de recursos "Si yo fuera..." ✓ Hoja de recursos "El elefante encadenado" ✓ Hoja de recursos "Conociéndonos" ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones.
2. Auto concepto y autoestima (II).	✓ Hoja de recursos "Mis cualidades positivas" ✓ Hoja de recursos "Conociendo positivamente a los demás" ✓ Hoja de recursos "Cualidades positivas" ✓ Hoja de recursos "Repasando las cualidades" ✓ Hoja de recursos "Registrando cualidades" ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones.
3. Impulsividad (I).	✓ Hoja de recursos ¿Cómo respondo yo? ✓ Hoja de recursos "Valorando las consecuencias de un acto impulsivo y de un acto reflexivo" ✓ Hoja de recursos "Mi comportamiento impulsivo" ✓ Pauta de evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones.
4. Impulsividad (II).	✓ Hoja de recursos "Javier y sus conductas impulsivas" ✓ Hoja de recursos "Aplicando la reflexividad a mi vida" ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones.
5. Búsqueda de sensaciones (I).	✓ Hoja de recursos "Analizando las sensaciones" ✓ Hoja de recursos "Mis sensaciones" ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones.
6. Búsqueda de sensaciones (II).	✓ Hoja de recursos "Situaciones de riesgo" ✓ Hoja de recursos "Sensaciones límite con y sin riesgo" ✓ Hoja de recursos "Buscando alternativas sin riesgo" ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones.

Módulo N° 7: “Prevención de recaídas y fortalecimiento del cambio”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Prevención de recaídas, evaluación.	✓ Hoja de recursos ¿Cómo se produce una recaída? ✓ Hoja de recursos “Mi modelo de recaída” ✓ Hoja de recursos “Señales de riesgo y aviso en lo que pienso y siento” ✓ Hoja de recursos “Señales de riesgo y aviso en lo que hago” ✓ Hoja de recursos “Otras señales de riesgo y aviso” ✓ Hoja de recursos “Evitando recaídas” ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
2. Prevención de recaídas, intervención.	✓ Hoja de recursos ¿Cómo prevenir la recaída de Jorge? ✓ Hoja de recursos “Afrontando mis recaídas” ✓ Hoja de recursos “Estrategias para prevenir recaídas” ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
3. Conociéndome mejor a mí mismo.	✓ Hoja de recursos “Sintetizando el programa” ✓ Hoja de recursos “Resumen final” ✓ Hoja de recursos “Mi escalera” ✓ Hoja de recursos “Otras metas en mi vida” ✓ Pauta de Evaluación.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones
4. Cómo potenciar una vida alternativa a la agresión y a la violencia.	✓ Hoja de recursos ¿Qué puedo hacer? ✓ Hoja de recursos “Un chico como yo” ✓ Hoja de recursos “Mis metas en la vida” ✓ Hoja de recursos “Mis planes de futuro” ✓ Hoja de recursos “Mi compromiso final”	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Plumones

5.3 Matriz Manual de intervención en salud.

Módulo N° 1: “Salud física y mental”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivos	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven presenta problema de salud física y/o mental sin tratamiento. ✓ Joven no problematiza presencia de enfermedad física y/o mental. ✓ Joven no se encuentra inscrito en el sistema de salud.	✓ Joven problematiza presencia de enfermedad física y/o mental. ✓ Joven conoce red de atención de salud. ✓ Joven se encuentra inscrito en sistema de salud local.	Identificar necesidades de atención de salud física y/o mental del joven”	1. Necesidades de salud física y/o mental.	✓ Que el/la joven identifique sus necesidades para un tratamiento de salud físico y/o mental	✓ Joven identifica sus necesidades de tratamiento de salud físico y/o mental
			2. Beneficios de un tratamiento de salud adecuado.	✓ Que el/la joven conozca los beneficios de recibir un tratamiento de salud adecuado.	✓ Joven conoce los beneficios de recibir un tratamiento de salud. ✓ Joven reconoce la salud como un derecho universal.
		Promover el acceso de el/la joven a un tratamiento de salud física y/o mental.	3. Mapa red de salud.	✓ Que el/la joven conozca la red de salud que responda a sus necesidades de tratamiento.	✓ Joven conoce la red de salud que responde a sus necesidades de tratamiento.
			4. Acceso a atención de salud.	✓ Que el/la joven acceda a atención en un centro de salud física o mental, de acuerdo a sus necesidades.	✓ Joven accede a atención en un centro de salud física o mental, de acuerdo a sus necesidades.

Módulo N° 2: “Afectividad y sexualidad”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven presenta conductas sexuales de riesgo (parejas múltiples, actividad sexual sin protección, antecedentes de I.T.S., explotación sexual, entre otros).	✓ Joven cuenta con un desarrollo afectivo y sexual acorde a su etapa de ciclo vital (desde el enfoque de derecho). ✓ Joven presenta conductas de auto cuidado en materia de relaciones sexuales.	Favorecer en el/la joven el desarrollo de una afectividad responsable, acorde a la etapa de su ciclo vital.	1. Tipos de relaciones que establecemos a lo largo de la vida.	Que el/la joven identifique componentes presentes en las relaciones interpersonales afectivas.	Joven identifica componentes de las relaciones interpersonales afectivas.
			2. Relaciones basadas en el respeto versus relaciones abusivas.	Que el/la Joven identifique componentes presentes en relaciones basadas en el respeto versus relaciones abusivas.	Joven identifica componentes de las relaciones basadas en el respeto y las relaciones abusivas.
			3. Influencia de los estereotipos sociales en las relaciones.	Que el/la Joven identifique la influencia de los estereotipos sociales en las relaciones.	Joven identifica como influyen los estereotipos sociales en las relaciones.
			4. Elementos de una relación de pareja sana.	Que el/la Joven identifique elementos que deben estar presentes en una relación de pareja sana.	Joven identifica elementos de una relación de pareja sana.
			5. Influencia de los medios de comunicación.	Que el/la Joven reflexione sobre la influencia de los medios de comunicación en la sexualidad.	Joven identifica la influencia de los medios de comunicación en la sexualidad.
			6. Prejuicios y discriminación basados en género.	Que el/la Joven identifique prejuicios y discriminación basados en género.	Joven identifica prejuicios y discriminación basados en género.
			7. Estrategias orientadas a reducir la violencia y abuso sexual de género	Que el/la Joven conozca elementos para prevenir la violencia sexual de género y abuso sexual.	Joven identifica elementos para prevenir la violencia sexual de género y abuso sexual.
			8. La importancia de los derechos sexuales y reproductivos.	Que el/la Joven conozca sus derechos sexuales y reproductivos.	Joven conoce sus derechos sexuales y reproductivos.

			9. Los límites personales en el comportamiento sexual.	Que el/la joven conozca los límites que puede establecer en relación a su comportamiento sexual.	Joven establece límites en su comportamiento sexual.
			10. La importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja	Que el/la joven conozca la importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja.	Joven reconoce la importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja.
			11. Prevención del abuso sexual y la explotación sexual comercial.	Que el/la joven conozca formas de prevención del abuso y explotación sexual comercial.	Joven conoce formas de prevenir el abuso y explotación sexual comercial.
			12. Conociendo la red de salud.	Que el/la joven conozca recursos disponibles en la red de atención de salud.	Joven conoce recursos disponibles en la red de atención de salud.
			13. Estrategias de reducción de riesgo destinadas a prevenir embarazos no planificados y las ITS.	Que el/la joven conozca métodos de prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual ITS.	Joven conoce métodos de prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual ITS.
			14. Métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.	Que el/la joven conozca métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.	Joven conoce métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.
			15. Mitos y realidades del desarrollo sexual.	Que el/la joven identifique mitos y realidades sobre el desarrollo sexual.	Joven conoce mitos y realidades sobre el desarrollo sexual.

Módulo N° 3: “Vida saludable, libre de consumo de drogas”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Adolescente no presenta problematización del consumo de alcohol y/o drogas. ✓ Joven presenta conducta de riesgo de consumo de alcohol y/o drogas. ✓ Adolescente no reconoce consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol y/o drogas.	✓ Joven no presenta consumo de drogas. ✓ Presencia de motivación al cambio en etapa contemplativa. ✓ Problematicación del consumo de drogas. ✓ Joven presenta consumo de alcohol y/o drogas de bajo riesgo. ✓ Adolescente reconoce consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol y/o drogas.	Promover en el/la joven un estilo de vida saludable libre del consumo de alcohol y drogas.	1. Estilo de vida saludable.	Que el/la joven identifique elementos de un estilo de vida saludable.	Joven identifica concepto de estilo de vida saludable.
			2. Consecuencias del consumo de alcohol y/o drogas.	Que el/la joven reconozca las consecuencias negativas del consumo de alcohol y/o drogas.	Joven reconoce las consecuencias negativas del consumo de alcohol y/o drogas.
			3. Mitos y realidades del consumo de alcohol y/o drogas.	Que el/la joven conozca los mitos y realidades sobre el consumo de alcohol y/o drogas.	Joven identifica algunos mitos y realidades sobre el consumo de alcohol y/o drogas.
			4. Estrategias de afrontamiento y técnicas de relación.	Que el/la joven conozca estrategias de afrontamiento frente al consumo de alcohol y/o drogas.	Joven conoce estrategias de afrontamiento frente al consumo de alcohol y/o drogas.
		Favorecer el reconocimiento de las consecuencias negativas asociadas al consumo problemático de alcohol y/o drogas.	5. Patrones de consumo de alcohol y/o drogas.	Que el/la joven conozca las consecuencias de un consumo abusivo de alcohol y/o drogas.	Joven conoce consecuencias de un consumo abusivo de alcohol y/o drogas.
			6. Factores protectores y de riesgo asociados al uso de drogas en espacios recreativos.	Que el/la joven conozca factores protectores y de riesgos asociados al uso de drogas.	Joven conoce factores protectores y de riesgos asociados al uso de drogas.
			7. Consecuencias asociadas al consumo de alcohol y/o drogas.	Que el/la joven relacione las consecuencias del consumo de drogas en su proyecto de vida.	Joven relaciona las consecuencias del consumo de drogas en su proyecto de vida.

Módulo N° 4: “Motivación para el cambio”

42

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven presenta consumo problemático de drogas. ✓ Adolescente no presenta problematización del consumo de drogas (estadio pre convencional).	✓ Joven presenta interés de participar en intervenciones de motivación al cambio, por consumo de drogas.	Aumentar la disposición al cambio de el/la joven, para incorporarse a un programa de tratamiento por consumo de alcohol y/o drogas.	1. Reconocimiento de historial de conducta(s).	Que el/la joven reconozca historial de conducta(s) problema(as), asociadas al consumo de drogas.	Joven reconoce historial de conducta(s) problema(as), asociadas al consumo de drogas.
			2. Ejes motivacionales.	Que el/la joven reconozca los principales valores que lo identifican en su vida.	Joven reconoce los principales valores que lo identifican en su vida.
			3. Los otros significativos.	Que el/la joven identifique miembros de su red social como facilitadores del cambio y aquellos que mantienen o aumentan su conducta(s) problema(s).	Joven identifica miembros de su red social como facilitadores del cambio y aquellos que mantienen o aumentan su conducta(s) problema(s).
			4. Balance de costos y beneficios.	Que el/la joven evalúe lo perdido y lo ganado con la(s) conducta(s) problema(s) y la expectativa de ganancias y pérdidas con el cambio.	Joven evalúa lo perdido y lo ganado con la(s) conducta(s) problema(s) y la expectativa de ganancias y pérdidas con el cambio.
			5. Toma de decisiones.	Que el/la joven logre movilizarse hacia un estadio superior del cambio (contemplación, preparación o acción).	Joven se logra movilizar hacia un estadio superior del cambio (contemplación, preparación o acción).

Módulo N° 5: “Red de tratamiento de drogas”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven presenta consumo problemático de alcohol y/o drogas.	✓ Presencia de motivación al cambio en etapa contemplativa. ✓ Problematicación del consumo de alcohol y/o drogas.	Informar a el/la joven sobre la oferta de dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas”.	1. Red de centros de tratamiento.	Que el/la joven identifique los dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas, existentes en la red.	Joven identifica los dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas, existentes en la red.
			2. Centros de tratamiento.	Que el/la joven conozca la metodología de intervención y prestaciones de cada centro de tratamiento.	Joven conoce la metodología de intervención y prestaciones de cada centro de tratamiento.
		Promover el acceso y/o permanencia del el/la joven en programa de tratamiento de alcohol y/o drogas.	3. Compromiso.	Que el/la joven verbalice la motivación o necesidad de ingresar a un centro de tratamiento.	Joven verbaliza motivación o necesidad de ingresar a un centro de tratamiento.
			4. La rehabilitación por consumo de drogas.	Que el/la joven conozca beneficios que le proporciona un programa de tratamiento.	Joven conoce beneficios que le proporciona un programa de tratamiento.

5.4 Dossier Manual de intervención en salud.

Módulo N° 1: “Salud física y mental”

Actividades socio - educativas	Carpeta de recursos	Materiales
1. Necesidades de salud física y/o mental.	✓ Ficha antecedentes de salud. ✓ Test de Goldberg. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz
2. Beneficios de un tratamiento de salud adecuado.	✓ Video derecho a la salud. ✓ Video vida sana. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
3. Mapa red de salud.	✓ Power point “red de salud” ✓ Dptico Informativo (elaborado por cada programa en relación a la oferta de salud existente en el territorio). ✓ Hoja de recursos “red de salud” ✓ Video de refuerzo “Promoción de la salud” ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Hoja de cartulina de color ✓ Revistas para recortar ✓ Computador y parlantes ✓ Lápiz
4. Acceso a atención de salud.	✓ Power Point centros de salud. ✓ Cartilla informativa inscripción en centro de salud. ✓ Cartilla informativa atención médica en centros de salud. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes

Módulo N° 2: “Afectividad y sexualidad”

Actividades socio - educativas	Carpeta de recursos	Materiales
1. Tipos de relaciones que establecemos a lo largo de la vida.	✓ Power point, línea de vida. ✓ Set de cartas en blanco. ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz o plumón ✓ Computador y parlantes
2. Relaciones basadas en el respeto versus relaciones abusivas.	✓ Video Cambio de pilas (establecimiento de buenas relaciones). ✓ Video El Puente. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes ✓ Data show
3. Influencia de los estereotipos de género en las relaciones.	✓ Video Caricatura de los roles de género. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz o plumón ✓ Hoja en blanco ✓ Computador y parlantes ✓ Data show
4. Elementos de una relación de pareja sana.	✓ Video Elementos de una relación de pareja sana. ✓ Hoja de recursos. ✓ Guía de apoyo al facilitador. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápices. ✓ Computador y parlantes
5. Influencia de los medios de comunicación.	✓ Video ¿Qué es la sexualidad? ✓ Video Publicidades sexistas. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Papelógrafo ✓ Computador y parlantes ✓ Lápices ✓ Hojas en blanco
6. Prejuicios y discriminación basados en género.	✓ Video Estereotipos de género en la publicidad. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Plumones ✓ Papelógrafo ✓ Computador y parlantes
7. Estrategias orientadas a reducir la violencia y abuso sexual de género.	✓ Hoja de recursos: ¿Qué es la violencia? ✓ Video “me controlo lo normal” ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Papelógrafo o pizarrón para el/la profesional ✓ Papelógrafo para cada dupla ✓ Plumones para el/la profesional ✓ Plumones para cada dupla ✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
8. La importancia de los derechos sexuales y reproductivos	✓ Video ✓ Guía Pedagógica Amor Propio - Derechos Sexuales y Reproductivos para Adolescentes y Jóvenes. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes ✓ Data show

9. Los límites personales en el comportamiento sexual.	✓ Hoja recursos: ¿Acepto o no acepto estos comportamientos? ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Papelógrafo para cada grupo ✓ Tijeras para cada grupo ✓ Pegamento para cada grupo ✓ Lápices de tinta para cada grupo ✓ Lápiz
10. La importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja	✓ Hoja de recursos: Violencia sexual: ¿es o no es? ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Papelógrafo o pizarrón ✓ Plumón ✓ Lápiz
11. Prevención del abuso sexual y la explotación sexual comercial.	✓ Hoja de recursos: Preguntas para conversar sobre la explotación sexual comercial de NNA para el/la profesional ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Papelógrafo o pizarrón para el/la profesional ✓ Plumón para el/la profesional ✓ Papelógrafo para cada grupo ✓ Lápices de colores para cada grupo ✓ Lápiz
12. Conociendo la red de salud.	✓ Evaluación socio educativa.	✓ Papelógrafo ✓ Plumón ✓ Revistas ✓ Post- it. ✓ Tijeras ✓ Lápiz ✓ Hoja de Block tamaño oficio
13. Estrategias de reducción de riesgo destinadas a prevenir embarazos no planificados y las ITS.	✓ Hoja de recursos: La historia de Kevin y Danae para cada grupo. ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápices de tinta para cada grupo ✓ Computador y parlantes ✓ Lápiz
14. Métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.	✓ Video métodos anticonceptivos. ✓ Video salud reproductiva y uso de condón. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Computador y parlantes ✓ Lápiz
15. Mitos y realidades del desarrollo sexual.	✓ Set de tarjetas de mitos y realidades ✓ Video mitos y realidades de la sexualidad ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes

Módulo N° 3: “Vida saludable, libre de consumo de drogas”

Actividades socio - educativas	Carpeta de recursos	Materiales
1. Estilo de vida saludable.	✓ Power Point - Estilo de vida saludable ✓ Video estilo de vida saludable. ✓ Hoja de recursos, planificación semanal ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes.
2. Consecuencias del consumo de alcohol y/o drogas.	✓ Video “Realidades y consecuencias de una adicción”. ✓ Hoja de recursos “pauta de entrevista”. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Papelógrafo o pizarra ✓ Computador y parlantes
3. Mitos y realidades.	✓ Juego de tarjetas mitos y realidades. ✓ Video “mitos y creencias del consumo de drogas” ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Reloj ✓ Papelógrafo para anotar los puntajes (optativo grupal) ✓ Computador y parlantes
4. Estrategias de afrontamiento y técnicas de relajación.	✓ Power point ¿qué es la relajación? ✓ Video, técnicas para relajarse ✓ Video meditación guiada para relajar y liberar tensiones ✓ Evaluación socio educativa	✓ 1 Lápiz ✓ 1 Hoja de block ✓ Témpera ✓ Toalla Nova ✓ Computador y parlantes
5. Patrones de consumo de alcohol y/o drogas.	✓ Video “Chile es el primero de Latinoamérica en consumo de alcohol” ✓ Video “La muerte ronda las fiestas de los jóvenes ” ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
6. Factores protectores y de riesgo asociados al uso de drogas.	✓ Video “factores de riesgo y de protección” ✓ video “Los peligros del carrete juvenil” ✓ Video “realidades y consecuencias de una adicción”. ✓ Pauta de entrevista. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
7. Consecuencias asociadas al consumo de alcohol y/o drogas.	✓ Video la calle ✓ Hoja de recursos ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes

Módulo N° 4: “Motivación para el cambio”

48

Actividades socio - educativas	Carpeta de recursos	Materiales
1. Reconocimiento de historial de conducta(s).	✓ Manual “Intervención motivacional con infractores” ✓ Instrumento dep-ado. ✓ Pauta de tipificación de consumo (Anexo N° 1, págs. 16). ✓ Pauta de compromiso biopsicosocial (Anexo N° 2, pág. 17). ✓ Instrumento Sócrates 8d (Anexo N° 3, pág. 18 -23) ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Hoja blanca
2. Ejes motivacionales.	✓ Manual “Intervención motivacional con infractores” ✓ Juego de cartas sobre valores. ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Hoja de papel ✓ Computador y parlantes
3. Los otros significativos.	✓ Manual “Intervención motivacional con infractores” ✓ Hoja de trabajo “yo manejo” (Anexos N° 6 y 7, págs. 28 y 29). ✓ Hoja de trabajo “Mi Mapa Social” ✓ Video de refuerzo “El carrete”. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz grafito ✓ Lápices de colores
4. Balance de costos y beneficios.	✓ Manual “Intervención motivacional con infractores” ✓ Hoja de trabajo “Mi Balance Decisional” ✓ Video motivacional ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápices de color rojo, verde y azul ✓ Computador y parlantes
5. Toma de decisiones.	✓ Manual “Intervención motivacional con infractores” ✓ Instrumento SOCRATES 8D (Anexo N° 3, págs. 18 -23) ✓ Escala de disposición (Anexo N° 9 del manual, pág. 31) ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz

Módulo N° 5: “Red de tratamiento de drogas”

Actividades socio - educativas	Carpeta de recursos	Materiales
1. Red de centros de tratamiento.	✓ Mapa de redes, hoja tamaño oficio. ✓ Dúptico red de centros de tratamiento ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.	✓ 1 lápiz ✓ Lápices de colores
2. Centros de tratamiento.	✓ Video “tratamiento para el consumo de drogas” ✓ Video “comunidad terapéutica fuente de agua viva” ✓ Video “comunidad terapéutica el sendero de paternitas” ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
3. Compromiso.	✓ Video “desafiando gigantes” ✓ Hoja de recursos ✓ Pauta de tamizaje ✓ Compromiso ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
4. La rehabilitación por consumo de drogas.	✓ Video “la verdad sobre las drogas” ✓ Video “testimonios de adolescentes consumidores de drogas en rehabilitación” ✓ Hoja de recursos ✓ Evaluación socio educativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes

5.5 Matriz Manual de intervención con personas y entornos significativos.

Módulo N° 1: “Apoyo relacional”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Ruptura de vínculo entre joven y progenitores. ✓ Permisividad y tolerancia de la conducta agresiva del joven. ✓ Disciplina inconsistente, inefectiva y demasiado laxa o demasiado severa. ✓ Estilo parental autoritario y uso excesivo del castigo. ✓ Problemas de comunicación familiar. ✓ Utilización de la violencia en el hogar para resolver los conflictos familiares. ✓ Carencia de afecto, apoyo e implicación de los padres. ✓ Familia monoparental (unido a crianza inapropiada). ✓ Familia numerosa e incompetencia parental.	✓ Cuenta con apoyo de un adulto significativo en su proceso de intervención en el programa. ✓ Estilo educativo que combina una buena calidez emocional, estructuración y alta expectativa de logro. ✓ Cuenta con un modelo del mismo sexo. ✓ Existencia de vínculo afectivo entre joven y a lo menos un progenitor. ✓ Adecuado establecimiento de normas y límites. ✓ Disciplina consistente y efectiva. ✓ Existencia de adecuados canales de comunicación familiar. ✓ Adecuada resolución de conflictos.	Promover el rol de apoyo y acompañamiento del adulto significativo, en el proceso de reinserción social de el/la joven.	1. Apoyo familiar para la reinserción.	✓ Que el adulto significativo inicie su relación con el programa en su rol de apoyo y acompañamiento al proceso de reinserción social de el/la joven.	✓ Establece compromiso de apoyo y participación en las actividades que le sean convocadas en su rol de acompañamiento a el/la joven.
			2. Evaluación de competencias parentales.	✓ Que el/la adulto significativo pueda visibilizar sus competencias parentales para relacionarse con el joven a su cargo, identificando fortalezas y debilidades.	✓ Reconoce sus competencias parentales, identificando fortalezas y debilidades en su desempeño. ✓ Identifica principales necesidades de intervención para el desarrollo de competencias parentales.
			3. Empezar a conocernos.	✓ Que el adulto significativo inicie una relación con el programa y participantes de las actividades grupales, a fin de establecer un compromiso de apoyo y participación en las actividades convocadas.	✓ Establece junto a otros miembros del grupo los acuerdos necesarios para el buen funcionamiento del taller, relacionados tanto con aspectos prácticos (horario, lugar, puntualidad, etc.) como con la confidencialidad de la información y el respeto por las experiencias de cada persona del grupo.
			4. Genograma familiar.	✓ Que el/la adulto significativo pueda visualizar la conformación de su familia y sus relaciones hasta por lo menos tres generaciones.	✓ Visualiza la conformación de su familia y sus relaciones.

✓ Ser el hijo más pequeño (o de los más pequeños) en el contexto de familias numerosas. ✓ Bajos ingresos familiares, dependencia social. ✓ Madre del joven, presentó embarazo adolescente. ✓ Alcoholismo (o drogadicción) de los padres. ✓ Trastornos mentales en miembros de la familia. ✓ Padres delincuentes.	✓ Transmisión de afecto, apoyo e implicación de los padres. ✓ Familia biparental. ✓ Recursos económicos suficientes para la mantención familiar. ✓ El grupo familiar no valida la conducta delictual de el/la adolescente. ✓ Realiza acciones de acompañamiento al joven en espacios de reinserción social.		5. Historia familiar.	✓ Que el adulto significativo reconozca la influencia de la familia en la que fue criado, en la forma de ser y de mirar el mundo actualmente.	✓ Reconoce la influencia de la familia en la que fue criado en la forma de ser y de mirar el mundo actualmente. ✓ Reflexiona en torno a vivencias significativas de la propia infancia que hayan influido en su forma actual de ser padre o madre (positivas y negativas). ✓ Identifica aspectos que quisiera cambiar en su forma actual de ser papá y mamá.
			6. Valoración de la familia.	✓ Que el adulto significativo reflexione sobre la historia y características de la familia actual y sobre los mitos que existen en relación al concepto de familia o familia ideal, con el objetivo de potenciar la valoración positiva de la propia estructura familiar.	✓ Identifica el concepto de familia, reconociendo los diversos tipos que existen. ✓ Reconoce fortalezas y debilidades de la propia familia actual. ✓ Conoce y reflexiona sobre las necesidades que una familia debe satisfacer en cada uno de sus miembros.
			7. El día que me convertí en papá o mamá.	✓ Que el adulto significativo recuerde las primeras vivencias en torno a su paternidad y maternidad.	✓ Recuerda aspectos de la propia historia y de las diferentes emociones relacionados con la llegada del primer hijo.

Módulo Nº 2: “Competencias parentales”

52

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Carece de herramientas para el adecuado desempeño de su rol parental. ✓ Experiencias de malos tratos en la infancia de los padres que no han sido elaboradas y repercuten en el desarrollo de un vínculo favorable con el joven. ✓ Presencia de reacciones impulsivas para controlar situaciones emocionales exageradas e imprevistas. ✓ Expresión de un mal manejo de sus sentimientos y emociones. ✓ Ausencia o ambivalencia en el afecto y contacto del adulto responsable o referente significativo con el/la joven.	✓ Desarrollo de un vínculo de apego seguro entre el adulto responsable con el/la joven. ✓ Capacidades y recursos para manejar las consecuencias de sus propios malos tratos en la infancia. ✓ Capacidad para reaccionar a las tensiones y al estrés de la función parental. ✓ Cuenta con recursos para manejar su impulsividad en el desempeño de su rol. ✓ Expresa afectos y emociones positivas a el/la joven. ✓ Existe reconocimiento mutuo, entre el adulto responsable o referente significativo y el/la joven. ✓ Joven logra percibir su mundo familiar como un espacio seguro ✓ Utiliza el establecimiento de retos para estimular los logros de sus hijos.	Fortalecer o desarrollar en el adulto significativo las competencias parentales necesarias para un adecuado ejercicio de su rol, contribuyendo a la disminución de factores de riesgo que inciden en la conducta transgresora de el/la joven.	1. Vínculo parental.	✓ Que el adulto responsable o referente significativo comprenda la importancia de establecer un vínculo afectivo con el/la joven.	✓ El o la adulto reconoce la importancia de establecer un vínculo afectivo con el/la joven.
			2. Identificación de emociones.	✓ Que el adulto significativo logre reconocer sus emociones y las de los demás.	✓ Cuenta con mayores elementos para reconocer sus emociones y las del joven.
			3. Expresión de sentimientos.	✓ Que el adulto significativo, conozca la importancia de la expresión del afecto de los padres hacia los hijos, y el impacto en la autoestima de los jóvenes.	✓ Reconoce la propia forma que tiene de expresar los afectos. ✓ Valora el rol de la expresión del cariño para el desarrollo de la autoestima de sus hijos e hijas. ✓ Reconoce la importancia de contener las emociones de los hijos.
			4. Construcción de autoimagen.	✓ Que el adulto responsable, reconozca la importancia que tiene en la construcción del autoconcepto del joven.	✓ Conoce concepto e importancia de la autoimagen positiva. ✓ Logra realizar algún reconocimiento y estímulo de logros al joven.
			5. Comunicación	✓ Que el adulto responsable, conozca herramientas para establecer canales de comunicación con el/la joven en un ambiente de escucha mutua y respeto.	✓ Conoce herramientas para el establecimiento de una comunicación más eficaz con el/la joven. ✓ Pone en práctica elementos para mejorar la comunicación con el/la joven.

✓ No utiliza el reconocimiento ni la gratificación por los logros obtenidos por el/la joven. ✓ No utiliza el establecimiento de retos para estimular los logros del joven. ✓ Discursos negligentes o que subestiman las capacidades de el/la joven. ✓ No existen canales de comunicación entre el adulto y el/la joven. ✓ Se establece un estilo de comunicación ineficaz, con faltas de respeto, sin prestar atención, crítica permanente, etc. ✓ Normas y límites no son respetados ni valorados por el/la joven. ✓ No existe supervisión ni control de las conductas de el/la joven. ✓ No existe un sistema de normas y límites claros. ✓ Utiliza mecanismos de resolución de conflictos de manera violenta o no asertiva.	✓ Utiliza el reconocimiento y la gratificación por los logros obtenidos por el/la joven. ✓ Discursos motivadores que resaltan las capacidades de el/la joven. ✓ Se establece un estilo de comunicación fluida y positiva. ✓ Escuchar atentamente y demostrar preocupación por lo que le pasa a el/la joven. ✓ Existencia de normas y límites claros, que son respetados y valorados por el/la joven. ✓ Existe supervisión y control de las conductas de el/la joven. ✓ Utiliza mecanismos de resolución de conflictos de manera no violenta o asertiva. ✓ Capacidad para encontrar una solución interna o negociada con el/la joven a los problemas. ✓ Capacidad de responder a las necesidades básicas y especiales del joven (salud, alimentación, educación, socialización, vestuario, etc.)		6. Normas y límites familiares.	✓ Que el adulto significativo, conozca la importancia y necesidad de poner límites a los hijos durante el proceso de crianza y los diferentes estilos de disciplina que tienen los padres para hacerlo.	✓ Conoce y reflexiona sobre las condiciones básicas de una disciplina efectiva. ✓ Distingue su propio estilo disciplinario predominante, revisando sus ventajas y desventajas. ✓ Realiza monitoreo de las actividades del joven, supervisando y colocando normas y límites.
			7. Resolución de conflictos.	✓ Que el adulto responsable conozca estrategias para la resolución no violenta de conflictos, el control de la impulsividad y autorregulación de la conducta del joven.	✓ Conoce herramientas para la resolución no violenta de conflictos. ✓ Identifica efectos positivos del control de la impulsividad y autorregulación de la conducta.
			8. Etapas del desarrollo.	✓ Que el adulto responsable o referente significativo aprenda a reconocer y dar respuesta a las necesidades del desarrollo de el/la joven de acuerdo a la etapa del ciclo vital en la que se encuentra.	✓ Reconoce características y necesidades del desarrollo de el/la joven de acuerdo a la etapa del ciclo vital en la que se encuentra.
			9. Cada hijo un nuevo desafío.	✓ Que el adulto significativo identifique la diversidad en la crianza de los hijos en las distintas etapas de la vida, las diferencias de género y necesidades especiales.	✓ Reconoce diferencias entre sus hijos y la importancia de responder en forma diversa a sus necesidades o formas de ser. ✓ Reflexiona en torno a las diferencias de crianza en niños y niñas.
			10. Participación social.	✓ Que el adulto responsable se informe sobre recursos existentes en las redes sociales, en las cuales pueda participar y solicitar recursos o beneficios.	✓ Conoce recursos disponibles en la red social ✓ Utiliza recursos de la red social.

✓ Incapacidad para encontrar una solución interna o negociada con el/la joven a los problemas. ✓ Ha incurrido en episodios de negligencia y/o violencia. ✓ Incapacidad de responder a las necesidades básicas y especiales del joven (salud, alimentación, educación, socialización, vestuario, etc.). ✓ Pobre desarrollo de la capacidad de empatía con el/la joven. ✓ No participa en red social natural, incluyendo familia extensa. ✓ No utiliza recursos existentes en la red social. ✓ No cuenta con habilidades para funcionar en redes sociales. ✓ No demuestra interés ni conocimiento de las experiencias y actividades desarrolladas por el joven. ✓ No realiza acompañamiento ni apoyo al joven, en espacios de reinserción social.	✓ Adecuado desarrollo de la capacidad de empatía con el/la joven. ✓ Habilidad para solicitar y beneficiarse de los servicios y ayuda profesional ✓ Adecuado nivel de cooperación con la red institucional. ✓ Favorable participación en su red natural, incluyendo su familia extensa. ✓ Demuestra interés y conocimiento de las experiencias y actividades desarrolladas por el joven. ✓ Demuestra apoyo e interés en las actividades desarrolladas por el joven en espacios de reinserción social.				

Módulo N° 3: “Conductas de riesgo en la adolescencia”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Desconoce elementos asociados al consumo problemático de alcohol y drogas. ✓ No cuenta con herramientas para realizar acciones de educación sexual al joven. ✓ No reconoce conducta violenta del joven como problemática. ✓ No realiza seguimiento, ni apoyo de las actividades escolares del joven. ✓ Carece de recursos educativos para cumplir su función socializadora y educativa con el joven. ✓ Valida la conducta transgresora del joven y no asume responsabilidad como cuidador. ✓ Desconocimiento de recursos para ayudar al alejamiento de la actividad delictual del joven.	✓ Cuenta con elementos para detectar consumo problemático de alcohol y drogas. ✓ Cuenta con herramientas para realizar acciones de educación sexual al joven. ✓ Identifica conducta violenta del joven como problemática. ✓ Realiza acciones de seguimiento y apoyo de las actividades escolares del joven. ✓ Cuenta con un nivel educacional que le permite cumplir su función socializadora y educativa con el joven. ✓ Utiliza recursos familiares para promover el alejamiento de la actividad delictual del joven.	Fortalecer o desarrollar en el adulto significativo conductas preventivas frente a situaciones de riesgo presentes en la etapa del ciclo vital de el/la joven.	1. Temas difíciles de hablar	✓ Que el adulto significativo comprenda la importancia del rol de los padres en informar y formar adecuadamente a sus hijos, en temas difíciles de tocar en la familia como la sexualidad, el sida, o el consumo de drogas.	✓ Reconoce dificultades para hablar de ciertos temas con los hijos. ✓ Valora la importancia de conversar con los hijos y darles información como forma de prevención. ✓ Conoce elementos básicos para enfrentar estas conversaciones de manera más segura.
			2. Familia y consumo de drogas.	✓ Que el adulto significativo reflexione acerca de la importancia de la familia como factor protector frente al consumo de drogas. ✓ Que el adulto significativo identifique algunos factores de protección y de riesgo del medio que influyen en el consumo de drogas.	✓ Reconoce la importancia de la familia como factor protector frente al consumo de drogas. ✓ Identifica algunos factores de protección y de riesgo del medio que influyen en el consumo de drogas.
			3. Prevención del consumo de drogas	✓ Que el adulto significativo descubra algunas características del consumo inicial o experimental de drogas. ✓ Que el adulto significativo conozca el concepto de «dependencia del consumo de drogas» y el proceso de convertirse en dependiente.	✓ Conoce algunas características del consumo inicial o experimental de drogas. ✓ Conoce el concepto de «dependencia del consumo de drogas» y el proceso de convertirse en dependiente.

✓ No asume responsabilidad ni compromiso con proceso de intervención del joven en el programa.	✓ Asume responsabilidad y compromiso con proceso de intervención del joven en el programa.		4. Familia y dependencia	✓ Que el adulto significativo conozca características asociadas al consumo problemático de drogas.	✓ Identifica características de familias con problemas de consumo. ✓ Identifica factores protectores del consumo familiar de drogas.
			5. Educación sexual	✓ Que el adulto significativo cuente con elementos para asumir la responsabilidad de entregar orientación sexual a los hijos/as.	✓ Conoce algunos elementos para entregar orientación sexual a sus hijos/as.
			6. Falsas creencias sobre la educación sexual.	✓ Que el adulto significativo identifique las falsas creencias sobre la educación sexual a los hijos/as.	✓ Conoce falsas creencias sobre la sexualidad.

Módulo N° 4: “Paternidad/maternidad responsable”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Presencia de sentimientos de negación del embarazo y/o deseo de abortar. ✓ No aceptación del embarazo y sentimientos de frustración o fracaso. ✓ Limitación de posibilidades de alcanzar un mayor nivel educativo. ✓ Abandono escolar con mayor reiteración en las mujeres. ✓ Mujeres que asumen principalmente responsabilidad en el cuidado del niño y trabajo doméstico. ✓ Jóvenes padres que deben trabajar y proveer recursos económicos a su hijo/a. ✓ Dificultades para compatibilizar diversas funciones que limitan su adecuado desempeño parental. ✓ Acceso a trabajos precarios debido a baja capacitación y nivel de escolaridad.	✓ Aceptación de la responsabilidad parental. ✓ La no existencia de una noción de frustración o fracaso. ✓ La favorable construcción de identidad de ser padres y madres en función de un otro significativo. ✓ Visualizar la paternidad como fuente de autoestima, los hombres por medio de la confirmación de su autoridad y respeto al interior de la familia y las mujeres se sienten más valoradas en su rol de madre preocupada y responsable. ✓ Embarazo evaluado como dando sentido a su vida, la posibilidad de ser alguien y la esperanza de tener un futuro mejor. ✓ Noticia del embarazo provoca cambios personales importantes en sus vidas, como portarse mejor, tener menos conflictos, etc.	Fomentar la paternidad y maternidad responsable a través de la sensibilización y concientización de el/la joven, respecto a sus derechos y obligaciones como padres y madres para disminuir los efectos negativos que desfavorecen su ejercicio.	1. Un recado para ti: “vas a ser papá/ mamá.	✓ Que el/la joven conozca los elementos que configuran una paternidad/ maternidad responsable.	✓ Participante verbaliza la importancia del rol que debe cumplir en la vida de su hijo/a. ✓ Participante manifiesta la voluntad de asumir responsablemente las funciones propias del cuidado de un hijo/a pequeño.
			2. El día que me convertí en papá/ mamá”	✓ Que el/la joven conozcan los elementos que configuran una paternidad/ maternidad responsable.	✓ Participante verbaliza características presentes en su ejercicio de rol parental/marental. ✓ Participante manifiesta compromiso en torno a realizar alguna/s función/es en torno al ejercicio de su maternidad/paternidad.
			3. Hombre cuidando a un niño, mujer cuidando a una niña.	✓ Qué él/la joven adquiera herramientas para ejercer una paternidad responsable.	✓ Participante verbaliza importancia en torno al rol que cumple como padre/madre. ✓ Participante reflexiona en torno a estereotipos de género en la crianza.
			4. Compartir responsabilidades en la crianza	✓ Qué él/la joven adquiera herramientas para ejercer una paternidad/ maternidad responsable.	✓ Participantes cuestionan roles estereotipados en las labores de crianza de los/as hijos/as. ✓ Participantes analizan su participación en las labores de crianza de sus hijos/as. ✓ Participantes verbalizan motivación para compartir las labores de crianza de los/as hijos/as.
			5. Desarrollo de los derechos de los niños/niñas.	✓ Que el/la joven conozca los derechos de los niños, niñas y adolescentes y como ejercerlos a través de una paternidad o maternidad responsable.	✓ Conoce el concepto de derechos del niño, niña y adolescentes. ✓ Conoce algunos derechos de los niños, niñas y adolescentes y como ejercerlos.

✓ Precariedad laboral, tiende a perpetuar patrón de vulnerabilidad. ✓ No poder cumplir con el desempeño del rol parental, puede llevar a una crisis de identidad con riesgos como el abandono de la pareja y los hijos o la generación de conductas violentas. ✓ Vida de pareja infeliz y de frustración. ✓ Stress parental de el/la joven, en que se pueden manifestar abuso de sustancias, violencia y otros comportamientos negativos. ✓ Distanciamiento con la familia de origen. ✓ Distanciamiento con el grupo de amigos debido a las diferencias en la situación de vida, intereses y responsabilidades. ✓ No contar con apoyo familiar para cuidar al niño, lo que origina sentimientos de frustración.	✓ Ver la paternidad con un sentido de compromiso, responsabilidad, comprensión y madurez hacia la crianza de los hijos. ✓ Actitud positiva hacia el estudio, proyectándose en continuar o retomar sus estudios para brindarle un mejor futuro a su hijo. ✓ Permanencia educacional avalada por el apoyo familiar con que cuenta el/la joven. ✓ Cuenta con apoyo familiar para cuidar al niño, lo que fomenta su nueva responsabilidad. ✓ Presenta motivación por contar con mayores posibilidades laborales a futuro, a fin de brindarle un mejor pasar a su hijo. ✓ Acercamiento del futuro padre/madre a la familia extendida y a los amigos. ✓ Motivación por consolidar el proyecto familiar, a través de la estabilización de su relación de pareja y formar su propia familia, con el hijo como elemento central.				

5.6 Dossier Manual de intervención con personas y entornos significativos.

Módulo N° 1: “Apoyo relacional”

Actividades socio - educativas	Carpeta de recursos	Materiales
1. Apoyo familiar para la reinserción.	✓ Power point, video o cartilla de presentación del Programa (elaborado por cada programa) ✓ Notificación de ingreso al programa. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
2. Evaluación de competencias parentales.	✓ Escala de parentalidad positiva E2P, Manual 2015 (Anexos págs. 55-58) ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
3. Empezar a conocernos.	✓ Hoja de contrato grupal para cada participante. ✓ Hoja de características de personalidad para cada participante. ✓ Manual de intervención “Te suena Familiar - UNICEF”, Actividad N° 3 “Empezar a conocernos” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Papelógrafo con programa del taller. ✓ Etiquetas y alfileres para nombres de los participantes. ✓ Lápices. ✓ Plumón o tiza. ✓ Café, té, azúcar y algo rico para compartir.
4. Genograma familiar.	✓ Guía de apoyo al ejecutor Genograma familiar ✓ Plantilla Genograma familiar ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
5. Historia familiar.	✓ Manual de intervención “Te suena Familiar UNICEF”, Actividad N° 5 “La Historia Familiar” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Hojas blancas. ✓ Fotocopias de la hoja “Hoy conversamos sobre...” ✓ Lápices para escribir y dibujar. ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Música tranquila para la imaginación.
6. Valoración de la familia.	✓ Manual de intervención “Te suena Familiar UNICEF”, Actividad N° 6 “La Familia que hemos construido” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Las fotos de las familias que traigan los participantes. ✓ Hojas de papel y lápices de colores. ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Tarjetas o papeles con nombres de tipos de familias (para actividad alternativa). ✓ Fotocopias de la hoja de “Recursos de mi familia”. ✓ Fotocopias de la hoja “Hoy conversamos sobre...”
7. El día que me convertí en papá o mamá.	✓ Manual de intervención “Te suena Familiar UNICEF”, Actividad N° 7 “El día en que me convertí en papá o mamá” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Relatos de experiencias de paternidad (anexos 1- 2) ✓ Recuadros de la cuna (anexo 3). ✓ Hojas blancas y lápices. ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Scotch. ✓ Fotocopias de la hoja “Hoy conversamos sobre...”

Módulo N° 2: “Competencias parentales”

60

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Vínculo parental.	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad N° 1, pág. 167 ✓ Video vínculo parental/marental ✓ Hoja de recursos relato metáfora el “barco y el faro” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
2. Identificación de emociones.	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad N° 3, pág. 173. ✓ Hoja de recursos lamina con imagen de silueta. ✓ Video de refuerzo de la actividad. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices de diferentes colores
3. Expresión de sentimientos.	✓ Manual de intervención Te suena Familiar “UNICEF”, Actividad N° 14 “Sentimientos”, pág. 24. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Set de fotografías para fotolenguaje (págs. 44-49). ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Juego de cartas. ✓ Lápiz
4. Construcción de autoimagen.	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad N°3, pág. 186. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Recortes con imágenes de jóvenes en diversas situaciones. ✓ Lápiz
5. Comunicación.	✓ Manual de intervención Te suena Familiar “UNICEF”, Actividad N° 13 “Comunicación”. ✓ Power point “comunicación” ✓ Fotocopia de las formas de comunicación que el grupo debe representar o papelitos con nombres de las formas de comunicación positivas y negativas (un set por cada grupo). ✓ Fotocopias de la hoja “Hoy conversamos sobre...” para cada participante. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Pliegos de papel o pizarra. ✓ Plumones. ✓ Lápiz
6. Normas y limites familiares.	✓ Manual de intervención Te suena Familiar “UNICEF”, Actividad N° 12 “Padres, Amigos o autoridad?”. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Hojas de papel y lápices según número de participantes. ✓ Fotocopias “Estilos de disciplina” para cada grupo. ✓ Fotocopias de “Hoy conversamos sobre...” ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Lápiz
7. Resolución de conflictos.	✓ Manual de intervención Te suena Familiar “UNICEF”, Actividad N° 11 “Resolver”. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Papelógrafos y plumones. ✓ Fotocopias de las situaciones-problema si hace actividad alternativa. ✓ Hojas blancas. ✓ Fotocopias de la hoja “Hoy conversamos sobre...”. ✓ Lápiz

8. Etapas del desarrollo.	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad Nº6, pág. 183. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
9. Cada hijo un nuevo desafío.	✓ Manual de intervención Te suena Familiar “UNICEF”, Actividad Nº 10 “Cada hijo un nuevo desafío”. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Hojas de papel. ✓ Lápices de colores revistas o diarios viejos. ✓ Pegamento y tijeras (dos de cada una puede ser suficiente). ✓ Cinta adhesiva. ✓ Una radio y música tranquila. ✓ OBSERVACION: si realiza la actividad alternativa no necesita estos materiales.
10. Participación social.	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad Nº 5, pág. 180. ✓ Texto de apoyo Participación social ✓ Hoja de recursos estructura familiar. ✓ Hoja de recursos - Red comunitaria ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Adhesivos de color verde, azul y naranja. ✓ Lápiz

Módulo N° 3: “Conductas de riesgo en la adolescencia”

62

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Temas difíciles de hablar	✓ Manual de intervención Te suena Familiar “UNICEF”, Actividad N° 15 “Temas difíciles de hablar” ✓ Tablero y cartas para actividad principal (Imprimir anexo N° 2 del “Manual te suena familiar”, págs. N° 18-21) ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ 4 fotocopias del tablero del anexo. ✓ 4 fotocopias recortadas de las preguntas del anexo. ✓ Fotocopia para cada participante de la hoja “Hoy conversamos sobre...”
2. familia y consumo de drogas.	✓ Video «La iniciación» ✓ Prevenir en familia, Manual para el monitor Sesión N°1: Familia y drogas. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
3. Prevención del consumo de drogas	✓ Prevenir en familia, Manual para el monitor Sesión N° 7: Claves para la Intervención Temprana. ✓ Naipes de situaciones (Anexo V, imprimir págs. 168-171). ✓ Cuestionario de Observación de Conductas (imprimir pág. 84) ✓ Power point ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
4. Familia y dependencia	✓ Prevenir en familia, Manual para el monitor Sesión N° 8: Familia y Dependencia. ✓ Guion de la escena a representar (imprimir págs. 93-94). ✓ Power point. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Una hoja de papel para cada participante. ✓ Lápiz para cada participante. ✓ Alfileres.
5. Educación sexual	✓ Hoja de recursos, tarjetas de mensajes ✓ Power point, “Educación sexual”. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
6. Falsas creencias sobre la educación sexual.	✓ Hoja de recursos, tarjetas “mitos sobre la educación sexual” ✓ Power point, mitos de la educación sexual. ✓ Video mitos y realidades de la sexualidad. ✓ Tarjetas rojas y verdes (una por participante) ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz

Módulo N° 4: “Paternidad/maternidad responsable”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Un recado para ti: “vas a ser papá/mamá.	✓ Videos: yo te prometo, la gestación y el nacimiento, etapa del bebé de 0 - 3 meses y presentación programa Chile crece contigo. ✓ Hoja de recursos. ✓ Cartillas educativas Chile crece contigo: Gestación y nacimiento y línea de tiempo de 0 - 12 meses. ✓ PPT Ideas fuerza. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices por cada participante. ✓ Hoja de cartulina por cada participante. ✓ Pc. ✓ Data. ✓ Parlantes.
2. El día que me convertí en papá/mamá”	✓ Hoja de recursos “el pastel del tiempo” ✓ Apuntes para el facilitador/a ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Recortes de revistas o láminas de imágenes de tipos de paternidad/maternidad. (Para dinámica de bienvenida) ✓ Set de lápices de colores por cada participante.
3. Hombre cuidando a un niño, mujer cuidando a una niña.	✓ Hoja de recursos. ✓ Apuntes para el facilitador/a ✓ Díptico: Importancia del apego y paternidad activa. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices por cada participante. ✓ Hojas en blanco (una por cada participante). ✓ 2 cajas vacías (una decorada con la figura de un hombre y la otra como mujer) ✓ Imágenes de bebés, niños, ancianos, enfermos, objetos, animales y/o plantas. Al menos 2 imágenes por participante. ✓ 1 caja vacía para el cofre de recuerdos.
4. Los derechos de los nno/as	✓ Video “Derechos y deberes NNA ✓ Power Point “Concepto de derechos y deberes de los NNA. ✓ Folleto de Derechos NNA ✓ Video UNICEF ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices por cada participante. ✓ Hojas de cartulina. ✓ Pc. ✓ Data. ✓ Parlantes.

5.7 Matriz Manual de intervención para la reinserción y permanencia escolar.

Módulo Nº 1 : “La educación en el desarrollo personal”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Joven verbaliza desinterés por reinsertarse en el sistema educacional. ✓ Estigmatización social del joven en sistema educacional. ✓ Historia de fracaso escolar (repetencias, bajo nivel de rendimiento escolar, problemas conductuales, maltrato en la escuela).	✓ Joven verbaliza interés por reinsertarse en el sistema educacional. ✓ Experiencias positivas en la historia educacional. ✓ Joven inserto en sistema educacional.	Que el joven reconozca la importancia de la educación en su desarrollo personal.	1. Historia escolar.	✓ Que el/la joven distinga episodios positivos en su historia educacional.	✓ Joven reconoce experiencias positivas en su historia educacional.
			2. La Historia de Fredy o Anastasia.	✓ Que el/la joven reconozca elementos de superación personal a través de la educación.	✓ Joven identifica elementos de superación personal a través de la educación.
			3. Oportunidades que brinda la educación.	✓ Que el/la joven identifique y reflexione sobre las oportunidades que le puede brindar la educación.	✓ Joven identifica oportunidades de contar con educación. ✓ Joven desarrolla actividades de reflexión en torno a las oportunidades que entrega la educación.
			4. La educación en mi proyecto de vida.	✓ Que el/la joven logre construir un proyecto de vida con un componente educativo.	✓ Joven elabora un proyecto de vida educativo. ✓ Joven establece objetivos y metas a cumplir en un plazo de seis a doce meses.

Módulo N° 2: “Re-incorporación al sistema educativo”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Desconocimiento de oferta educativa acorde a sus necesidades. ✓ Carencia de apoyo familiar en la reinserción educacional. ✓ Desfase escolar superior a tres años. ✓ Joven desertor escolar.	✓ Conocimiento de oferta educacional existente en el territorio. ✓ Cuenta con apoyo familiar para la reinserción educacional. ✓ Nivel de escolaridad acorde con edad cronológica. ✓ Motivación e interés por reinsertarse al sistema educacional.	Que el/la joven se (re) integre al sistema de educación.	1. Detección de intereses educativos.	✓ Que el/la joven identifique sus necesidades educativas.	✓ Joven identifica sus necesidades educativas.
			2. Conociendo mis redes educacionales.	✓ Que el/la joven conozca sus redes educacionales.	✓ Joven identifica oferta educacional acorde a sus necesidades.
			3. Compromiso educativo.	✓ Que el/la joven se incorpore al sistema educativo.	✓ Joven se incorpora al sistema educativo.

Módulo N° 3: “Mantención en el sistema escolar”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Carencia de hábitos de estudio. ✓ Inasistencias reiteradas a clases. ✓ Desadaptación conductual con compañeros de curso y/o profesores. ✓ Joven manifiesta desinterés por mantenerse en el sistema educacional. ✓ Carencia de apoyo familiar en la permanencia educacional.	✓ Presencia de hábitos de estudio. ✓ Asistencia regular a clases (en horario establecido). ✓ Joven es respetuoso(a) con compañeros y profesores. ✓ Joven señala interés por mantenerse y terminar con éxito su año escolar. ✓ Cuenta con apoyo familiar en la permanencia educacional.	Que el/la joven cuente con herramientas para su mantención escolar.	1. Seguimiento de la mantención escolar.	✓ Que el/la joven se mantenga inserto en el sistema escolar.	✓ Adolescente se mantiene inserto en un establecimiento escolar formal/flexible.
			2. Evaluación de resultados educativos.	✓ Que el/la joven logre evaluar sistemáticamente sus resultados educativos.	✓ Joven evalúa sistemáticamente sus resultados educativos.
			3. FODA, identificación de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas de la permanencia escolar.	✓ Que el/la joven, sea capaz de identificar fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades de su permanencia educacional.	✓ Joven identifica las fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades de su permanencia educacional.
			4. Reconociendo mis habilidades académicas.	✓ Que el/la joven reconozca sus habilidades académicas.	✓ Joven identifica sus habilidades académicas.

Módulo N° 4: “Herramientas para favorecer la permanencia escolar”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicadores de logro
✓ Carencia de hábitos de estudio. ✓ Inasistencias reiteradas a clases. ✓ Desadaptación conductual con compañeros de curso y/o profesores. ✓ Joven manifiesta desinterés por mantenerse en el sistema educacional. ✓ Carencia de apoyo familiar en la permanencia educacional.	✓ Presencia de hábitos de estudio. ✓ Asistencia regular a clases (en horario establecido). ✓ Joven es respetuoso(a) con compañeros y profesores. ✓ Joven señala interés por mantenerse y terminar con éxito su año escolar. ✓ Cuenta con apoyo familiar en la permanencia educacional.	Que el/la joven desarrolle herramientas que favorezcan su permanencia en el sistema escolar.	1. Adaptación a las normas escolares.	✓ Que el/la joven conozca las normas escolares y las consecuencias de su incumplimiento.	✓ Joven reconoce las normas escolares y las consecuencias de su incumplimiento.
			2. Ansiedad ante el rendimiento escolar.	✓ Que el/la joven conozca estrategias para disminuir la ansiedad generada por el contexto educacional.	✓ Joven conoce estrategias para enfrentar la ansiedad producida por el contexto educativo.
			3. Estrategias y hábitos de estudio.	✓ Que el/la joven conozca estrategias y hábitos de estudio.	✓ Joven conoce estrategias y hábitos de estudio.
			4. Estrategias para la mantención escolar.	✓ Que el/la joven utilice estrategias que favorezcan su mantención escolar.	✓ Joven pone en práctica estrategias que favorecen su mantención escolar.

5.8 Dossier Manual de intervención para la reinserción y permanencia escolar.

Módulo N° 1: “La educación en el desarrollo personal”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Historia escolar.	✓ Hoja de recursos con tarjetas de imágenes ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Tijeras ✓ Pegamento o pegote ✓ Cartulina o papelógrafo
2. La Historia de Fredy o Anastasia.	✓ Hoja de recursos historia de Fredy y Anastasia ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Pegamento en barra
3. Oportunidades que brinda la educación.	✓ Hoja de recursos ✓ Video “motivación para el estudio”. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Pegote ✓ Tijeras. ✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
4. La educación en mi proyecto de vida.	✓ Power point “establecimiento de metas”. ✓ Power point “pasos para alcanzar metas”. ✓ Hoja de recursos “proyecto educacional”. ✓ Hoja de recursos “establecimiento de metas”. ✓ Video de reflexión “Rocky Balboa”. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes

Módulo N° 2: “Re-incorporación al sistema educativo”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Detección de intereses educativos.	✓ Hoja de recursos, cuestionario escolar. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz
2. Conociendo mis redes educativas.	✓ Video “frases de motivación para aquel que tiene el alma de campeón”. ✓ Power point: “Yo conozco, Yo elijo”. ✓ Hoja de recursos, mapa de oferta educativa. ✓ Díptico Informativo (Elaborado por cada programa en relación a territorio y oferta educativa actualizada. Debe contener metodología, horarios de atención, dirección, teléfono). ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
3. Compromiso educativo.	✓ Hoja de recursos “compromiso educativo” ✓ Ficha de seguimiento escolar mensual ✓ Video motivacional “¿por qué nos caemos?” ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Mapa de oferta educativa (elaborado en sesión anterior). ✓ Computador y parlantes

Módulo N° 3: “Mantención en el sistema escolar”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Seguimiento de la mantención escolar.	✓ Ficha de seguimiento escolar (mensual). ✓ Calendario mensual. ✓ Video motivacional: “Nunca te rindas”. ✓ Hoja de recursos: “Seguimiento de la mantención escolar”. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
2. Evaluación de resultados educativos.	✓ Ficha mensual de seguimiento escolar ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz
3. FODA, identificación de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas de la permanencia educativa.	✓ Power point “Análisis FODA” ✓ Hoja de recursos “Análisis FODA” ✓ Video “vive el aquí y el ahora”. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
4. Reconociendo mis habilidades académicas.	✓ Power point “habilidades escolares” ✓ Hoja de recursos: “listado de habilidades para estudiar”. ✓ Video “la persona más importante del mundo”. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes

Módulo N° 4: “Herramientas para favorecer la permanencia escolar”

70

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Adaptación a las normas escolares.	✓ Power point “convivencia escolar” ✓ Hoja de recursos “Mi Establecimiento Educacional” ✓ Video “El chavo del 8, la violencia nunca es buena” ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz ✓ Computador y parlantes
2. Ansiedad ante el rendimiento escolar.	✓ Video “ansiedad en adolescentes”. ✓ Video “ansiedad ante exámenes”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes
3. Estrategias y hábitos de estudio.	✓ Power point “estrategias de estudio”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Video “una reflexión para el estudiante”. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes
4. Estrategias para la mantención escolar.	✓ Video “Autocuidado” ✓ Hoja de recursos ✓ Video “Autocuidado: una opción para vivir más y mejor / Los 10 mandamientos del autocuidado”. ✓ Evaluación socioeducativa	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes

Propiedad Intelectual

5.9 Matriz Manual de intervención para la capacitación e inserción laboral.

Módulo N° 1: “Diagnóstico ocupacional”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicador de logro
✓ Joven no identifica áreas de interés vocacional. ✓ Joven no identifica competencias o habilidades personales y sociales. ✓ No manifiesta interés en el desarrollo de actividades pro sociales. ✓ Joven con necesidades económicas insatisfechas. ✓ Joven con responsabilidad marental - parental.	✓ Joven reconoce áreas de interés vocacional. ✓ Joven con adecuado desempeño en actividades pro sociales. ✓ Manifiesta interés en alternativas de formación productiva pro social.	Realizar con el/la joven un proceso de diagnóstico ocupacional para detectar intereses, recursos, habilidades, competencias y factores de riesgo asociados al desarrollo de una trayectoria laboral.	1. Intereses vocacionales 2. Competencias ocupacionales 3. Habilidades personales y sociales	✓ Que el/la joven pueda identificar áreas de interés vocacional, a fin de obtener un perfil ocupacional y facilitar su proceso de inserción laboral. ✓ Que el/la joven pueda visibilizar aquellas competencias específicas para la capacitación y empleabilidad con que cuenta. ✓ Que el/la joven pueda visibilizar aquellas habilidades personales y sociales que debe desarrollar para iniciar un proceso de inserción social.	✓ Joven identifica áreas de interés vocacional. ✓ Joven identifica competencias específicas para la capacitación y empleabilidad. ✓ Joven identifica concepto de habilidades sociales para la inserción social. ✓ Joven reconoce habilidades sociales necesarias para desarrollar un proceso de inserción social.

Módulo N° 2: “Proyecto de vida laboral”

72

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicador de logro
		Apoyar a el/la joven en la formulación de un proyecto de vida laboral, acorde a sus a sus necesidades, intereses y motivaciones.	1. La reinserción social, en el ámbito laboral.	✓ Que el/la joven conozca el concepto teórico reinserción social y cómo éste se lleva a cabo con la capacitación e inserción laboral.	✓ Joven conoce el concepto teórico de reinserción social, con enfoque laboral.
			2. Proyecto de vida laboral.	✓ Que el/la joven logre construir en conjunto con el profesional un proyecto de vida con un componente laboral.	✓ Joven elabora un proyecto de vida laboral. ✓ Joven define objetivos a largo plazo y metas a cumplir en un plazo de seis a doce meses.
			3. Plan de intervención individual, con componente laboral.	✓ Que el/la joven en conjunto con el profesional actualicen el Plan de intervención individual, con micro objetivos asociados al ámbito de capacitación e inserción laboral.	✓ Joven participa en la revisión y reconocimiento de micro objetivos en su PII asociado al ámbito de capacitación e inserción laboral.

Propiedad

Módulo N° 3: “Desarrollo de competencias socio laborales”

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicador de logro
✓ Joven no presenta autoconocimiento ✓ Joven manifiesta escasa empatía. ✓ Joven sin comunicación asertiva. ✓ Joven con dificultad para establecer relaciones interpersonales. ✓ Joven con escasa habilidad de toma de decisiones. ✓ Joven con escasa habilidad de solución de problemas y conflictos.	✓ Joven con tendencia a formular pensamiento creativo pro social. ✓ Joven manifiesta pensamiento crítico en torno al trabajo. ✓ Joven manifiesta intereses vocacionales. ✓ Manifiesta interés en alternativas de formación productiva pro social. ✓ Joven presenta adecuado nivel de empatía.	Desarrollar con el/ la joven actividades de fortalecimiento de habilidades personales y sociales a través de su incorporación a talleres de competencias para la capacitación y/o empleabilidad.	1. Habilidades de autoafirmación	✓ Que el/la joven reconozca la importancia de conocerse a sí mismo y aquellas habilidades que posee, así como también aquellas que son necesarias desarrollar y fortalecer.	✓ Joven reconoce la importancia de conocerse así mismo, identificando sus principales fortalezas. ✓ Joven identifica aquellas habilidades que necesita desarrollar y fortalecer.
			2. Comunicación verbal y no verbal.	✓ Que el/la joven reconozca las habilidades verbales necesarias para entablar diversos tipos y espacios de conversación.	✓ Joven participa en actividad para reflexionar sobre la capacidad de expresarse con claridad en forma oral. ✓ Joven identifica por lo menos dos habilidades verbales necesarias en una relación interpersonal.
			3. Expresarse con claridad en forma oral.	✓ Que el/la joven identifique la importancia de la expresión oral en una relación interpersonal.	✓ Joven identifica la importancia de la expresión oral en una relación interpersonal.
			4. Habilidades no verbales.	✓ Que el/la joven identifique la importancia de ajustar la coherencia entre los mensajes emitidos verbalmente, con aquellos que se entregan a través del lenguaje corporal.	✓ Joven identifica la importancia de la expresión no verbal.
			5. Habilidades de interacción y trabajo en equipo.	✓ Que el/la joven comprenda el concepto del trabajo en equipo. ✓ Que el/la joven logre aplicar a experiencias concretas las competencias para el trabajo en equipo.	✓ Joven comprende el concepto de trabajo en equipo. ✓ Joven aplica a experiencias concretas la competencia de trabajo en equipo.

			6. Autoconocimiento y gestión de sí mismo.	✓ Que el/la joven sea capaz de presentarse a sí mismo, reconociendo sus principales fortalezas y entregando una visión autocrítica de los aspectos por mejorar.	✓ Joven se presenta a sí mismo, reconociendo sus principales fortalezas y debilidades.
			7. Adaptarse a nuevas situaciones.	✓ Que el/la joven sea capaz de mejorar su capacidad de adaptación a nuevas situaciones, para ajustarse a otras personas, situaciones cambiantes o demandas del entorno.	✓ Joven aplica a experiencias concretas la competencia de adaptación a nuevas situaciones, tales como, responder con apertura y apoyar los cambios con acciones constructivas, tomar decisiones frente a situaciones de incertidumbre o de falta de información o cambiar sus propias ideas.
			8. Traducir ideas en acciones.	✓ Que el/la joven desarrolle la capacidad creativa, dando concreción a las ideas. ✓ Que el/la joven aumente la predisposición a enfrentar dificultades y solucionarlas y a no dejarse vencer por dificultades propias de la materialización de un proyecto.	✓ Joven desarrolla la capacidad creativa, concretando sus ideas. ✓ Joven logra aplicar a experiencias concretas la predisposición de enfrentar dificultades y solucionarlas.
			9. Ejercitar la perseverancia.	✓ Que el/la joven logre ejercitar la perseverancia como forma de lograr lo que se ha propuesto.	✓ Joven reconoce el concepto de la perseverancia y como ponerla en práctica. ✓ Joven da muestras concretas de ejercitar la perseverancia en la puesta en práctica de metas planteadas.
			10. Aplicar nuevos aprendizajes al contexto.	✓ Que el/la joven reconozca su propio proceso de aprendizaje, aprendiendo y reflexionando sobre cómo lo realiza.	✓ Joven reconoce como es capaz de realizar su propio proceso de aprendizaje.

			11. Alternativas de resolución de problemas.	✓ Que el/la joven sea capaz de resolver problemas de distintas maneras e identificar la solución más adecuada.	✓ Joven da distintas alternativas de solución a un problema e identifica la solución más adecuada.
			12. Fijar objetivos.	✓ Que el/la joven pueda transformar necesidades no resueltas en objetivos que le satisfacen.	✓ Joven transforma necesidades no resueltas en objetivos que le satisfacen.
			13. Búsqueda y análisis de información.	✓ Que el/la joven logre apreciar la utilidad de buscar información y de ponerla al servicio de determinados objetivos, siguiendo ciertos pasos ordenadores.	✓ Joven identifica técnicas de recolección, organización y análisis de información, en función de objetivos definidos.
			14. Plan de acción.	✓ Que el/la joven realice acciones dirigidas hacia un objetivo, con un régimen de anticipación y organización.	✓ Joven comprende el sentido de un plan de acción. ✓ Joven conoce herramientas que facilitan la programación de las actividades de un proyecto.
			15. Presupuesto	✓ Que el/la joven reconozca las potencialidades de un "presupuesto", como herramienta de planificación y manejo de los recursos económicos de un proyecto.	✓ Joven utiliza la herramienta "presupuesto" para lograr mayor eficiencia en el desarrollo de un proyecto.
			16. Presentación de un proyecto.	✓ Que el/la joven desarrolle la capacidad de presentar y evaluar un proyecto.	✓ Joven desarrolla la capacidad de presentar y evaluar un proyecto.

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicador de logro
✓ Joven no presenta autoconocimiento. ✓ Joven manifiesta escasa empatía. ✓ Joven sin comunicación asertiva. ✓ Joven con dificultad para establecer relaciones interpersonales. ✓ Joven con escasa habilidad de toma de decisiones. ✓ Joven con escasa habilidad de solución de problemas y conflictos.	✓ Desarrollo cognitivo acorde a actividad o interés vocacional seleccionado. ✓ Joven presenta autoconocimiento. ✓ Joven manifiesta empatía. ✓ Joven con comunicación asertiva. ✓ Joven con facilidad para establecer relaciones interpersonales. ✓ Joven con habilidad de toma de decisiones. ✓ Joven con habilidad de solución de problemas y conflictos.	Desarrollar con el/ la joven un proceso de inducción para su inserción laboral, a través de actividades de apresto.	1. Búsqueda de empleo	✓ Que el/la joven que busque trabajo adquiera, desarrolle y sepa poner en marcha las herramientas más adecuadas para una búsqueda de empleo efectiva.	✓ Joven adquiere herramientas para búsqueda de trabajo, tales como: elaboración de currículum, carta de presentación, desarrollo de habilidades para entrevista de trabajo.
			2. Redes para la inserción laboral	✓ Que el/la joven identifique y reconozca los distintos métodos formales e informales para la búsqueda de empleo.	✓ Joven conoce métodos formales e informales para la búsqueda de empleo.
			3. Curriculum vitae	✓ Que el/la joven aprenda o plasme sus competencias al elaborar un Curriculum Vitae. ✓ Que el/la joven aprenda a estructurar y organizar la información de su Curriculum Vitae.	✓ Joven aprende a elaborar un Curriculum Vitae basado en sus competencias. ✓ Joven aprende a estructurar y organizar la información de su Curriculum Vitae.
			4. Entrevista de trabajo	✓ Que el/la joven pueda desarrollar estrategias que le permitan transmitir sus fortalezas en una entrevista laboral, reconociendo sus elementos a mejorar.	✓ Joven desarrolla estrategias para transmitir sus fortalezas en una entrevista laboral, reconociendo sus elementos a mejorar.
			5. Normas y disposiciones de la legislación laboral	✓ Que el/la joven conozca sus derechos y deberes como trabajador(a) de cualquier empresa.	✓ Joven conoce sus derechos y deberes como trabajador(a) de cualquier empresa.

			6. Conducto regular	✓ Que el/la joven conozca los conductos regulares mediante los cuales resolver conflictos en su trabajo, así como herramientas básicas que le permitan canalizar la información que desea comunicar a través de los protocolos establecidos para ello.	✓ Joven conoce los conductos regulares mediante los cuales puede resolver conflictos en su puesto de trabajo. ✓ Joven conoce herramientas básicas para canalizar la información que desea comunicar a través de los protocolos establecidos para ello.
			7. Relación contractual	✓ Que el/la joven conozca los elementos principales enunciados en un contrato de trabajo y liquidación de sueldo.	✓ Joven conoce los elementos principales enunciados en un contrato de trabajo y liquidación de sueldo.

Propiedad Intelectual

Módulo N° 5: “Capacitación laboral”

78

Factores de riesgo	Factores protectores	Objetivo	Actividades socio - educativas	Micro objetivos/ micro logros	Indicador de logro
✓ Joven con inadecuado manejo de emociones y sentimientos. ✓ Joven con tendencia a sentirse estresado o alterado ante situaciones nuevas o que implican un desafío. ✓ Joven con baja reacción para trabajar en equipo. ✓ Joven con tendencia a la apatía en materia de capacitación.	✓ Joven con un adecuado manejo de emociones y sentimientos. ✓ Joven con adecuado manejo de tensiones y estrés. ✓ Joven con capacidad de trabajo en equipo. ✓ Joven es capaz de mostrar iniciativa y capacidad de emprendimiento.	Promover la participación, mantención y certificación de el/ la joven en la oferta de capacitación gestionada por el programa acorde a sus necesidades, intereses y motivaciones.	1. Orientación vocacional para la capacitación. 2. Oferta de capacitación y empleo Sence. 3. Selección de curso de capacitación laboral.	✓ Que el/la joven identifique sus gustos, preferencias e intereses respecto de una serie de características personales para orientar su proceso de selección de estudios o profesión. ✓ Que el/la joven conozca la oferta para capacitación y empleo, disponible a través del servicio de capacitación y empleo Sence. ✓ Que el/la joven seleccione un curso de capacitación laboral de acuerdo a su interés vocacional y recursos disponibles de la red.	✓ Joven conoce resultados sobre su interés vocacional. ✓ Joven conoce oferta de capacitación laboral y empleo SENCE, de acuerdo a sus intereses y motivaciones. ✓ Joven selecciona un curso de capacitación laboral de acuerdo a sus intereses y recursos disponibles.

5.10 Dossier de actividades Manual de intervención para la capacitación e inserción laboral.

Módulo N° 1: “Diagnóstico ocupacional”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Intereses vocacionales	✓ Pauta de entrevista semi estructurada sobre experiencia laboral (Guía de evaluación diferenciada individual, imprimir págs. 50-62) ✓ Instrumentos de intereses vocacionales: - Listado de intereses adaptado: Kielhofner, G., Neville, A. (1983) - Inventario de preferencias profesionales: Galilea, V., Pagola, R. (2001) - Inventario de intereses vocacionales: Fernando Gutiérrez ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
2. Competencias ocupacionales	✓ Guía de observación en terapia ocupacional. ✓ Hoja de recursos, ejercicio de manualidades. ✓ Video ejercicio de manualidades. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Materiales para manualidades seleccionadas. ✓ Computador y parlantes. ✓ Lápiz.
3. Habilidades personales y sociales	✓ Video autodiagnóstico de competencias de empleabilidad ✓ Test de identificación de habilidades sociales de Golsdtein ✓ Pauta de resultados autodiagnóstico de competencias. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.

Módulo N° 2: “Proyecto de vida laboral”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. La reinserción social, en el ámbito laboral.	✓ Guía de contenidos de apoyo al ejecutor ✓ Power point “reinserción social” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
2. Proyecto de vida laboral.	✓ Power point “proyecto de vida” ✓ Hoja de recursos ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
3. Plan de intervención individual, con componente laboral.	✓ Power point “plan de intervención individual con componente laboral” ✓ Compromiso de trabajo. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.

Módulo N° 3: “Desarrollo de competencias sociolaborales”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Habilidades de autoafirmación	✓ Video Nick Vijucic, testimonio extraordinario. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz. ✓ Cartulinas blancas separadas por la mitad ✓ Revistas ✓ tijeras, ✓ pegamento y lápices.
2. Comunicación verbal y no verbal	✓ Power point “comunicación verbal” ✓ Power point “comunicación no verbal” ✓ Hoja de recursos con dinámica de juegos de rol. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
3. Expresarse con claridad en forma oral y escrita.	✓ Guía de la actividad “Pero si te dije que era redondo” - Lámina con dibujos geométricos (imprimir pág 6) - Pauta del observador (imprimir pág. 7). ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
4. Habilidades no verbales.	✓ Guía de la actividad ¡Carita Feliz! ✓ Hoja de recursos ¡Carita Feliz! (imprimir pág. 6-8) ✓ Video comunicación no verbal. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes
5. Habilidades de interacción y trabajo en equipo.	✓ Video trabajo en equipo. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Rompecabezas (pequeños) uno por cada grupo. ✓ Hoja en blanco. ✓ Computador y parlantes. ✓ Lápiz.
6. Autoconocimiento y gestión de sí mismo.	✓ Guía de actividad “¿Quién soy yo?”. ✓ Lámina del “Perfil personal: ¿Quién soy yo?” ✓ Lámina del “Perfil de retroalimentación: ¿Cómo te veo?” ✓ Lámina “Resumen de perfil personal”. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Alfileres (2 por cada participante). ✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
7. Adaptarse a nuevas situaciones.	✓ Guía de actividad ¡Pero así lo hemos hecho siempre! ✓ Power point ✓ Historia de Patricia y Ximena. ✓ Lámina con cuadros para respuestas. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
8. Traducir ideas en acciones.	✓ Guía de actividad ¡Saltando vallas! ✓ Hoja de recursos con causas de problemas. ✓ Hoja de recursos con plan de acción. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices.

9. Ejercitar la perseverancia.	✓ Guía de actividad ¡El camino para llegar a casa! ✓ Lámina con las pistas para armar el rompecabezas. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices. ✓ hojas en blanco.
10. Aplicar nuevos aprendizajes al contexto.	✓ Guía de actividad ¡Construyendo torres! ✓ Lámina: "Evaluación del proceso de construcción". ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Fichas bibliográficas (40 por cada equipo). ✓ Caja de clips (1 por cada equipo). ✓ Cintas adhesivas (1 por cada equipo). ✓ Tijeras (1 por cada equipo). ✓ Huincha de medir o regla. ✓ Hojas en blanco. ✓ Lápiz
11. Alternativas de resolución de problemas.	✓ Guía de actividad ¡Campanas de boda! ✓ Lámina de "La historia...". ✓ Plan de compromisos y seguimiento. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
12. Fijar objetivos.	✓ Guía de actividad ¡Me gano la marraqueta! ✓ Cuaderno introductorio del área. ✓ Formato de un proyecto. ✓ Listado de verbos para la formulación de objetivos. ✓ Guía para la evaluación de un proyecto. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Collage con recortes de revistas, en cartulina. ✓ Lámina con fuentes de información. ✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
13. Búsqueda y análisis de información.	✓ Guía de actividad ¡IUPA! ✓ Formato de un proyecto. ✓ Listado de verbos para la formulación de objetivos. ✓ Guía para la evaluación de un proyecto. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Collage con recortes de revistas, en cartulina. ✓ Lámina con fuentes de información. ✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
14. Plan de acción	✓ Guía de actividad Y AHORA... ¿QUÉ HAGO? ✓ Guía para la elaboración de una carta Gantt. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
15. Presupuesto.	✓ Guía de actividad ¡Dos y dos son Cinco! ✓ Pauta para elaborar un presupuesto. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices ✓ Hojas en blanco.
16. Presentación de un proyecto.	✓ Guía de actividad ¡Feria de proyectos! ✓ Pauta para elaborar el resumen ejecutivo del proyecto. ✓ Pauta para la evaluación del proyecto. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápices

Módulo N° 4: “Apresto laboral”

82

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Búsqueda de empleo	✓ Apuntes “Búsqueda de empleo eficaz” (1 por cada grupo) ✓ Power Point “Búsqueda de empleo eficaz” ✓ Video Autoconocimiento profesional ✓ Hoja de recursos Autoconocimiento ✓ Video motivacional Ashton Kutcher ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
2. Redes para la inserción laboral	✓ Power point “redes para la inserción laboral” ✓ Video de refuerzo “herramientas TIC para la búsqueda de empleo”. ✓ Apunte “redes para la inserción laboral” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Computador con conexión a internet y parlantes ✓ Lápiz.
3. Curriculum vitae	✓ Power point curriculum vitae. ✓ Apunte diseñando un currículum vitae. ✓ Hoja de recursos. ✓ Modelo de curriculum vitae. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Computador e impresora. ✓ Lápiz.
4. Entrevista de trabajo	✓ Video “Como prepararse para una entrevista de trabajo” ✓ Apunte “En búsqueda de un trabajo” ✓ Power Point “Consejos para Enfrentar una Entrevista de Trabajo ✓ Video “Entrevista de trabajo a candidato no apto” ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Hoja en blanco. ✓ Lápiz.
5. Normas y disposiciones de la legislación laboral	✓ Video “Derechos humanos laborales” ✓ Video “Derechos del trabajador” ✓ Hoja de recursos. ✓ Manual de apoyo a la Empleabilidad para Jóvenes. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
6. Conducto regular	✓ Power point conducto regular. ✓ Hoja de recursos Conducto regular. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.
7. Relación contractual	✓ Power point point “leyes laborales”. ✓ Hoja de recursos ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz.

Módulo N° 5: “Capacitación laboral”

Actividades	Carpeta de recursos	Materiales
1. Orientación vocacional para la capacitación.	✓ Video de presentación educaweb. ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
2. Oferta de capacitación y empleo Sence.	✓ Guía de apoyo programas SENCE ✓ Video institucional Sence. ✓ Power point “Programas SENCE” ✓ Video Subsidio empleo joven. ✓ Video Programa aprendices de SENCE. ✓ Video + capaz Programa capacitación para mujeres y jóvenes ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz
3. Selección de curso de capacitación laboral.	✓ Díptico Informativo (Elaborado por cada programa en relación a la oferta de capacitación laboral disponible en el territorio. Debe contener toda la información requerida para la postulación o ingreso). ✓ Evaluación socioeducativa.	✓ Lápiz

Propiedad Intelectual MESP

MANUAL DE INTERVENCIÓN ESPECIALIZADA PARA EL CONTROL DE LA AGRESIVIDAD Y LA VIOLENCIA



ÍNDICE

Introducción	87
Módulo Nº 1: Caracterización del comportamiento delictivo.	89
Actividad socio - educativa Nº 1: Evaluación del comportamiento delictivo.	91
Actividad socio - educativa Nº 2: Características del comportamiento delictivo.	95
Actividad socio - educativa Nº 3: Análisis funcional del comportamiento delictivo.	100
Actividad socio - educativa Nº 4: Motivación para el comportamiento delictivo	105
Actividad socio - educativa Nº 5: Motivación al cambio.	110
Módulo Nº 2: Las emociones implicadas en la agresión.	115
Actividad socio - educativa Nº 1: Reconocimiento de emociones y su influencia en la agresión.	117
Actividad socio - educativa Nº 2: Practicando emociones positivas, el papel de la empatía.	121
Actividad socio - educativa Nº 3: Ansiedad y su influencia en la agresión.	126
Actividad socio - educativa Nº 4: Manejo de la ansiedad.	132
Módulo Nº 3: Control de emociones negativas.	140
Actividad socio - educativa Nº 1: Ira y comportamiento agresivo: evaluación (I).	143
Actividad socio - educativa Nº 2: Ira y comportamiento agresivo, evaluación (II).	149
Actividad socio - educativa Nº 3: Estrategias para el control de la ira (I).	154
Actividad socio - educativa Nº 4: Practicando estrategias para el control de la ira (I).	162
Actividad socio - educativa Nº 5: Practicando estrategias para el control de la ira (II).	166
Módulo Nº 4: Creencias que sustentan el comportamiento delictivo.	172
Actividad socio - educativa Nº 1: Influencia de los pensamientos en el comportamiento.	174
Actividad socio - educativa Nº 2: Evaluación de pensamientos distorsionados.	183
Actividad socio - educativa Nº 3: Consecuencias de los pensamientos distorsionados.	191
Actividad socio - educativa Nº 4: Modificación de pensamientos distorsionados (I).	197
Actividad socio - educativa Nº 5: Modificación de pensamientos distorsionados (II).	206
Módulo Nº 5: Modificación de hábitos agresivos.	211
Actividad socio - educativa Nº 1: Caracterización del comportamiento agresivo adquisición y desarrollo.	213
Actividad socio - educativa Nº 2: Caracterización del comportamiento agresivo mantenimiento.	220
Actividad socio - educativa Nº 3: Deshabitución del comportamiento agresivo (I).	229
Actividad socio - educativa Nº 4: Deshabitución del comportamiento agresivo (II).	233
Módulo Nº 6: Personalidad y su influencia en la desviación social.	238
Actividad socio - educativa Nº 1: Auto concepto y autoestima (I).	240
Actividad socio - educativa Nº 2: Auto concepto y autoestima (II).	247
Actividad socio - educativa Nº 3: Impulsividad (I).	251
Actividad socio - educativa Nº 4: Impulsividad (II).	255
Actividad socio - educativa Nº 5: Búsqueda de sensaciones (I).	258
Actividad socio - educativa Nº 6: Búsqueda de sensaciones (II).	562
Módulo Nº 7: Prevención de recaídas y fortalecimiento del cambio.	265
Actividad socio - educativa Nº 1: Prevención de recaídas, evaluación.	269
Actividad socio - educativa Nº 2: Prevención de recaídas, intervención.	275
Actividad socio - educativa Nº 3: Conociéndome mejor a mí mismo.	279
Actividad socio - educativa Nº 4: Cómo potenciar una vida alternativa a la agresión y a la violencia.	283

INTRODUCCIÓN

Respecto de conductas delictuales que implican violencia contra terceros y/o contra la propiedad, es necesario comprender que todo comportamiento, incluido el agresivo, tienen un inicio, un desarrollo y una consolidación o mantenimiento. De este modo, conductas que inicialmente no tienen mucha importancia, como puede ser un insulto a un compañero de clase, a un profesor o a sus padres puede ir escalando con los años (Piquero, 2001; Piquero y Moffitt, 2008), hasta consolidarse en conductas violentas.

Múltiples investigaciones han puesto de relieve la conexión entre las vivencias de tensión y la propensión a cometer ciertos delitos, especialmente delitos violentos (Andrews y Bonta, 2006). En adolescentes infractores con un bajo nivel de empatía, se ha comprobado que tengan dificultades para comprender y compartir el estado emocional de los demás, aspecto importante implicado en el desarrollo de la conducta antisocial (Davis y Whalen, 2001; Redondo, 2008; Spinrad y Eisenberg, 2009).

De este modo, hay estudios que han demostrado que delitos como lesiones, homicidios o robos con intimidación son realizados por adolescentes que experimentan fuertes sentimientos de ira, ansiedad, venganza o desprecio hacia otras personas. En este sentido, Goldstein y Glick (2001) han comprobado que quienes desarrollan comportamientos agresivos, a temprana edad, lo hacen mediante un proceso de aprendizaje social que se manifiesta, sobre todo, en contextos interpersonales. Según estos autores estas conductas violentas pueden considerarse como una consecuencia directa de las emociones como la ira y otras variables tales como las interpretaciones cognitivas que hace el joven respecto de las situaciones interpersonales que desencadenan este tipo de reacciones agresivas¹.

El ámbito de intervenciones especializadas en violencia busca delinear algunos aspectos específicos para este tipo de comportamientos con la finalidad de avanzar hacia un trabajo cada vez más especializado en conductas de mayor complejidad delictual que, a su vez, revisten un mayor desafío en el marco de la intervención para los equipos. No obstante lo anterior, esta área en particular aún se encuentra en un desarrollo incipiente en nuestro país, por ello los estándares que se proponen a continuación son lineamientos generales (Orientaciones Técnica PIE 2012, disponible en www.sename.cl).

En el presente compilado de herramientas se busca trabajar el reconocimiento de la conducta violenta, sus causas, expresiones y finalmente el desistimiento de dicha conducta violenta para coadyuvar en el desistimiento delictual a través del trabajo de comportamientos alternativos al mismo.

¹ Graña, J. y Rodríguez, M. (2010) Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.

De acuerdo a lo antes señalado, los objetivos de intervención que se desprender de este ámbito son:

1. Que el/la joven sea capaz de tomar conciencia de su comportamiento delictivo y asuma una responsabilidad personal en el cambio de hábitos”.
2. Que el/la joven reconozca la importancia que tienen las emociones en el comportamiento delictivo, tanto el reconocimiento de las mismas como el aprendizaje de estrategias para mejorar el nivel de empatía y aprender a manejar la ansiedad.
3. Que el/la joven sea capaz de identificar y caracterizar las respuestas emocionales de ira y el uso de estrategias para el control de la misma.
4. Que el/la joven comprenda la influencia de los pensamientos distorsionados en la agresión y aprenda a reestructurarlos por otros más adaptativos.
5. Que el/la joven analice el inicio y consolidación de sus actos delictuales desarrollando estrategias de cambio de comportamiento antisocial.
6. Que el/la joven conozca aspectos de su personalidad y como esta se relaciona con la conducta delictiva, a fin de que pueda desarrollar aspectos que le ayuden a la modificación de su estilo de vida por uno más adaptativo a su entorno.
7. Que el/la joven analice factores que puedan inducir una recaída delictual y aprender a prevenirlas a través de un proyecto de vida alternativo pro social.

MÓDULO N° 1

“CARACTERIZACIÓN DEL COMPORTAMIENTO DELICTIVO”



OBJETIVO

Que el/la joven sea capaz de tomar conciencia de su comportamiento delictivo y asuma una responsabilidad personal en el cambio de hábitos.

Gran parte de los estudios psicológicos sobre delincuencia juvenil han analizado el comportamiento del joven infractor centrándose en el estudio de variables de personalidad, cognitivas y emocionales.

Sin embargo, otros estudios han explicado la ocurrencia de los eventos delictivos apoyándose en las investigaciones que han indicado que los jóvenes infractores no suelen especializarse en sus carreras delictivas, sino que son predominantemente versátiles en el desarrollo de las mismas. Así, se ha dicho que el típico delincuente que realiza actos violentos, vandalismo o tráfico de drogas también puede cometer robos y hurtos (Farrington y Welsh, 2007).

Algunos autores consideran que, en lugar de buscar una teoría acerca de por qué hay jóvenes que desarrollan una carrera delictiva, es más fructífero centrarse en el propio hecho antisocial (Garrido, 2005). Desde esta perspectiva se sugiere que los actos antisociales o delictivos ocurren cuando los beneficios esperados superan a los costes estimados como son el castigo legal y la desaprobación familiar y social. Así, cuando un joven toma la decisión de cometer un delito, generalmente ha aprendido a realizar una valoración automática de las posibilidades que tiene de conseguir su objetivo, de los beneficios y los costes que conlleva la decisión que ha tomado y en qué medida obtendrá los resultados esperados.

En consecuencia, para conseguir un cambio en el planteamiento personal que un joven puede hacer en relación a seguir delinquiendo, es importante considerar el análisis de las distintas variables propuestas para poder ayudar a estos adolescentes a generar un cambio de actitudes y unas expectativas positivas para poder abordar con éxito el programa de intervención que se desarrolla en este manual.

En este módulo se buscará que los/as jóvenes tomen consciencia de sus propios episodios agresivos y violentos desde una perspectiva que considere los cambios en su ciclo vital. Asuman una responsabilidad personal en la comisión de delito. Analicen sus propias motivaciones para delinquir y evalúen su disposición real al cambio².

² Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 “EVALUACIÓN DEL COMPORTAMIENTO DELICTIVO”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique características presentes en su comportamiento antisocial/delictivo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica características presentes en su comportamiento antisocial/delictivo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	✓ Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Entrevista personal (versión extensa). ✓ Entrevista personal (versión abreviada). ✓ Cuestionario. ✓ Mi perfil. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad con la presentación de los participantes mediante una dinámica de elección del monitor, adecuada a las características de los participantes. En esta etapa de profundización diagnóstica se le explicará a el/la joven que será incorporado a un proceso de evaluación a fin de conocer sus principales necesidades de intervención y determinar de esta forma el grado de profundización de los objetivos de su plan de intervención individual en el ámbito del control de la agresividad y la violencia. Se le debe informar que se realizará una entrevista personal y en una segunda sesión se le aplicará un cuestionario y posteriormente se analizará en conjunto los resultados de los mismos a fin de que él/ella pueda auto-observar los resultados de este proceso de evaluación. La evaluación de la conducta antisocial/delictiva es realizada mediante una entrevista clínica estructurada centrada en las siguientes áreas: características personales, familiares y sociales, comportamiento delictivo (tipo de delito, nivel de violencia, frecuencia, gravedad y generalización a otros ambientes), contexto en el que surge el comportamiento delictivo, reacciones inmediatas de familiares y otros testigos del incidente, consecuencias a corto y largo plazo, interpretación de claves ambientales, factores de mantenimiento y delitos previos. Una vez finalizada la entrevista, se procede en una segunda sesión a la completación de un cuestionario para la evaluación del comportamiento agresivo de los jóvenes. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Delito: quebrantamiento de la ley. Acción o hecho reprochable. Acción u omisión voluntaria o imprudente penada por la ley. Por ejemplo, se podría hablar de delitos contra la propiedad (incendio), delitos contra las personas (agresiones, homicidio) y delitos contra el orden y seguridad (desorden). ✓ Violencia: manera intencionada de comportarse que mediante la utilización de la fuerza física puede causar daños físicos y psicológicos a otra persona. Existen muchas formas de violencia que son castigadas como delitos por la ley.

DESCRIPCIÓN

La primera actividad del tiene como objetivo que el/la joven y el/la monitor se presenten en caso que no se conozcan, logren generar un ambiente adecuado de trabajo en el que puedan desarrollar el programa de tratamiento.

Después de la presentación, es importante decir características del Programa de trabajo que tendrá el Manual de intervención especializado para el control de la agresividad y la violencia.

Es importante decir que:

“El objetivo no es analizar su manera de comportarse y sobretodo los hechos por los que llegó aquí al programa de sanción. Nosotros no estamos para juzgarte ni culpabilizarte. Si estás aquí nuestra única obligación y compromiso es ayudarte a que puedas venir al programa que estamos realizando para que puedas aprender distintas estrategias que te ayuden a enfrentar las situaciones conflictivas de tu vida sin que tengas que llegar a tener comportamientos que la ley y la sociedad consideran antisociales o inadecuados. Lo que hagamos en el contexto del programa es confidencial y nosotros vamos a ser muy respetuosos con toda la información que nos entregues a lo largo de la aplicación del mismo. Si decides trabajar y comprometerte de forma responsable puedes aprender cosas importantes para tu vida futura. Nuestro trabajo consiste en ayudarte a que puedas manejar adecuadamente los problemas que te estén causando molestias o que puedan llevarte de nuevo a tener problemas con la ley”.

Tras la presentación del Manual se puede solicitar a el/la joven que indique:

- ✓ La característica que mejor le defina.
- ✓ Lo que cree que va a conseguir con su participación en el programa de trabajo.

1. Entrevista personal:

La entrevista personal tiene una importancia crucial para que el programa que se inicia se desarrolle de forma adecuada. Debe realizarse de forma individual en cualquiera de los dos formatos que se presentan en la carpeta de recursos, ya que posibilita un mejor conocimiento de las características psicológicas y sociales del joven y, además, también sirve para poder determinar el punto de partida en el que se encuentra cada uno de los participantes a la hora de conformar el grupo.

Se le entrega a el/la joven la hoja de “Entrevista personal [versión extensa]” o la hoja “**Entrevista personal** [versión abreviada]”, que consisten en una entrevista clínica personal que sirve para conocer las principales características psicológicas de los jóvenes y, fundamentalmente, de su comportamiento antisocial/delictivo. Se presentan dos formatos, eligiendo el monitor la versión que mejor se ajuste a las características de el/la joven con el que se va a trabajar.

Se puede presentar así:

“La hoja que te voy a entregar incluye una serie de preguntas sobre tu vida y sobre los hechos por los que has pasado. Debes ser sincero a la hora de contestarlas, pues nadie más que nosotros tendrá acceso a la información que escribirás en esta hoja. Cualquier duda que tengas, no dudes en consultarme”.

2. Cuestionario sobre características del comportamiento agresivo

Para realizar esta actividad se hace entrega de la hoja “Cuestionario”, que plantea una serie de preguntas que van a servir para caracterizar el comportamiento agresivo de el/la joven.

Se puede iniciar la actividad con la siguiente explicación:

“A continuación te voy a entregar un cuestionario que tienes que rellenar en silencio y de forma individual. De nuevo, te voy a pedir que seas sincero en tus respuestas, nadie más que tú va a conocer tus respuestas. Cualquier duda que tengas en alguna pregunta, puedes consultarla de forma inmediata. Lo que vamos a evaluar en este cuestionario son las características que tiene tu comportamiento cuando es agresivo, considerando actos de agresividad física, verbal, proactiva o reactiva. ¿Sabes en qué consisten estos tipos de agresión?”.

Se deja que el/la joven aporte ideas y, a continuación, se le da la siguiente explicación:

“La agresión física son los actos de violencia que realizamos al agredir a otra persona utilizando nuestros dientes, brazos, piernas o el cuerpo entero o mediante la utilización de armas como cuchillos, armas de fuego u otros objetos. Por ejemplo, dar un empujón, una bofetada, una patada, un golpe o un puntazo. La agresión verbal son los actos de violencia que nosotros verbalizamos contra otra persona, por ejemplo, un insulto, una amenaza, un desprecio o una humillación. La agresión reactiva son actos de agresión a una persona que se realizan ante una provocación o una amenaza percibida que puede ser real o imaginaria. Con este tipo de agresión no se busca ningún fin o recompensa. Este tipo de agresión es más hostil o impulsiva. La agresión proactiva son actos agresivos de naturaleza instrumental, premeditada y planificada para conseguir un fin determinado, por ejemplo, obtener dinero, control sobre alguien o cualquier otra recompensa”.

Tras la explicación, se resuelven posibles dudas y comprobamos que hayan entendido las definiciones aportadas.

	<u>Las claves de corrección del cuestionario son las siguientes:</u> - Agresividad física: suma de las puntuaciones de los ítems 1, 5, 9, 13, 17, 21, 26, 28. - Agresividad verbal: suma de las puntuaciones de los ítems 2, 6, 10, 14, 18. - Agresividad proactiva: suma de las puntuaciones de 3, 4, 8, 11, 15, 20, 22, 24, 25. - Agresividad reactiva: suma de las puntuaciones de 7, 12, 16, 19, 23, 27, 29. Una vez que haya completado el cuestionario, el/la joven deberá corregirlo y realizar su perfil de comportamiento agresivo (hoja de recursos “mi perfil”) añadiendo en la gráfica de la hoja “Mi perfil” su puntuación en cada escala, la puntuación máxima y mínima en cada una de ellas, y comentando a continuación los resultados obtenidos por el/la joven. Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Las preguntas de evaluación se realizarán al inicio de la siguiente sesión, con el fin de comprobar la asimilación de contenidos y realizar una síntesis de lo trabajado. 1. Cuando, además de hacer daño a una persona, busco obtener una recompensa, estoy ejerciendo un acto de agresión reactiva (FALSO). 2. Una amenaza es un acto de agresión física (FALSO). 3. Si despreciamos a una persona, la estamos agrediendo verbalmente (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a él o la asistente su participación y se le deja citado para la próxima sesión.

Propiedad



ACTIVIDAD SOCIOEDUCATIVA N° 2

CARACTERÍSTICAS DEL COMPORTAMIENTO DELICTIVO

OBJETIVOS	✓ Que el/la joven conozca las características del comportamiento delictivo y la importancia del cumplimiento de las normas jurídicas y sociales.
INDICADORES DE LOGRO	✓ El/la joven conoce el concepto de comportamiento antisocial/delictivo. ✓ El/la joven comprende la necesidad e importancia de las normas jurídicas y sociales. ✓ El/la joven conoce las consecuencias del incumplimiento de las normas sociales y jurídicas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Hojas blancas (una por participante). ✓ Lápiz. ✓ Plumones y pizarra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "El proyecto". ✓ Hoja de recursos "Cuestionario". ✓ Hoja de recursos "definiciones". ✓ Hoja de recursos "Información resumida para el monitor". ✓ Hoja de recursos "Delincuente o no delincuente". ✓ Hoja de recursos "Auto-registro". ✓ Hoja de recursos "El adolescente de los clavos". ✓ Pauta de evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión se pretende que los participantes interioricen una visión más global del concepto de comportamiento antisocial/delictivo y del contexto en el que se inserta (considerando leyes y normas sociales) y ajustando estos conocimientos a su experiencia personal. Para ello, se proponen 3 actividades para explicar y demostrar la importancia que tienen las leyes y normas sociales y la importancia que tiene aprender a cumplirlas para vivir en un mundo que dé sentido a su realidad personal y social. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Norma: regla establecida en un determinado contexto social para regular el comportamiento de un individuo. ✓ Delito: quebrantamiento de la ley. Acción realizada por un individuo que es reprobable socialmente. Acción u omisión voluntaria o imprudente penada por la ley. ✓ Sanción judicial: castigo impuesto, conforme a la ley, por los jueces o tribunales a los autores responsables de un delito o falta.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: El proyecto Con esta actividad se busca demostrar la importancia que tienen las normas personales y sociales para regular nuestro comportamiento, la necesidad de conocerlas y el papel que cada uno de los miembros del grupo tiene en relación a ellas.

El monitor da la siguiente explicación:

“En esta sesión vamos a definir de una forma más concreta lo que es el comportamiento antisocial, considerando el papel que juegan las normas sociales en su regulación. Por ello, antes de empezar me gustaría saber si conocen lo que es una norma, y si es así, ¿qué piensan sobre ellas?”

Se abre un debate para que los participantes opinen sobre el tema planteado.

A continuación, se reparte a cada uno de los miembros del grupo una hoja en blanco y un lápiz, indicándoles que van a realizar de forma individual un proyecto, en el que tienen que concentrarse para que salga bien (es importante que no haya ningún tipo de comunicación entre ellos y, si es necesario, se separan para que no pueden copiar unos de otros). Cada uno de ellos deberá diseñar una de las partes del proyecto, intentando imaginar lo que estarán haciendo sus compañeros. El monitor elegirá el objeto a dibujar, por ejemplo, un coche, una persona, etc.

Una vez finalizada esta actividad, se unen todas las partes y se observa el resultado. Se pide a los participantes que den su opinión sobre lo que se ha obtenido y, finalmente, se entrega la **hoja de recursos** “El proyecto” y se analiza la importancia que tiene establecer normas para realizar cualquier actividad, por simple que parezca.

→ **Hoja de recursos** “El proyecto”

Instrucciones: responde a las preguntas que aparecen a continuación.

¿Cuál ha sido el resultado?	- Un objeto muy raro - Un desastre - No sabría definirlo
¿Qué ha ocurrido?	- Ha sido un desorden - No sabíamos cómo hacerlo - Desorganización - Cada uno ha hecho lo que ha querido - No había normas al respecto
¿Qué crees que ha faltado?	- Unas normas claras - Comunicación - Organización
¿Cómo crees que se hubiera obtenido un mejor resultado?	- Especificando las normas - Organizándonos - Comunicándonos - Respetando las normas
¿Cómo podemos conseguir que todos respetemos las normas?	- Obligando a cumplirlas - Haciendo otras normas para quien no respete las establecidas para el proyecto - Explicar lo que les puede ocurrir si no cumplen las normas

A continuación, se realiza un plenario sobre cómo realizar de nuevo un proyecto, planteando entre todos unas normas para su desarrollo. El monitor participa en la dinámica pero sin seguir las normas acordadas entre los miembros del grupo. Con ello, se intenta hacer una reflexión sobre cómo afecta la forma de comportarse de cada miembro del grupo al resultado final del proyecto acordado entre todos y, además, se puede analizar esta forma de actuación para resaltar la importancia que tiene el comportamiento individual dentro de un grupo.

Actividad N° 2: ¿Tú qué opinas?

Con esta actividad los participantes aportan su visión personal sobre lo que es el comportamiento antisocial/delictivo. El monitor da la siguiente explicación: “ahora que ya hemos visto la importancia que tienen las normas para guiar nuestro comportamiento, vamos a ver ¿cómo entienden ustedes lo que se considera un comportamiento antisocial y/o delictivo?”.

Se deja que los jóvenes vayan aportando ideas, anotando en una pizarra los conceptos importantes que surjan en relación al tema planteado y, a continuación, los miembros del grupo completan la **hoja de recursos** “Cuestionario”, que consiste en responder un breve cuestionario sobre normas y leyes. Se podrá realizar de forma individual escribiendo cada joven las respuestas al mismo o, en caso necesario, se realiza mediante un debate grupal. En

cualquiera de las dos modalidades el monitor debe sintetizar las respuestas más adecuadas que hayan surgido del trabajo realizado por el grupo y pedirá a cada miembro que complete el cuestionario.

→ Hoja de recursos “Cuestionario”

Instrucciones: responde las siguientes preguntas sobre normas y leyes.

- ¿Qué es una norma?
- ¿Para qué sirve?
- ¿Quién las establece?

- ¿Qué tipo de normas existen?

- ¿Qué hacen las Leyes Penales?

- ¿Qué es un delito?

- ¿y una condena judicial?

- Pon tres ejemplos de comportamientos antisociales/delictivos:

- 1.
- 2.
- 3.

Tras escribir en la pizarra las definiciones aportadas por los jóvenes, se les entrega un breve material informativo en **hoja de recursos** “definiciones” que se leerá en voz alta, realizándose finalmente un debate sobre los conceptos explicados y aplicándolos a cada caso concreto.

Al final de la sesión, en la **hoja de recursos** “Información resumida para el monitor”, el monitor dispone de un material adicional para el manejo del debate y para la resolución de cualquier tipo de duda que pueda surgir.

Una vez que se haya leído la **hoja de recursos** “definiciones” se realiza un debate sobre los contenidos de la misma y se le pide a los participantes que pongan ejemplos personales de conductas concretas de su historial que guarden relación con cada uno de los conceptos y, finalmente, se hace una síntesis de las opiniones más importantes y su relación con la ley de responsabilidad penal adolescente N° 20.084.

Actividad N° 3: Delincuente o no delincuente

Esta actividad permitirá a los/las jóvenes aprender a diferenciar lo que es un comportamiento antisocial/delictivo de lo que no lo es. Es importante que en cada uno de los supuestos de la **hoja de recursos** “delincuente o no delincuente” se consideren las distintas opiniones que aporten los jóvenes con el fin de alcanzar una conclusión sobre cuál es la mejor opción de respuesta para cada uno de los casos.

De forma simultánea se puede realizar un debate sobre quién tiene la responsabilidad por lo ocurrido en cada uno de los supuestos, con el fin de corregir los conceptos erróneos sobre la responsabilidad individual ante los hechos delictivos que se analicen.

→ **Hoja de recursos** “delincuente o no delincuente”

SITUACIÓN	PREGUNTAS
Ana es una chica de 17 años a la que le gustaba mucho salir un sábado por la noche a la disco, pero ni ella ni sus amigas tenían a nadie que pudiera llevarlas. Llevaba varios meses practicando para aprender a conducir. Entonces se le ocurrió la posibilidad de sacar el auto de su padre, sin que él se enterara, y así podría salir con sus amigas de fiesta. Pues así lo hizo, aprovechando que sus padres iban a salir a casa de unos familiares que vivían muy cerca, Ana cogió el coche y pasó a buscar a sus amigas. De camino a la disco se produjo un accidente en el que nadie resultó herido grave, pero los autos quedaron con muchos daños.	¿Cuál de las siguientes alternativas se adecua al comportamiento de Ana? a) Tránsito de una norma. b) Tránsito de una ley. Si el accidente no hubiera ocurrido y el padre no se hubiera enterado, ¿también se consideraría como una conducta antisocial, falta y/o delito? ¿Quién es el responsable o sobre quién debería recaer la culpa por este hecho? ¿Ana, sus amigas o sus padres?
Antonio es un adolescente de 14 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que tanto le gusta y que llevan todos sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprarlas, Antonio se enfada mucho, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo.	¿Cuál de las siguientes alternativas se adecua al comportamiento de Antonio? a) Tránsito de una norma. b) Tránsito de una ley. ¿De quién es la culpa: de la madre por no comprarle las zapatillas, de los amigos por llevar ropa de marca o de Antonio por haber agredido a su madre? Aporta nuevas alternativas que se te ocurran para solucionar este problema.
Pedro es un chico de 15 años de escasos recursos económicos, que piensa que no sabe hacer nada y que suele estar solo porque tiene mucha dificultad para hacer amigos. Además, no le va bien en el colegio porque le resulta muy difícil estudiar, aunque nunca ha tenido problemas con sus compañeros.	Como Pedro presenta algunas dificultades en su vida, ¿crees que es un delincuente? ¿Por qué?

Laura es una joven de 16 años a la que le gusta beber alcohol los fines de semana. Habitualmente se emborracha los sábados por la tarde y frecuentemente inicia peleas con otras chicas. Además, le divierte mucho robar en los bolsos de otras chicas mientras bailan en la disco.	¿Cuál de las siguientes alternativas se adecua al comportamiento de Laura? a) Tránsito de una norma. b) Tránsito de una ley. ¿De quién es la responsabilidad de abusar del alcohol, de Laura o de sus amigas?

Actividad complementaria

El objetivo de esta tarea es la consolidación de los conocimientos adquiridos durante la sesión, así como obtener una adecuada generalización a la situación concreta de cada joven. El monitor entrega la **hoja de recursos** “auto-registro”, pidiéndoles que registren su propio comportamiento delictivo o conductas que se consideren anti normativas para la próxima sesión.

→ **Hoja de recursos** “Autorregistro retrospectivo sobre el comportamiento antisocial/delictivo”

Situación	Conducta realizada	Tipo ¿Tránsito de norma o ley?

Actividades opcionales

De forma alternativa o adicional a alguna de las actividades propuestas, podrían realizarse actividades como la creación de un decálogo de normas para el funcionamiento del grupo durante el desarrollo del programa.

Otra alternativa podría ser la lectura de la fábula recogida en la **hoja de recursos** “El adolescente de los clavos” (versión modificada de la fábula “El niño de los clavos”), realizando una reflexión en relación con el tema que se ha trabajado en la sesión. Se podrían hacer preguntas como: ¿Cuáles han sido las consecuencias de mi carácter?, ¿Qué clavos podría quitar de los que he clavado en algún sitio?, ¿Qué puedo hacer cuando soy víctima de los clavos de otras personas?

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

1. Una sociedad o grupo de personas podría funcionar con éxito sin la existencia de normas sociales o grupales (FALSO).
2. Cuando se incumple una norma, se está incumpliendo una ley (FALSO).
3. La persona que comete un delito va a sufrir consecuencias a nivel personal pero también a nivel grupal, familiar, etc. (VERDADERO).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3

ANÁLISIS FUNCIONAL DEL COMPORTAMIENTO DELICTIVO

OBJETIVO	✓ Que el/la joven comprenda las conductas antisociales y analice pensamientos, emociones y conductas que tienen lugar en su desarrollo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven comprende lo que son las conductas antisociales a través de un análisis personal. ✓ El/la joven conoce cuales son los pensamientos, emociones y conductas anteriores a la comisión de un delito, durante la realización del mismo y después de haber delinquido. ✓ El/la joven logra una reflexión personal sobre sus propias cogniciones, emociones y conductas relacionadas con sus hechos delictivos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra y plumón. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Análisis funcional de la conducta de Alejandro". ✓ Hoja de recursos "Mi conducta antisocial/delictiva". ✓ Hoja de recursos "Análisis de una conducta inadecuada". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Después de revisar la actividad complementaria de la sesión anterior, intentaremos que los jóvenes comprendan lo que son las conductas antisociales y las analizaremos desde una perspectiva individual mediante un análisis funcional. Aprender a conocer cuáles son los pensamientos, emociones y conductas anteriores a la comisión de un delito, durante la realización del mismo y después de haber delinquido. Las leyes hacen referencia a la transgresión conductual, pero nunca a la cognitiva ni a la emocional. Aunque estos componentes, desde un enfoque psicológico, están implicados en la comisión de un hecho delictivo y tanto los pensamientos como las emociones que experimenta el joven pueden ser anteriores y/o simultáneas en el tiempo a la transgresión conductual que caracteriza al delito propiamente dicho. Para que los miembros del grupo comprendan este importante concepto, se desarrollará una primera actividad en la que se pondrán ejemplos de cada uno de los elementos del comportamiento de un joven al realizar una conducta antisocial/delictiva. A continuación, se desarrollará una segunda actividad en la que se les pedirá que sean ellos mismos los que pongan ejemplos basándose en sus propias vivencias, y le ayudaremos a analizarlos, siguiendo el esquema del análisis funcional. Para consolidar el aprendizaje de estos conceptos se les sugerirá que realicen un análisis funcional de algunas situaciones problemáticas surgidas durante el periodo intersesiones. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Componente cognitivo: se refiere a los pensamientos, ideas, atribuciones y creencias que el joven tiene cuando realiza un hecho delictivo. ✓ Componente afectivo: se refiere a los sentimientos y emociones que el joven tiene durante el comportamiento delictivo. ✓ Componente conductual: Son las acciones y respuestas que el joven realiza cuando comete un delito.

DESCRIPCIÓN**Actividad N° 1:** Revisión de la actividad complementaria

En esta primera actividad revisamos el auto-registro sobre un comportamiento antisocial/delictivo planteado en la sesión anterior, debatiendo y extrayendo conclusiones sobre situaciones concretas que reflejen los participantes.

Actividad N° 2: Tres en uno

Esta actividad se dirige a explicar a los jóvenes de forma breve en qué consiste el análisis funcional del comportamiento antisocial a través de la **tabla** “Componentes psicológicos de un hecho antisocial/delictivo”. El monitor aportará todos los ejemplos que considere necesarios para la adecuada comprensión de los conceptos, pidiendo también a los participantes que aporten ejemplos concretos tras la explicación de cada uno de los conceptos: “cualquier conducta que realiza un ser humano, tiene 3 componentes fundamentales, y el comportamiento antisocial/delictivo tiene las mismas características que cualquier otra forma de comportamiento humano, no es un hecho aislado, sino que puede analizarse de la misma manera que cualquier otra conducta.

Los tres componentes que lo forman son:

- **Pensamientos:** justificaciones y explicaciones que damos de una determinada conducta. Por ejemplo, de un robo con intimidación: minimizarlo (“no iba a hacerle daño”, “no ha sido para tanto”, “no ha sido tan grave”) o justificarlo (“si hubiera colaborado más”).
- **Sentimientos:** lo que sentimos, las emociones que acompañan a una conducta. Por ejemplo, cuando insultamos a alguien qué sentimos. Las emociones pueden ser positivas (alegría, optimista, contento, entusiasta) y negativas (ira, hostilidad, ansiedad, nerviosismo).
- **Conductas:** los actos que realizamos en un determinado contexto en el que se comete un acto delictivo como, por ejemplo, dar un puñetazo a alguien cuando discutimos, herir con una arma blanca a alguien al intentar robarle o forzar a una persona a tener relaciones sexuales sin su consentimiento.

Tabla N° 1: “Componentes psicológicos de un hecho antisocial/delictivo”

PENSAMIENTOS + SENTIMIENTOS + CONDUCTAS = ACTO DELICTIVO

Ejemplo:

Necesito dinero para comprar droga, “así no puedo aguantar más tiempo”
+ ansiedad, nerviosismo
+ salgo a la calle y me fijo en alguien fácil de robar, saco la cuchilla y le asalto
= ROBO CON VIOLENCIA

“Además, cualquier hecho delictivo siempre va precedido de una o varias situaciones que harán más probable que se cometa un acto delictivo. Por último, el comportamiento antisocial/delictivo tiene una serie de consecuencias a corto y a largo plazo, que se observa en la siguiente tabla:

Tabla Nº 2: “Antecedentes y consecuencias de un hecho antisocial/delictivo”**ANTECEDENTES □ CONDUCTA DELICTIVA □ CONSECUENCIAS****Ejemplo:**

Estar con síndrome de abstinencia y no tener dinero para comprar □ Robo con violencia

□ **A corto plazo:** satisfacción por haber conseguido el dinero;

□ **A largo plazo:** Deterioro personal y social por el consumo y ser juzgado por robar.

“Les enseñaremos a identificar actos antisociales/delictivos analizando pensamientos, emociones y conductas, así como los antecedentes y consecuencias que tienen para ustedes mediante la aplicación de estos conceptos al protagonista de la siguiente historia”.

Se lee en voz alta el caso:

“Alejandro iba en un vagón del metro con la intención de robar si se daba la situación adecuada. De pronto observó que la mujer que estaba delante de él tenía el bolso abierto y aparentemente estaba distraída. En ese momento, empieza a desencadenarse un deseo fuerte de robar la billetera. Pensó “saca la billetera, no se va a enterar, se está dando la oportunidad”, aunque algo nervioso (en esta ocasión mucho menos que las primeras veces que había hecho algo similar) metió la mano en el bolso de la mujer y sacó su billetera cuando el tren estaba cerca de la próxima estación y, así, poder salir y asumir menos riesgos en caso de que la mujer se enterara. Aparentemente estaba tranquilo pero el corazón latía con una frecuencia mayor de la normal. Una vez en la estación y con las puertas del metro cerradas y la mujer dentro del vagón, Alejandro sintió un alivio, “esta vez me he librado” pensó. Pero un guardia de seguridad le había visto desde fuera, cuando observó que se acercaba hacia él empezó a ponerse muy nervioso, sus piernas empezaron a temblarle y pensó “¡chuta, otra vez la embarré!”

Una vez leído el ejemplo se pide a los jóvenes que analicen la conducta antisocial/delictiva de Alejandro según lo que acabamos de explicar, mediante la realización de un análisis funcional del hecho delictivo cometido por Alejandro. Se describirá la situación, los pensamientos, emociones, conductas y consecuencias. Para realizar esta tarea se puede utilizar la **hoja de recursos** “Análisis funcional de la conducta de Alejandro”. A continuación se ponen en común los resultados de esta actividad y el monitor apunta en la pizarra el resultado final.

→ **Hoja de recursos** “Análisis funcional de la conducta de Alejandro”

Instrucciones: analiza la conducta de Alejandro.

SITUACION	PENSAMIENTOS	EMOCIONES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS
En un vagón del metro cuando el tren estaba cerca de la próxima estación.	Saca la billetera, no se va a enterar, se está dando la oportunidad.	Algo nervioso	Metió la mano en el bolso de la mujer y sacó su billetera.	Corto plazo: sintió un alivio, “esta vez me he librado”. Se puso nervioso cuando el guarda de seguridad se acercó y le detuvo y pensó “¡chuta, otra vez la embarré!” Largo plazo: continuar con la carrera delictiva.

Actividad N° 3: Mi foto

Con esta actividad se aplican los conocimientos adquiridos sobre el análisis funcional a conductas concretas de cada participante, para que aprendan diferenciar los distintos componentes de un hecho antisocial/delictivo. El monitor puede introducir esta actividad de la siguiente forma:

“Ya hemos analizado la situación de Alejandro. Me pregunto si también serán capaces de analizar su propio comportamiento, para ello me gustaría pedirles que piensen en cómo fue la situación que los llevó a cometer el delito por el que están aquí en el Programa y lo analicen de la misma forma como lo hemos hecho con el caso de Alejandro”.

Se entrega a cada participante la **hoja de recursos** “Mi conducta antisocial/delictiva”. En ella deberán realizar el análisis funcional de su propia conducta antisocial/delictiva. Para empezar esta actividad el monitor pide a los jóvenes que vayan comentando sus hechos delictivos y, a medida que cada uno va hablando, le va haciendo preguntas que le ayuden a ir describiendo los distintos componentes de una conducta delictiva.

Si algún joven no ha sido capaz de describir su situación particular se le puede sugerir cuál de las conductas verbalizadas por sus compañeros se ajusta más a su situación particular y se le pide que la anote en la hoja.

En la siguiente **tabla** se presentan diferentes preguntas para ayudar a los jóvenes a describir sus situaciones:

→ **Hoja de recursos** “mi conducta antisocial/delictiva”

Instrucciones: analiza tu propio comportamiento antisocial.

Describe los hechos:

SITUACION	PENSAMIENTOS	EMOCIONES	CONDUCTAS	CONSECUENCIAS
				Corto plazo:
				Largo plazo:

→ **Tabla** “Posibles preguntas para ayudar al joven a describir sus conductas antisociales/delictivas”.

Análisis funcional	Preguntas
Antecedentes	¿En qué situación estabas? ¿Qué estabas haciendo? ¿Había más personas presentes? ¿Qué recuerdas del lugar, hay algo que llame tu atención? ¿Qué ocurrió antes de que se desarrollaran los hechos?
Conductas	Pensamientos: ¿Qué pensaste en ese momento?
	Emociones: ¿Qué sentiste en el momento de cometer el delito?
	Conductas: ¿Cómo fue? ¿Recuerdas que cosas hiciste?
Consecuencias	A corto plazo: ¿Cómo te sentiste al finalizar? ¿Pensaste en algo concreto? ¿Qué hiciste? A largo plazo: ¿Cómo ha afectado a tu vida personal, familiar y con los amigos ese hecho delictivo?

	Otra alternativa en la forma de realizar esta actividad sería, en primer lugar, analizar un hecho delictivo de uno de los miembros en la pizarra y luego pedir a los demás que analicen su caso con la hoja de recursos “Mi conducta antisocial/delictiva”. Para terminar el ejercicio el monitor deberá hacer un resumen de las ideas válidas aportadas por los miembros del grupo. El monitor debe garantizar que en la descripción del hecho delictivo estén presentes los componentes del análisis funcional que el joven va a analizar a continuación. Actividad N° 4: Actividad complementaria Con el fin de generalizar y consolidar los conocimientos adquiridos, se plantea a los participantes que, durante el tiempo que transcurra hasta la siguiente sesión, realicen un auto-registro de los componentes del análisis funcional sobre algún comportamiento inadecuado que tenga lugar durante estos días. El monitor resumirá la sesión de la siguiente forma: “Hoy hemos aprendido a analizar su conducta antisocial de una forma que antes no lo hacían, pero para perfeccionar este análisis sería conveniente que continuaran practicando. Para ello pueden registrar en la hoja de recursos “Análisis de una conducta inadecuada”, el análisis que hagan sobre un comportamiento inadecuado que les ocurra desde hoy hasta la siguiente sesión”. Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Un comportamiento antisocial o delictivo, al igual que cualquier conducta, se compone de lo que hacemos y de lo que sentimos al hacerlo (FALSO). 2. Los hechos o situaciones que ocurren inmediatamente antes de una conducta antisocial influyen en que la conducta se produzca (VERDADERO). 3. Las consecuencias de una conducta antisocial o delictiva solo se producen inmediatamente después de que ésta ocurra (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 MOTIVACIÓN PARA EL COMPORTAMIENTO DELICTIVO

OBJETIVO	✓ Que el/la joven comprenda cuales son los motivos que llevan a un adolescente a desarrollar un comportamiento antisocial/delictivo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven reconoce las motivaciones que llevan a un adolescente a desarrollar un comportamiento delictivo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra y plumones. ✓ Lápices.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "La motivación". ✓ Hoja de recursos "Tres historias de conductas antisociales". ✓ Hoja de recursos "Otros motivos". ✓ Hoja de recursos "Mis propios motivos". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Revisada la tarea complementaria de la sesión anterior, se analizan los posibles motivos que los jóvenes sean capaces de verbalizar a la hora de explicar su propio comportamiento antisocial/delictivo. Se les pregunta qué entienden ellos por motivación, una vez aportada una breve información teórica sobre qué es la motivación y qué dinámica suelen seguir los procesos motivacionales. Para profundizar en el análisis de las motivaciones, dividiremos los motivos en dos tipos, intrapersonales e interpersonales, aplicando esta clasificación tanto a casos hipotéticos como a sus propias experiencias antisociales/delictivas. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Motivación: proceso que se activa para guiar la conducta de un individuo hacia la satisfacción de necesidades fisiológicas, de supervivencia, sociales y a la consecución de metas personales. ✓ Influencia: es la habilidad que tiene una persona para ejercer poder (en cualquiera de sus formas) sobre una persona, un grupo o un acontecimiento en particular. ✓ Meta: fin al que se dirigen las acciones o deseos que alguien tiene.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa y se debate acerca de las actividades realizadas por los jóvenes en los auto-registros sobre análisis funcional de la sesión anterior, realizando las aclaraciones o explicaciones oportunas. Actividad N° 2: ¿Qué es la motivación? Esta actividad incluye, en primer lugar, una lluvia de ideas sobre lo que es la motivación, dando cada uno de los participantes una definición aproximada, definiciones que se irán apuntando en la pizarra. A continuación el monitor establece la definición de motivación que se explica en la hoja de recursos "La motivación".

Para introducir esta actividad puede dar la siguiente explicación: “detrás de cualquier acción humana siempre se esconde algún motivo que nos lleva a desarrollarla, de forma que existen múltiples motivos que pueden ser claros, más básicos o más complejos, de distinta naturaleza, pero siempre hay una motivación detrás de nuestro comportamiento. Por ejemplo, si yo tengo una prueba y estudio para que me vaya bien, mis motivos pueden ser diversos: obtener el título necesario para dedicarme a una profesión que me gusta, si vuelvo a repetir mis padres no me dejan salir en un mes, por haber hecho una apuesta con mi primo a ver quién le va mejor y pasa de curso, para sentirme más orgulloso de mí mismo, porque me gustan los desafíos, para evitar el sentimiento de culpa que tengo cuando quedo repitiendo”.

Después de estas aclaraciones, se le explica a los participantes el proceso motivacional, ayudándose del ejemplo de la **hoja de recursos** “La motivación” (robo), así como de los tipos de motivaciones.

→ **Hoja de recursos** “La motivación”

La motivación es el proceso que dirige el comportamiento hacia un objetivo, como la satisfacción de necesidades biológicas, necesidades de supervivencia y sociales, obtención de metas o consecución de planes.			
Los procesos motivacionales siguen una secuencia similar a la que se plantea aquí.			
1. ANTICIPACIÓN	2. ACTIVACIÓN Y DIRECCIÓN	3. APROXIMACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN	4. RESULTADO
Se desarrollan expectativas sobre lo que sucederá. Se experimenta un deseo de conseguir una meta. “Si lo consigo, tendría dinero para comprarme los pantalones que me gustan”.	La conducta motivada se activa por un estímulo interno o externo. “Por ahí viene una mujer sola, no hay nadie más por la calle”.	Se llevan a cabo acercamientos a la meta mediante diferentes estrategias que van siendo evaluadas en base a su éxito o fracaso. “Voy andando en dirección contraria a la suya para que una vez que nos crucemos pueda colocarme detrás de ella, mientras vigilo que no haya nadie más cerca”.	Se valoran las consecuencias de la conducta. Se analizan los obstáculos. Aparecen respuestas emocionales: satisfacción y frustración. “Ha merecido la pena robarle la cartera, llevaba 1 millón de pesos en la billetera”, “La verdad, ha sido muy fácil”, “me siento bien”.

→ **Hoja de recursos** “Tipos de motivos”

INTRAPERSONALES	INTERPERSONALES
En relación con uno mismo: estados emocionales negativos (tristeza, ira), estado físico negativo (enfermedades), estados emocionales positivos (alegría, celebraciones importantes), poner a prueba el control personal, deseo y tentación.	En relación con los demás: conflictos interpersonales (familia, pareja, amigos), presión social (amigos, conocidos, otros), estados emocionales positivos (celebraciones, ocasiones especiales).

El monitor se asegurará de la comprensión de los contenidos y los participantes podrán aportar ejemplos personales en cuanto a tipos de motivos.

Actividad N° 3: Tres historias

Se les reparte a los jóvenes la **hoja de recursos** “Tres historias de conductas antisociales”, en la que se presentan tres supuestos sobre conductas delictivas y se pide a los miembros del grupo que analicen y escriban sobre las posibles motivaciones que podrían tener esos jóvenes para cometer esos hechos antisociales/delictivos y luego se clasifican esas conductas en cuanto a su tipología intrapersonal o interpersonal. Al finalizar, se hace una puesta en común y se van apuntando las ideas en la pizarra.

Además de las motivaciones analizadas, podemos comentar otras, como: motivos económicos, necesidad de ser atendido, querido y valorado, afirmación de la identidad, búsqueda de prestigio (“hacerse valer”), valoración de uno mismo (fortalecer la autoestima, sentirse poderoso), búsqueda de compañía, necesidad de ser aceptado.

→ **Hoja de recursos** “tres historias de conductas antisociales”

Historias	Motivos Intrapersonales	Motivos Interpersonales
Fernando, de 15 años, y su banda se han especializado en el robo de autos. Se dedican al robo por “alunizaje”, asaltan tiendas para malvender las mercaderías y atacan a parejas en lugares apartados para asaltarlas. Sorprendidos, a veces, en sus delitos, entablan feroces persecuciones con carabineros, sin importarles transitan por las calles en dirección contraria o saltándose semáforos y señalizaciones, sin importar de los que salen a veces malheridos.		
Juan tiene tan solo 16 años y ya es uno de los delincuentes más temidos de la ciudad. Junto a su banda de colegas, entre los que se encuentran Pedro o Antonio, se dedican a los “portonazos” y a realizar delitos violentos hacia los demás con arma blanca y otros objetos. Los ingresos y posteriores fugas de centros de menores son algo habitual en la vida de estos jóvenes. Rosa es una joven de 17 años adicta a las drogas y a los juegos en general que cae en las redes de Juan y éste es cada vez más violento en sus acciones con el fin de impresionarla.		
Pedro está a punto de cumplir 18 años. Lleva varios años fumando marihuana, hace dos meses probó la cocaína y cada vez va aumentando su consumo. El dinero necesario lo obtiene traficando en compañía de su mejor amigo. Cuando su familia descubre su situación, Pedro huye de casa.		

Actividad N° 4: Otros motivos

Con esta actividad (**hoja de recursos** “Otros motivos”), se pretende que los participantes profundicen en el conocimiento de las motivaciones para la realización de hechos delictivos tanto en su caso concreto como una motivación general que tienen los jóvenes infractores para delinquir.

→ Hoja de recursos “Otros motivos”

A continuación se presenta una lista de posibles motivos para cometer actos antisociales/delictivos. Pon a su izquierda un número del 1 al 10, donde 0 = motivo poco probable para delinquir y 10 = motivo muy probable para delinquir, de manera que queden ordenados del 1 al 10, sin repetir números. Si alguno de estos motivos no te parece que pueda ocasionar un delito, pon un 0.

Motivo	En mi caso	Intra / Interpersonal
Querer algo y no poder comprarlo Intrapersonal		Intrapersonal
Necesidad de “caer bien” a los colegas.		Interpersonal
Aburrimiento		Intrapersonal
Ganas de “sorprender” a alguien.		Interpersonal
Motivos económicos		Intrapersonal
Necesidad de ser atendido		Intrapersonal
Búsqueda de prestigio o estatus		Interpersonal
Sentirse poderoso		Interpersonal
Búsqueda de compañía		Interpersonal
Deseo de venganza		Intrapersonal
Ira irrefrenable		Intrapersonal
Estar bajo el efecto de una droga.		Intrapersonal

¿Qué otros motivos que no se recogen en esta hoja pueden llevar a alguien a cometer un delito?

Actividad N° 5: Mis propios motivos

Se entrega la **hoja de recursos** “Mis propios motivos” a los participantes para que, al igual que en la actividad 3 en la que han tratado de imaginarse los motivos que tenían los protagonistas de las historias para cometer hechos delictivos, ahora hagan lo mismo con su propia historia personal para que reflexionen sobre cuáles han sido los motivos que les han llevado a ellos a delinquir y se ponen en común y se hace un debate guiado por el monitor. Es importante hacer una síntesis final, intentando diferenciar si ellos responden más a motivos intra o interpersonales y la importancia que tienen estos motivos para abordarlos en el tratamiento.

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. La motivación es un proceso que guía nuestro comportamiento hacia la obtención de un objetivo específico (VERDADERO). 2. Los motivos que pueden llevar a una persona a cometer un acto antisocial o delictivo solo pueden ser intrapersonales, referidos a sí mismo (FALSO). 3. Una persona que vuelve a cometer un delito, estará guiada necesariamente por el mismo motivo que tuvo en ocasiones previas (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual MIP



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 MOTIVACIÓN AL CAMBIO

OBJETIVO	✓ Que el/la joven comprenda la motivación al cambio, sus distintas etapas y objetivos como medio para alcanzar la superación del comportamiento antisocial/delictivo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce el concepto de motivación al cambio, sus distintas etapas y objetivos. ✓ El/la joven considera en donde está y donde quiere llegar en relación a la motivación al cambio. ✓ El/la joven se compromete a conseguir distintos objetivos y metas que le ayuden a superar su comportamiento antisocial/delictivo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Pizarra. ✓ Plumón para pizarra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos Mi motivación al cambio. ✓ Hoja de recursos Mi compromiso. ✓ Pauta de evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Esta sesión tiene por objetivo que cada joven considere dónde está y a dónde quiere llegar, sin que exista ningún tipo de presión. Para conseguir esta meta, nos basaremos en el Modelo Transteórico de Prochaska y DiClemente (1992) sobre la motivación al cambio de los seres humanos. En la primera actividad se explicarán los diversos estadios de la motivación al cambio, sus implicaciones y los objetivos a conseguir en cada uno de ellos. En la segunda actividad, cada participante se situará en uno de esos estadios, justificando porqué lo considera así y qué elementos tiene que tener en cuenta para estar en ese estadio y no en otro. En último lugar, cada participante decidirá por sí mismo cuáles son las metas a alcanzar con la realización del presente programa, comprometiéndose a llevarlas a cabo mediante la firma de un contrato. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Cambio: resultado de realizar nuevos hábitos de conducta que son más adaptativos desde un punto de vista personal, familiar y social. ✓ Motivación: conjunto de factores que impulsan a una persona a querer hacer algo o alcanzar una meta.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: ¿Qué es la motivación? Para que los participantes conozcan el proceso mediante el cual los seres humanos cambiamos, analizándolo en función del “modelo transteórico”, el monitor aporta la siguiente explicación, con la utilización de ejemplos concretos a cada situación: <i>“Cuando las personas queremos cambiar en algo, el cambio no implica un proceso rápido, sino que éste suele conseguirse mediante la superación de dificultades que nos llevan a superarlas de etapa en etapa. En cada una de ellas existen pensamientos y emociones que nos ayudan a conseguir el cambio de forma gradual hasta que al final somos capaces de lograr la meta que nos habíamos propuesto”.</i>

La posibilidad de cambio de una persona depende de la capacidad que tenga para hacer un planteamiento personal en cada fase del programa de tratamiento hasta alcanzar el objetivo final, que va a consistir en modificar el estilo de vida del joven infractor por otro que sea más adaptativo a sus necesidades personales, familiares y sociales. La decisión de cambio en cada fase del programa tiene más fuerza si esa necesidad la toma el propio joven con la ayuda de los monitores.

Según el “modelo transteórico” las fases o estadios a seguir para alcanzar el cambio son:

1. Pre contemplación del cambio: en esta etapa el joven no considera tener un problema ni que tenga nada que cambiar. Sin embargo, esto no implica que otras personas relevantes en su vida, como sus padres, hermanos y amigos sí piensen que lo tiene, siendo ellos los que están sufriendo las consecuencias de su forma de comportarse.

¿Podrías dar un ejemplo de lo que puede pensar un adolescente que se encuentre en esta fase?

(“yo no soy...”, “yo no tengo ningún problema”). Por ejemplo, el caso de un joven que traficando con drogas maneja más dinero del necesario en esta etapa de su vida. Sus padres se han dado cuenta de lo que pasa y hablan con él, pero él no considera tener ningún problema, más bien piensa que está en una situación muy buena y no se plantea cambiar su comportamiento.

2. Contemplación del cambio: los jóvenes que se encuentran en esta fase empiezan a considerar que tienen un problema, aunque su concienciación inicial no implica que estén dispuestos a cambiar.

Está en una especie de ambivalencia en la que no tiene claro los pros y los contras de seguir con su estilo de vida actual frente a cambiarlo por otro estilo de vida más adaptativo.

¿Podrías dar un ejemplo de lo que puede pensar un joven que está en esta fase? (“puede que tenga un problema”, “tal vez debería dejar de...”). En el caso del joven que trafica con drogas empieza a pensar que puede tener graves problemas si le descubre la policía. Podría plantearse el dejar de hacerlo, pero el cambio de vida implicaría muchas cosas, buenas y malas, por lo que es mejor no pensarlo en serio de momento.

3. Preparación para el cambio: aquí es cuando el joven decide que realmente tiene un problema que debe resolver cambiando su forma de comportarse, desarrollando una nueva forma de pensar y sentir sobre sí mismo y el mundo en el que vive que sea más adaptativa y alternativa a la delincuencia.

¿Podrías dar un ejemplo de lo que puede pensar un joven que está en esta fase? (“desde hoy dejo de”, “a partir de mañana ya no”, “esto me viene bien porque así empiezo a descubrir nuevas sensaciones”). En esta fase el joven que trafica con drogas valora claramente que el estilo de vida que lleva no es saludable, siempre escondiéndose y vigilando que no le detengan y se plantea dejar de hacerlo para tener una vida más tranquila.

4. Actuación para el cambio: en esta fase el joven realiza los pasos necesarios hacia el cambio que ha decidido alcanzar.

¿Podrías dar un ejemplo? (“sé que puedo”, “lo voy a conseguir”). En este momento el joven deja de comprar droga y de frecuentar los lugares de venta, de verse con determinadas personas, cambia de número de celular y empieza a desarrollar una forma de vida completamente distinta a la que venía realizando hasta ahora.

5. Mantenimiento del cambio: en esta fase el joven concentra toda su motivación en mantener el nuevo estilo de vida a pesar de las tentaciones para abandonarlo y volver a la forma habitual de comportarse.

¿Podrías dar un ejemplo? (“me está costando, pero lo estoy consiguiendo”, “qué hago si no lo consigo”). En esta fase el joven empieza a trabajar para tener ingresos, reduce sus gastos, cambia sus actividades de ocio y se matricula de nuevo en el colegio.

6. Recaída: regreso a la conducta anterior al cambio, a cualquiera de las fases anteriores. Es algo esperado y casi necesario, ya que no se trata de un fracaso sino de una experiencia de la que se aprende a analizar qué situaciones estresantes, falta de habilidades de afrontamiento, sentimientos o pensamientos le facilitan al joven la aparición de la conducta anterior al cambio (por ejemplo, un joven que haya dejado de consumir “drogas” vuelve de nuevo a hacerlo). Esta recaída puede ser momentánea, denominándose en este caso caída, ya que después de ese momento el adolescente mantiene de nuevo el control sobre la conducta, sin implicar un retroceso a una fase anterior.

¿Podrías dar un ejemplo? (“no soy capaz, soy un fracasado”, “por una vez que lo he vuelto a hacer no significa que ya no pueda conseguirlo”, “mañana lo intentaré de nuevo”). Si al joven le piden una cantidad importante de droga para una fiesta, sólo tendrías que ir a buscarla y entregarla en el mismo día y ganaría un buen dinero que le hace falta para arreglar la moto. Finalmente, decide hacerlo”.

En el caso de que no se planteen ejemplos de comportamientos antisociales/delictivos, se animará a los participantes a hacerlo. “¿Podrías dar ejemplos de pensamientos que tendrían jóvenes como ustedes con conductas antisociales/delictivas a lo largo de estas fases?”.

Por último, se les pregunta: “¿En algún momento se han planteado que las conductas antisociales/delictivas también son modificables?”. Se podrá debatir al respecto relacionando sus argumentos con todo lo anterior.

Finalmente, los participantes podrán comentar casos de amigos o conocidos que podrían ajustarse a alguna de las fases descritas o en las que hayan observado una evolución como la descrita previamente.

Actividad N° 2: ¿Estoy motivado a cambiar?

Con esta actividad cada participante, de forma individual, debe considerar en qué etapa o estadio de cambio cree estar en este mismo momento. Con ello, el monitor puede conocer el grado de motivación en el que se encuentra el joven en el momento actual y, así, poder analizar que estrategias de cambio seguir para consolidar ese estadio y poder progresar al siguiente aumentando su autoeficacia personal al cambio.

Se le entrega a cada participante la **hoja de recursos** “Mi motivación al cambio”, para que rellenen, únicamente, la primera columna (1ª Evaluación) y a continuación evaluar la disponibilidad al cambio de cada joven infractor. Deberán indicar el estadio de cambio en el que consideran que se encuentran así como tres razones que justifiquen su decisión al respecto.

De forma posterior, al finalizar el tercer módulo (2ª Evaluación) y al finalizar el programa (3ª Evaluación), se volverá a evaluar la motivación al cambio de los jóvenes, con el objetivo de analizar los cambios que se vayan produciendo a lo largo del programa y poder así reforzar los cambios que vayan alcanzando los participantes.

→ **Hoja de recursos** “Mi motivación al cambio”

Instrucciones: marca la fase en la que crees que te encuentras en estos momentos en relación a cambiar tu comportamiento antisocial/delictivo y escribe tres razones por las que lo consideras así.

ESTADIOS	1ª EVALUACIÓN Fecha:	2ª EVALUACIÓN Fecha:	3ª EVALUACIÓN Fecha:
PRECONTEMPLACION	Razones:	Razones:	Razones:
CONTEMPLACION	Razones:	Razones:	Razones:
PREPARACION	Razones:	Razones:	Razones:
ACCION	Razones:	Razones:	Razones:
MANTENIMIENTO	Razones:	Razones:	Razones:
RECAÍDA	Razones:	Razones:	Razones:

En realidad, el proceso de motivación al cambio podría considerarse como la rueda del cambio de la conducta delictiva y esta rueda estaría compuesta por 6 ejes siendo cada uno de ellos los estadios de cambio (precontemplación, contemplación, preparación, actuación, mantenimiento y recaída) (ver figura “Proceso de motivación al cambio”). Un ejemplo podría ser las ruedas de un carro tirado por un caballo en el que las ruedas tendrían 6 ejes que representarían los 6 estadios del modelo transteórico y la fuerza que pone el caballo sería similar al esfuerzo que van a hacer los jóvenes para conseguir ir superando etapas que les llevan a modificar el estilo de vida de delincuente por otro normalizado desde un punto de vista personal y social.



Actividad Nº 3: Mi compromiso

Esta actividad se dirige a que cada participante se comprometa por sí solo, y sin ser presionado por nadie, a llegar a un objetivo determinado, al que él crea que en ese momento es capaz de alcanzar, después de conocer los estadios de cambio y haberse posicionado en uno de ellos.

Se le entrega a cada joven la hoja de recursos “Mi compromiso”, que deberán firmar junto con el monitor, para que se comprometa a alcanzar un objetivo de cambio.

	MI COMPROMISO Yo..... Me sitúo en la fase..... Y me comprometo a alcanzar el objetivo de..... Firma Joven Firma monitor En,.....a.....de.....de..... Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. En un programa de tratamiento, el cambio implica un proceso rápido y lineal, sin necesidad de que la persona esté realmente motivada a cambiar (FALSO). 2. Las fases o estadios de cambio, por orden, son los siguientes: precontemplación, contemplación, preparación, acción, mantenimiento y recaída (VERDADERO). 3. La recaída implica un fracaso en el proceso de cambio, teniendo la persona que volver a iniciar su cambio desde el principio (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

MÓDULO Nº 2

"LAS EMOCIONES IMPLICADAS EN LA AGRESIÓN"



OBJETIVO

Que el/la joven reconozca la importancia que tienen las emociones en el comportamiento delictivo, tanto el reconocimiento de las mismas como el aprendizaje de estrategias para mejorar el nivel de empatía y aprender a manejar la ansiedad.

El concepto de emoción hace referencia a un estado afectivo, una reacción subjetiva al ambiente que está influida por la experiencia y tiene una función adaptativa. De forma operativa puede analizarse como una respuesta psicofisiológica de naturaleza multidimensional que se caracteriza por distintos componentes: subjetivo (sentimiento), cognitivo (valoración de la situación y pensamientos relacionados con la misma), fisiológico (funciones somáticas) y motor expresivo (expresión facial, voz, movimientos del cuerpo). Los cambios o alteraciones que se producen en cada una de las respuestas orientan a la persona hacia la adaptación a la nueva situación.

El estudio de los procesos emocionales ha ido demostrando su importancia para comprender la adaptación de los seres humanos a los distintos contextos en los que se desenvuelven, siendo especialmente relevante la influencia de las emociones en el comportamiento social (Villanueva, Clemente y Adrián, 2004). Así, se ha comprobado que las emociones tienen un efecto regulador de las interacciones sociales (Davidson, Scherer y Goldsmith, 2003), por lo que resulta lógico pensar que, cuando existen problemas en el área emocional (dificultad a la hora de comprender las emociones de los demás y/o dificultad para regularse emocionalmente), estos suelen ir acompañados de dificultades en el área social (aislamiento, rechazo de los iguales, etc.).

Así, por ejemplo, en jóvenes infractores se ha comprobado que tienen un bajo nivel de empatía lo que conlleva que tengan dificultades para comprender y compartir el estado emocional de los demás, aspecto importante implicado en el desarrollo de la conducta antisocial (Davis y Whalen, 2001; Redondo, 2008; Spinrad y Eisenberg, 2009).

Otras variables emocionales características de un joven infractor es la dificultad que tienen para regular sus emociones, así como la presencia de respuestas de ansiedad en su repertorio de conductas, pues diversas investigaciones han comprobado que existe una conexión entre las vivencias de tensión y la tendencia a cometer determinados delitos, especialmente, los violentos (Andrews y Bonta, 2006; Chamberlain, 2003). Así, muchos delitos como las lesiones, los asesinatos, los homicidios o los robos con intimidación son realizados por jóvenes que experimentan fuertes sentimientos de ira, ansiedad, venganza o desprecio hacia otras personas. Al igual que en la ira, la teoría general de la tensión considera que las respuestas de ansiedad podrían explicarse en base a la siguiente secuencia de la relación entre estrés y delito (Garrido, Stangeland y Redondo, 2006):

- a) El individuo puede verse afectado por diversas fuentes de tensión como, por ejemplo, la imposibilidad de lograr objetivos sociales positivos, ser privado de gratificaciones que posee o espera, y ser sometido a situaciones aversivas ineludibles.
- b) Esas tensiones generan en el sujeto emociones negativas que, como la ira, energizan su conducta en dirección a corregir la situación.
- c) Se desarrolla una conducta delictiva como posible acción correctora contra una fuente de tensión experimentada.
- d) La eliminación de la fuente alivia la tensión y, en consecuencia, el mecanismo conductual utilizado para resolver la tensión (conducta delictiva) se consolida³.

³ Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1

RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES Y SU INFLUENCIA EN LA AGRESIÓN

OBJETIVO	✓ Que el/la joven aprenda a reconocer e interpretar todo tipo de emociones (positivas/negativas) y como estas influyen en el comportamiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica las emociones positivas y negativas. ✓ El/la joven reconoce la influencia de las emociones en el comportamiento de las personas. ✓ El/la joven detecta situaciones donde la interpretación de las emociones son inadecuadas y su influencia en el desarrollo de comportamientos agresivos o antisociales.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Papelógrafo. ✓ Lápiz. ✓ PC y data (para presentación de fotografías).
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Análisis de emociones. ✓ Hoja de recursos: Reconociendo emociones. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El objetivo fundamental de esta primera sesión consiste en que los participantes aprendan a identificar y reconocer una gran variedad de emociones positivas y negativas y su relación con el comportamiento agresivo. Para ello, en primer lugar, definiremos qué son las emociones y, segundo lugar, mediante la elaboración de historias personales, observaremos si los participantes son capaces de identificar sentimientos y emociones y su relación con determinadas conductas. En tercer lugar, a través de imágenes, se trabajará la identificación de emociones y las posibles acciones que pueden derivarse de las mismas. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Emoción: proceso afectivo multidimensional, que suele ser breve, intenso y temporalmente asociado con un estímulo desencadenante externo o interno. Tiene 4 componentes: subjetivo (sentimiento), cognitivo (valoración de la situación y pensamientos relacionados con la misma), fisiológico (funciones somáticas) y motor expresivo (expresión facial, voz, movimientos del cuerpo). ✓ Atribución: explicación y justificación que se da a las situaciones, pensamientos, sentimientos y conductas de los demás y de uno mismo.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: ¿Qué son las emociones? Se comienza la actividad con una lluvia de ideas sobre lo que los participantes entienden por emoción. El monitor puede dar la siguiente información: <i>"hoy vamos a comenzar el módulo de las emociones. Supongo que han oído alguna vez la palabra emoción, pero ¿qué es lo que entienden por emoción?"</i> Se apuntan en la pizarra las definiciones que van dando los participantes, y al finalizar, se trabajan de forma conjunta los ejemplos de la Tabla N° 1: <i>"Listado de emociones"</i>, y el monitor da la siguiente explicación:

“Una emoción es el estado afectivo que experimentamos en una situación concreta, una respuesta del ser humano que consta de tres componentes: el físico (como es la frecuencia con la que late el corazón o la forma que tenemos de respirar o el nivel de sudoración que experimentamos), el comportamiento (llorar, reír, correr, gritar, agredir) y el pensamiento (las ideas y justificaciones que hacemos de nuestro comportamiento cuando experimentamos distintas emociones que influyen en nuestro estado de ánimo (como son la alegría, la tristeza, la desesperanza, la incertidumbre, la indefensión, la sensación de fuerza y de energía).

Tras esta explicación se inicia la primera tarea consistente en analizar los tres componentes descritos en dos emociones, la alegría y la tristeza. Las respuestas se van apuntando en la pizarra y, finalmente, se ha de llegar a una definición común de ambas emociones. Se aportan ejemplos para el monitor en la hoja de recursos “Análisis de emociones”.

→ **Tabla Nº 1:** Listado de Emociones

Felicidad	Tristeza	Temor	Enfado	Incertidumbre
Excitado	Deprimido	Atemorizado	Furioso	Aturdido
Emocionado	Triste	Aterrorizado	Escandalizado	Desorientado
Contento	Abumado	Tenso	Irritado	Confundido
Feliz	Abatido	Tembloroso	Disgustado	Inseguro
Alegre	Desanimado	Aprensivo	Contrariado	Indeciso

Una vez identificada la lista de emociones a trabajar se analizan diferentes situaciones aportadas por los/las jóvenes, donde se debe reflexionar en torno al pensamiento, emoción y conducta manifestada en ese momento. Se aportan ejemplos para el monitor en la hoja de recursos: Análisis de emociones.

→ **Hoja de Recursos:** Análisis de emociones

Instrucciones: analiza los componentes de las emociones que aparecen a continuación, tal y como lo has hecho con el monitor.

Emoción Alegría			
Situación	Pensamiento	Emoción	Conducta
En una fiesta celebrando el cumpleaños de mi mejor amigo.	<i>Me la estoy pasando muy bien, quiero seguir carreteando.</i>	<i>Excitación, felicidad, alegría</i>	<i>Sigo bebiendo hasta que pierdo el control y me peleo con un amigo</i>
Emoción Tristeza			
Situación	Pensamiento	Emoción	Conducta
Mis padres me han castigado sin poder salir por no ir a clase	<i>No podré salir hoy en la noche, no puede ser...</i>	<i>Tristeza, desánimo, abatimiento.</i>	<i>Le robo dinero a mi madre de la cartera y me voy sin permiso</i>

Actividad Nº 2: ¿Emoción, pensamiento o acción?

Esta actividad tiene como finalidad que los participantes aprendan la influencia que tienen nuestras emociones en nuestra forma de comportarnos.

Se puede comenzar comentando: “a continuación vamos a ver una de las funciones principales de las emociones y cómo nos condicionan a la hora de actuar. Es muy importante que entendamos cómo se aplica el siguiente esquema, puesto que todas las personas antes de actuar pasarán por un proceso similar, aunque no sean conscientes de ello”.

Se apunta en la pizarra el siguiente esquema:

Situación → Pensamiento → EMOCIÓN → Conducta

“Es decir, las personas antes de actuar experimentan emociones. Vamos a explicarlo mejor con un ejemplo: son las 12 de la noche y estamos solos en casa viendo una película de suspenso, sobre un asesino que entra en las casas de sus víctimas por la ventana. Es una noche de tormenta y hace mucho viento. De pronto, oímos un ruido muy fuerte en la habitación de al lado, como si se hubiera abierto, de pronto, una ventana y se hubieran roto los cristales. ¿Qué piensan en esa situación? ¿Qué sentirían?, ¿Cómo actuarían?

Se deja un tiempo para que cada participante dé su respuesta y, después, el monitor plantea las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo nos sentiríamos si pensáramos que ese ruido ha sido provocado por un ladrón o asesino como el de la película? ¿Qué sentiríamos? ¿Cómo reaccionaríamos?
2. ¿Y si pensáramos que ese ruido lo ha provocado el viento, que ha abierto la ventana y ha roto los cristales?
3. ¿Qué diferencia existe? La situación es la misma pero ¿qué es lo que ha cambiado?

Con este ejemplo lo que pretendemos es aclarar que una misma situación puede desencadenar diferentes emociones y pensamientos, y en función de la emoción que sentimos, vamos a reaccionar de distinta forma. A continuación, el monitor pedirá a los participantes que expongan ejemplos que reflejen este concepto, situaciones que a ellos les han generado emociones distintas.

Actividad N° 3: Reconociendo emociones

Con esta última actividad, reforzamos y trabajamos el reconocimiento de emociones tanto positivas como negativas. El monitor comenta: “ya hemos visto qué son las emociones, cuáles son sus componentes y cómo influyen en nuestro comportamiento. Ahora vamos a mostrarles unas fotografías y deben escribir en la **hoja de recursos**: “Reconociendo emociones” qué emoción corresponde a cada fotografía.

El monitor utilizará las fotografías que considere oportunas de las aportadas en la **Tabla N° 2 “Ejemplos de emociones”**, presentando dos ejemplos de cada una de las 5 categorías incluidas en la **Tabla N° 1 “Listado de emociones”**. Por ello, deberá ser cuidadoso a la hora de elegir el orden de presentación de las mismas, pues el ejemplo escogido deberá corresponder con alguna de las alternativas de respuesta de la hoja de recursos de los participantes.

Después de presentar o proyectar todas las fotografías, el monitor va apuntando en la pizarra las emociones descritas por los participantes para cada una de las fotos. Si existen distintas opiniones en alguna de las fotografías, se explicará a los/las jóvenes que en ocasiones resulta difícil saber lo que una persona está sintiendo.

Para finalizar esta actividad se pueden resaltar los siguientes aspectos:

1. La importancia de aprender a identificar emociones tanto propias como ajenas.
2. Las emociones siempre tienen una manifestación corporal.
3. La manifestación corporal nos permite reconocer las emociones en nosotros y en los demás.
4. Todas las personas tenemos la misma diversidad de emociones, lo que varía es cómo actuamos cuando las experimentamos y cómo las expresamos.

→ **Hoja de Recursos** “Reconociendo emociones”

A continuación, el monitor puede explicar: “es muy importante que sepamos ponerle nombre a cada emoción porque eso nos ayudará a conocernos mejor a nosotros mismos y a los demás, y a que las personas que nos rodean sepan lo que nos sucede en cada momento. De ahí la importancia que tiene saber expresarlas con adjetivos concretos. Vamos a ver cómo, además de las emociones que han mencionado, hay muchas otras que seguro les van a sonar conocidas”.

Seguidamente, el monitor elegirá algunas de las emociones descritas, teniendo los participantes que comentar cómo las han vivido, en qué situaciones, cómo actuaron, etc.

Finalmente, se podría realizar un teatro de emociones: cada participante escenifica una emoción (elegida por el monitor) y el resto de miembros tienen que adivinar de qué emoción se trata.

Actividad Complementaria

Para profundizar en el análisis de las emociones, se les indica que, hasta la siguiente sesión, deben rellenar el autorregistro de emociones de la hoja de recursos “Identificando emociones durante una semana”, en situaciones concretas del día a día de los jóvenes, identificando las emociones experimentadas así como la situación en la que se encuentran, pensamientos y conductas.

Emoción	¿Dónde estaba?	¿Qué pensaba?	¿Qué hice?
Aburrimiento	En clase de matemáticas	Esto es muy difícil, no me entra en la cabeza	No pescar la explicación del profesor

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

1. Las emociones que sentimos en una determinada situación van a influir sobre la forma en que nos comportemos (VERDADERO).
2. Las emociones no siempre tienen una manifestación corporal (FALSO).
3. Ante la misma situación, siempre voy a experimentar las mismas emociones (FALSO).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2

PRACTICANDO EMOCIONES POSITIVAS, EL PAPEL DE LA EMPATÍA

OBJETIVO	✓ Que el/la joven desarrolle la capacidad de ponerse en el lugar del otro, pudiendo conocer así sus sentimientos, pensamientos y acciones.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce qué es la empatía, reconociendo los sentimientos, pensamientos y acciones de los demás.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra y plumones. ✓ Autoadhesivos.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: La empatía. ✓ Hoja de recursos: Practicando la empatía. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para que los adolescentes comiencen a trabajar con la capacidad de empatizar se iniciará ésta sesión con la exposición de un caso que les haga ver de forma clara el concepto de empatía, definiéndolo posteriormente de forma teórica. Para que puedan practicar “el ponerse en el lugar del otro” se les proporcionarán situaciones inventadas donde los/las jóvenes han de responder de forma empática a una serie de preguntas. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Empatía: habilidad para ser consciente, reconocer, comprender y responder a los sentimientos de los demás. Muchos comportamientos agresivos tienen su origen en una mala interpretación de los estados emocionales de otras personas, dándole un matiz de sospecha y generando emociones negativas como ira y hostilidad (ejemplo “me ha mirado mal”). ✓ Emoción positiva: estado afectivo que genera sentimientos positivos.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro de emociones planteado en la sesión anterior y, seguidamente, los participantes contestan a las preguntas de evaluación referidas a la misma. A continuación, se da introducción a la presente sesión. El monitor puede comentar: “como la sesión anterior estuvimos hablando del reconocimiento de emociones y su influencia en el comportamiento, hoy vamos a incidir en este último aspecto para hablar de emociones positivas, más concretamente, del papel de la empatía”. Actividad N° 2: Un ejemplo Con esta dinámica, se pretende que los/las jóvenes experimenten una experiencia empática. Al escuchar una historia parecida o de consecuencias similares a las suyas, es fácil que sean capaces de comprender cómo se sentía el joven del ejemplo que se presenta. El monitor señala: “<i>Antes de definir lo que es la empatía, vamos a verla de forma clara con un ejemplo. A continuación les voy a leer la carta que nos escribió Carlos, quien quiso escribirla para ayudar a otros jóvenes que están en su misma situación y que, posiblemente, estén viviendo experiencias similares.</i>”

La carta dice lo siguiente:

“Hola, mi nombre es Carlos y tengo 23 años. Nací en un sector llamado (señalar sector o barrio cercano a la residencia del grupo a intervenir), en una familia que nunca me ha querido. Nunca conocí a mi padre. Cuando nací, él estaba en la cárcel y allí lo mataron antes de que yo cumpliera 4 años. Mi madre me pegaba mucho desde muy pequeño, siempre la recuerdo borracha. Me crié en la calle, en el barrio, con jóvenes que vivían casi como yo. Esa fue mi verdadera familia. Con 8 años, todos nos tenían miedo en la escuela, apenas íbamos a clases y cuando íbamos, robábamos, pegábamos, hacíamos lo que queríamos y todo ello nos divertía, sin importarnos nadie más que nosotros mismos. Cuando íbamos por la calle, recogíamos las colillas que tiraba la gente y las fumábamos. Pronto empezamos a comprar nuestros propios cigarros con el dinero que robábamos. Pocos años después, los cigarros se convirtieron en pitos y con 14 años, consumíamos pasta base tres o cuatro veces por semana. Éramos los reyes, la gente nos temía y eso nos gustaba, nos hacía sentir importantes. Una noche, íbamos drogados. Esa noche robamos un auto para poder salir a carretear. Con tan mala suerte que a la vuelta, encontramos un control de carabineros, no había escapatoria, así que mi amigo que manejaba se asustó y se nos fugamos yéndonos contra el tránsito. Íbamos tan rápido que no nos dimos cuenta de que había mucha gente saliendo de la disco, alrededor de la carretera, cuando de repente sentimos un golpe...era una chica de 17 años, que salía del local, sin culpa alguna, fue arrollada sin piedad por cuatro jóvenes borrachos e inconscientes que esa noche se habían robado un auto, sin tener edad y sin pensar en nada más que en querer pasarla bien. Y peor aún, huimos sin mirar atrás hasta que unos kilómetros más adelante los carabineros nos bloquearon el paso. Nos arrestaron. Lo peor de todo fue la cara de la madre de la chica en el juicio, cómo nos miraba... Decía que era una niña que nunca había hecho daño a nadie, estudiosa, simpática, cariñosa y buena hija. «Y esos desgraciados me la han quitado...» De verdad, no hay sentimiento peor que ese; no pasa un día sin que lo recuerde y es algo con lo que tendré que vivir el resto de mi vida. Por pasarlo bien un rato, matamos a alguien; no te puedes imaginar lo que es eso. Ingresamos al CERECO y allí me di cuenta de que tenía que cambiar mi vida. En talleres como este me enseñaron que todo lo que hacemos afecta a la gente, y no sólo a la que está a nuestro alrededor, y se puede hacer mucho daño y no nos damos cuenta; pero cuando un día piensas en tu vida y en lo que estás haciendo con ella, no puedes ni mirarte al espejo. Así que mientras cumplía esta condena empecé a leer, estudie y actualmente tengo un trabajo estable, tengo una polola maravillosa y lo más importante, creo haberme convertido en alguien que vale la pena. Y para ello, he tenido que romper con todo. Alejarme de mis amigos del barrio, sólo mantengo contacto con el que manejaba el auto aquella noche, quien tras mucho tiempo de recibir ayuda está empezando a mejorar y recuperar su vida. De los otros dos, sé que uno está en la cárcel y el otro está metido en las drogas, con los días contados. De mi madre, no sé nada.

Estas a tiempo de no equivocarte tanto como lo hice yo. Así que cuando puedas para, por lo menos, no hacer daño a nadie, porque llegará un momento en que te acordaras de todo y lo pasaras muy mal. Aunque creas que algo así no puede pasar, de hecho pasa todos los días, no formes parte de eso”.

Después, se insta a los participantes a responder las siguientes preguntas (los participantes podrán hacer uso del listado de emociones utilizado en la sesión previa):

- ¿Qué emociones experimentaba Carlos en cada momento de su vida? (cuando era pequeño y aterrizaba a los compañeros de clase y del barrio, cuando consumía drogas y sus actos delictivos eran más graves, cuando estaba en el CERECO, en la actualidad).
- ¿Qué emociones experimentaste tú en cada momento?
- ¿Qué podemos hacer para evitar que a nosotros nos pase algo parecido?
- ¿Qué nos gustaría decirle a Carlos?

Una vez que hayan contestado, se les entrega la **hoja de recursos**: “La empatía” y el monitor les explica el concepto de empatía y los elementos incluidos en la hoja: *“como has visto hemos estado identificando las emociones de una persona. Eso forma parte de lo que se conoce como EMPATÍA, que es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, pudiendo así llegar a conocer y aproximarnos a sus sentimientos, pensamientos y acciones. También es la capacidad de las personas de responder de forma coherente a los sentimientos de los demás, y reconocer, por ejemplo, cuando un amigo está enojado y triste. Que nos afecte su estado de ánimo y que seamos capaces de ayudarlo a que se sienta mejor”*.

Actividad N° 3: Practicando la empatía

En esta actividad se pretende que los participantes practiquen su capacidad empática mediante la presentación de dos casos ficticios sobre los que se plantean algunas preguntas. Se entrega la **hoja de recursos**: “Practicando la empatía” y el monitor lee los casos.

→ **Hoja de recursos**: Practicando la empatía

Instrucciones: lee los ejemplos y contesta a las preguntas.

Raúl: acaba de terminar el examen teórico del permiso de conducir. Sale con la cabeza ligeramente inclinada hacia abajo y la vista en el suelo. Su paso es lento y pausado. Su rostro denota preocupación.

¿Qué puede estar pensando Raúl?	¿Cómo crees que se siente Raúl?
Juan: es un joven que vive solo en una gran ciudad, tiene un empleo donde le pagan muy poco para la cantidad de horas que trabaja. Sin embargo, desde hace 1 año está ahorrando para comprarse un pasaje de avión y visitar a su hermano al que lleva más de 2 años sin ver. Cuando va camino del aeropuerto un joven lo asalta y le quita todo el dinero ahorrado, no puede viajar.	
¿Cómo hubiera actuado el delincuente si hubiera conocido la situación de Juan?	¿Pensaría y sentiría lo mismo el delincuente al conocer la historia de Juan?”

El objetivo no es conseguir una solución “válida”, sino intentar captar el máximo número de estados emocionales. Fomentar la empatía en grado máximo. Para ello servirán todas las respuestas que tengan una base lógica, y así lo hará saber el monitor.

Actividad N° 4: Compañeros de viaje

Se inicia esta actividad pidiendo a cada participante que saque un autoadhesivo pequeño de una bolsa en la que consta el nombre de distintas profesiones o etapas evolutivas que caractericen un determinado estilo de vida por su forma de pensar, sentir y comportarse. Los nombres de los autoadhesivos, por ejemplo, son:

- Anciano
- Niño
- Médico
- Modelo
- Drogadicto
- Cura
- Futbolista
- Abogado
- Bombero
- Delincuente
- Traficante
- Enfermo
- Ejecutivo

El monitor expone la situación de que van todos en un barco que se avería y queda a la deriva en medio del océano. No hay suficiente comida y en silencio piensan *¿qué vamos a hacer para conseguir alimentos?* El monitor pregunta: *¿a quién tiraríamos por la borda para poder sobrevivir?* Mientras van diciendo nombres, se van colocando en la pizarra según el número de votaciones. Se va preguntando a las personas votadas que tienen esa determinada etiqueta cómo se sienten y que se defiendan intentando convencer a sus compañeros de que deben quedarse en el barco.

Con esta actividad el monitor ha de analizar las consecuencias que tienen nuestras conductas en los demás y la importancia de que para poder convivir en sociedad y desarrollar buenas relaciones con los demás, merece la pena pararnos, tan solo un instante, a pensar cómo me sentiría yo si estuviese en su situación.

Actividad Complementaria

Los participantes deberán rellenar el autorregistro hoja de recursos “Autorregistro de empatía” de empatía para la próxima sesión, observando a algún compañero o amigo en diferentes momentos y/o situaciones (por ejemplo, cuando alguien está triste porque ha sido marginado o cuando están alegres por haber ganado un partido) y anotar qué emoción han identificado, sus propios pensamientos y emociones, lo que le dijeron a esa persona y lo que hicieron al respecto.

→ Hoja de recursos: Autorregistro de empatía

Persona	Emoción detectada	¿Qué pensé?	¿Qué sentí?	¿Qué dije?	¿Qué hice?

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. La empatía no es importante a la hora de relacionarnos con los demás, solo es útil para saber lo que sienten los demás (FALSO). 2. Alguien podría cometer un acto antisocial o delictivo por no haber interpretado adecuadamente las emociones de los otros. (VERDADERO). 3. Si reconozco que mi amigo está enfadado, estoy siendo empático. (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 ANSIEDAD Y SU INFLUENCIA EN LA AGRESIÓN

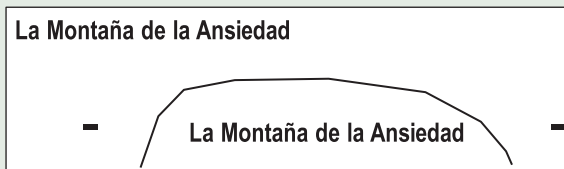
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca cómo se relaciona la ansiedad con la agresión y cómo influye en la realización de actos agresivos.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce la relación entre ansiedad y agresión. ✓ Joven conoce el concepto de ansiedad y reconoce su manifestación a nivel cognitivo, emocional, físico y conductual. ✓ Joven identificar las causas de la ansiedad y en qué situaciones aparece con mayor probabilidad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz ✓ Hoja en blanco. ✓ Pizarra y Plumón
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: ¿Qué es la ansiedad? ✓ Hoja de recursos: La montaña de la ansiedad. ✓ Hoja de recursos: Una situación ansiosa. ✓ Hoja de recursos: ¿Por qué se produce? ✓ Hoja de recursos: Reconociendo mis síntomas. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El monitor empezará la sesión explicando el concepto de ansiedad y cómo se manifiesta cuando estamos ansiosos: pensamientos que experimentamos en ese momento, cuáles son nuestras emociones y reacciones fisiológicas más frecuentes y qué hacemos. A medida que vamos desarrollando esta explicación pedimos a los participantes que intenten recordar este tipo de respuestas en situaciones concretas de su vida. Para ello, les proporcionaremos un gráfico para que observen cómo la ansiedad puede aumentar y disminuir dependiendo de las situaciones en las que haya una mayor probabilidad de que se produzca. Posteriormente, nos centraremos en el análisis de las respuestas de ansiedad y su relación con el desarrollo de comportamientos agresivos. Por último, se pedirá a los jóvenes que rellenen un cuestionario para aprender a reconocer síntomas personales característicos de las respuestas de ansiedad. Este ejercicio servirá para poner en práctica de forma eficaz las estrategias adecuadas para el manejo de la misma en la siguiente sesión. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Ansiedad adaptativa: respuesta innata de nuestra especie que tiene como misión la supervivencia. Cada vez que nos encontramos en peligro, el circuito de la ansiedad se dispara haciendo que reaccionemos de la forma más eficaz para sobrevivir. Por lo tanto, la ansiedad no siempre es patológica o mala, sino que es beneficiosa, es nuestra mejor aliada para manejar situaciones difíciles. ✓ Ansiedad Patológica: sería cuando el circuito de la ansiedad se ha puesto en funcionamiento en un momento inadecuado (y por eso lo pasamos mal) cuando: a) Aparece ante situaciones inofensivas o sin importancia, que no suponen ningún tipo de amenaza o riesgo.

	b) Aparece en determinados momentos en los que sí hay una situación difícil pero reaccionamos de forma exagerada. ✓ Agresión: es aquel comportamiento que tiene por objetivo hacer daño a otra persona, ya sea mediante una agresión verbal (insultar, amenazar) o física (pegar, golpear). La agresión se diferencia de la violencia, en que ésta última tiene unas consecuencias mucho más graves para la persona que la sufre.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se hace una puesta en común de la actividad complementaria que los participantes han realizado en la sesión previa y sintetizando, de nuevo, la importancia que tiene la empatía para facilitar la implicación de los jóvenes en las relaciones interpersonales. Por ejemplo, se les puede preguntar ¿se han fijado más durante esta semana en las emociones que transmiten los demás o en cómo los demás responden a sus estados emocionales? A continuación, se contesta a las preguntas de evaluación recogidas al final de la sesión anterior. Actividad N° 2: ¿Qué es la ansiedad? Se inicia esta actividad aportando a los participantes una noción básica sobre el concepto de ansiedad y su manifestación a diversos niveles. En primer lugar, se realizará una lluvia de ideas para que cada uno de ellos comente lo que cree que es la ansiedad. Si algunas ideas son lógicas e importantes, se van apuntando en la pizarra y se finaliza el debate con una definición de ansiedad considerando las respuestas que han dado los participantes. Se les entrega la hoja de recursos ¿Qué es la ansiedad? y el monitor explicará el contenido de la misma realizando la siguiente introducción: <i>“la ansiedad es una respuesta automática de nuestra especie que tiene como misión ayudarnos a sobrevivir. Cada vez que nos encontramos en peligro, el circuito de la ansiedad se dispara haciendo que reaccionemos de la forma más eficaz para manejarlo. Por lo tanto, la ansiedad no siempre es mala, sino que es beneficiosa, es nuestra mejor aliada para hacer frente a situaciones difíciles. Suele estar asociada con emociones muy intensas que nos ponen en alerta. Por ejemplo, si nos encontramos un animal peligroso sin medios para defendernos de él desarrollaremos respuestas de ansiedad para salir con éxito de esta situación. En esta situación, la ansiedad no es mala, sino que nos va a ayudar a salir de una situación de peligro”.</i> El monitor continuará describiendo los componentes de la ansiedad recogidos en la hoja de recursos ¿Qué es la ansiedad? → Hoja de recursos: ¿Qué es la ansiedad? La ANSIEDAD es una respuesta automática de nuestro organismo que se caracteriza por un aumento en la manera en que vemos y sentimos el entorno, esto nos permite activar nuestro cuerpo para hacer frente a la situación que estamos viviendo. También puede darse ante la amenaza de perder algo importante para nosotros. Es una emoción frecuente como el miedo, la ira, la tristeza o la felicidad, y tiene una función muy importante relacionada con la supervivencia, por lo que no siempre es patológica o mala. Componentes de la ansiedad - Pensamientos: son las explicaciones o justificaciones que damos sobre cómo nos sentimos o sobre cómo valoramos una situación peligrosa. Suelen ser pensamientos que se relacionan con cómo manejar una situación de incertidumbre (“no sé si en el último robo que cometí me grabó la cámara de seguridad de un banco y si vendrán a detenerme”) o de preocupación (“si mañana me encuentro al bruto de Miguel no sé si me partirá la cara”). Este es el componente más importante cuando la ansiedad se transforma en patológica.

- Emociones: son las sensaciones intensas de miedo, bloqueo, terror, indefensión que experimentamos cuando nos encontramos en una situación de ansiedad.
- Respuestas *Físicas*: son respuestas de nuestro cuerpo y su presencia hace que las emociones se intensifiquen más. Las más características son temblores, taquicardia, falta de aire, sudoración y nudo en el estómago.
- Conducta: *son los* comportamientos que se llevan a cabo ante las situaciones de ansiedad y las más frecuentes son la respuesta de alejarse o quedarse inmóvil o paralizado.

Una vez que se hayan resuelto posibles dudas sobre los conceptos explicados, se entrega a los participantes la **hoja de recursos** “La montaña de la ansiedad”, comentando lo siguiente: *“con esta curva se pretende mostrar cómo funciona la ansiedad en nuestro organismo. Como se puede observar se parece a una montaña, en la que se empieza subiendo hasta que se llega a la cumbre y luego se vuelve a bajar. Así, una persona antes de experimentar ansiedad, suele estar tranquila y relajada, pero cuando se presenta una situación que se valora como potencialmente peligrosa o como no esperada y que causa temor o miedo a la persona que la experimenta, ésta empieza a subir hasta que llega al punto más alto, en el que se sufre un gran malestar, pero al cabo de un tiempo y de forma gradual empieza a bajar poco a poco hasta que su nivel alcanza el punto de partida, que suele coincidir con una disminución significativa en el nivel subjetivo de malestar de la persona que la sufre; es decir, el peligro que se había percibido empieza a disminuir y se comprueba que no es tan grave como se había anticipado. La duración de las respuestas de ansiedad varía de unas personas a otras. Así algunas personas pueden estar más tiempo sufriendo ansiedad en el punto más alto de la gráfica, pero eso no significa que no vaya a bajar. La ansiedad siempre disminuye ya que desde un punto de vista adaptativo la persona que la sufre no puede estar indefinidamente en esta situación, aunque pueda volver a sufrirla en otras ocasiones”*.

→ **Hoja de recursos:** “La montaña de la ansiedad”



Para profundizar este concepto y trabajar la identificación de síntomas, el monitor lee el caso que aparece a continuación y analiza en conjunto con los/las jóvenes la aparición de la ansiedad:

Situación: Juan no deja de darle vueltas a lo que pasó el otro día y no se lo explica muy bien y piensa continuamente que podría haberse metido en un gran problema. El sábado por la noche fue a la disco con sus amigos y su polola. Estando allí, un joven empezó a hablar con su polola después de no haber dejado de mirarla en toda la noche. Cada vez que él se alejaba, el otro aprovechaba para hablar con ella. Juan empezó a sudar, se encontraba acelerado, nervioso, pensaba que ese chico quería reírse de él, que no le caía bien, que se iba a aprovechar de su polola. Estaba inquieto, no podía parar de moverse. Su estado era tal que llegó a empujarle sin preguntarle lo que quería de su polola. El otro chico comenzó a explicarle que era un antiguo amigo de su hermano mayor y que solo estaba comentárselo a la chica. Al principio Juan no escuchaba nada, estaba rabioso, pero poco a poco, y gracias a la insistencia del otro chico, se fue calmando hasta que, finalmente, le pidió perdón.

ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS

COMPONENTE	EJEMPLOS
Emocional	
Pensamiento	
Físico	
Conducta	

Tras comentar el ejemplo, el monitor pide a los participantes que en la **hoja de recursos**: “Una situación ansiosa” escriban un ejemplo de una situación (si puede ser delictiva o antisocial mejor) que hayan vivido de forma ansiosa y a continuación van describiendo los distintos componentes de la respuesta de ansiedad.

→ **Hoja de recursos:** Una situación ansiosa

Instrucciones: Pon un ejemplo de una situación en la que te hayas sentido ansioso.

Situación:	
COMPONENTE	EJEMPLOS
Emocional	
Pensamiento	
Físico	
Conducta	

En último lugar, podría utilizarse el cuestionario de la hoja de recursos “Reconociendo mis síntomas”, diseñado como actividad complementaria para identificar síntomas específicos en cada caso concreto, pero comentándose aquí la idea de que podemos experimentar ansiedad de diversas maneras.

Actividad N° 3: ¿Por qué se produce?

Esta actividad tiene como finalidad entrenar a los participantes a identificar situaciones potenciales de ansiedad. El monitor, aportando ejemplos del día a día de los participantes, comentará lo siguiente: *“la ansiedad puede aparecer cuando existe una activación excesiva ante determinadas situaciones que generan una respuesta desproporcionada, que se puede identificar como tensa, estresante o que conlleva peligro”*.

Se explica el mecanismo mediante el cual aparecen las respuestas de ansiedad, mediante ejemplos concretos de la vida diaria del joven en los que hayan experimentado ese tipo de reacciones. El monitor puede dar la siguiente explicación: *“las situaciones más características que producen respuestas de ansiedad son aquellas que forman parte de nuestra vida cotidiana y que por su naturaleza generan una respuesta automática de ansiedad como una forma de garantizar nuestra supervivencia en el medio en el que vivimos. Hace millones de años, tener miedo a las serpientes era muy adaptativo para la supervivencia, en la actualidad en las grandes ciudades no vamos a enfrentarnos con este tipo de peligros, pero si existen otros que tienen la misma función. Así, evitar que nos atropelle un auto o que nos arrolle un tren o que observemos que parte de la construcción de un edificio pueda caernos encima”*.

“Sin embargo, la ansiedad se puede activar ante situaciones de tipo social en las que uno puede ser castigado por algo que ha hecho mal, es decir, cuando alguien sabe que ha hecho algo malo y que le van a regañar por ello. Por ejemplo, si un adolescente ha roto la ventana del vecino para robar en su casa y si ha sido visto por el dueño, posiblemente experimente respuestas de ansiedad ante la posibilidad de que quiera hablar con él y con sus padres por los daños causados”.

Dada esta explicación se reparte la **hoja de recursos** “¿Por qué se produce?” que incluye dos ejemplos y, una vez analizados, se pide a los miembros del grupo que, de forma individual, digan las situaciones que a ellos les provocan ansiedad. Se van apuntando en la pizarra y luego se intentan ajustar a las dos categorías anteriores: a) ansiedad adaptativa al entorno y, b) ansiedad generada por las consecuencias de un acto agresivo hacia los demás o hacia la propiedad.

→ **Hoja de recursos** “¿Por qué se produce?”

Instrucciones: lee los ejemplos que aparecen a continuación y aporta los tuyos propios.

Ansiedad adaptativa al entorno	<i>Ejemplo:</i> estar solo en casa o andar por un sitio eriazo por la noche <i>Mi ejemplo:</i>
Ansiedad generada por las consecuencias de un acto agresivo	<i>Ejemplo:</i> discuto con mi pareja y le doy un puñetazo, cayendo al suelo inconsciente <i>Mi ejemplo:</i>

Actividad N° 4: Ansiedad y conducta agresiva

Con esta actividad, lo que se pretende es explicar que la ansiedad es un elemento importante, pero no el único, relacionado con la agresión.

Para comenzar el monitor puede comentar: *“ya tienen conocimiento sobre la ansiedad, pues bien, deben saber que la ansiedad puede hacer que desarrollemos acciones que no queremos hacer como, por ejemplo, agredir de cualquier forma a alguien, física o psicológicamente. Como hemos visto antes, cuando estamos nerviosos pensamos de forma diferente, nos sentimos diferentes y hacemos cosas diferentes a las que haríamos cuando estamos tranquilos y relajados. Por eso a partir de ahora les enseñaremos a reconocer cuando están nerviosos y cómo pueden manejarlo. La ansiedad puede alimentar la agresión, ya que cuando estamos nerviosos o ansiosos no tenemos la capacidad de pararnos a pensar lo qué está sucediendo y considerar las alternativas para poder actuar en consecuencia. Por ello, para dejar de actuar con agresividad y violencia, tenemos que aprender a discriminar la ansiedad en las situaciones en las que aparece y aprender a controlarla”.*

A continuación se les pide que escriban en una hoja blanca en mayúsculas la siguiente frase: “SI ESTOY NERVIOSO, TENGO QUE APRENDER A RESPIRAR HONDO, SENTARME Y TRANQUILIZARME PARA NO TENER QUE ARREPENTIRME DE LO QUE NO QUIERO O NO DEBO HACER”. Se conversa en torno a lo que significa para ellos esta frase y, al final, se pide que cada participante cuente alguna situación en la que podía haber aplicado esta instrucción.

Actividad N° 5: Reconociendo mis síntomas

El monitor entrega a los participantes la **hoja de recursos** “Reconociendo mis síntomas” y explica la actividad, recordando la importancia de su realización y aclarando las posibles dudas. Si se dispone de tiempo suficiente, esta actividad podría realizarse en la misma sesión, ya sea para cerrar la misma o como parte de la actividad N° 2 ¿Qué es la ansiedad?

→ **Hoja de recursos** “Reconociendo mis síntomas”

Instrucciones: para conocer exactamente cuáles son tus síntomas de ansiedad, marca con una “X” en la casilla “SI” si experimentas esa reacción o “NO” si no la tienes. Recuerda que ningún síntoma es peligroso, pero este test te puede ayudar a reconocer cuando estás nervioso y poder relajarte.

	SINTOMAS		SI	NO
	estás irritable			
	estás preocupado			
	estás tenso			
	estás cansado			
	tiemblas			
	estás inquieto			
	no consigues dormirte			
	dificultad para concentrarte			
	mala memoria			
	calambres musculares			
	rigidez muscular			
	tics			
	sudas			
	tienes calor			
	hormigueo en piernas o brazos			
	taquicardias			
	palpitaciones			
	dolor en el pecho			
	mareo			
	dolor en estómago			
	náuseas			
	la luz te molesta			
	sensación de ardor estomacal			
	micción urgente			
	boca seca			
	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.			
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Si me siento ansioso en situaciones peligrosas o estresantes, esto puede ayudarme a afrontar la situación (VERDADERO). 2. No es muy frecuente que una persona, después de cometer un delito, sienta ansiedad (FALSO). 3. Cuando estoy ansioso, pienso y siento lo mismo que cuando estoy relajado (FALSO).			
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.			

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 4 MANEJO DE LA ANSIEDAD

OBJETIVO	✓ Que el/la joven aprenda estrategias básicas para el control de la ansiedad en situaciones conflictivas o problemáticas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce técnicas que le permiten manejar la ansiedad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumón.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Análisis de la situación. ✓ Hoja de recursos: Aprendiendo a respirar. ✓ Hoja de recursos: Aprendiendo a relajarme muscularmente. ✓ Hoja de recursos: Relajación mental. ✓ Hoja de recursos: Controlando pensamientos. ✓ Hoja de recursos: Aplicando estrategias para el control de la ansiedad. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se empezará la sesión de forma práctica con la realización de un ejercicio en el que se muestra a los participantes una situación de ansiedad que les resulte familiar. De esta forma, aprenderán a reconocer las reacciones de ansiedad, partiendo del análisis de los pensamientos, emociones y conducta en situaciones de esta naturaleza, y explicándoles que si se cambian los pensamientos y si se desarrollan conductas alternativas a las respuestas de ansiedad, también cambiarán las emociones negativas características de la misma. Podemos preguntar a los miembros del grupo: ¿puede influir nuestra forma de pensar en una situación de ansiedad en cómo nos sentimos y, a su vez, en cómo nos comportamos? Va a ser muy importante recordar a los/las jóvenes que toda reacción de ansiedad se compone de cuatro elementos: los pensamientos que tenemos en ese momento, lo que sentimos, las reacciones de nuestro cuerpo y lo que hacemos. Si aprendemos a reconocer estos componentes, entonces estaremos en condiciones de aplicar técnicas de intervención que nos ayuden a manejar estas respuestas características de la ansiedad. Será importante ayudar a los participantes a recordar de su propia historia, situaciones concretas que hayan vivido y en las que hayan experimentado este tipo de reacciones de ansiedad. Así, mediante el aprendizaje de respuestas incompatibles con la ansiedad (por ejemplo, con un entrenamiento en ejercicios de respiración o relajación), podrán experimentar cambios importantes en cómo se sienten en esa situación. Por último, se debe realizar una síntesis de los distintos pasos y estrategias enumerados a lo largo de la sesión para ayudar a los jóvenes a relacionar la ansiedad con respuestas agresivas y cómo pueden aprender a aplicar lo explicado en situaciones concretas de su vida diaria. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Ansiedad: estado de alerta que se dispara cuando percibimos que estamos ante una situación de peligro. El organismo reacciona con: ✓ Respuestas cognitivas: pensamientos que hacen referencia a que se aproxima una situación amenazante y que es necesario hacer cualquier cosa para evitarla.

	✓ Respuestas fisiológicas: Sensaciones físicas concretas que alteran nuestro funcionamiento físico. ✓ Respuestas emocionales: Emociones negativas ante ese posible peligro que producen malestar. ✓ Respuestas motoras o conductuales: Lo que se hace en esa situación.																		
DESCRIPCIÓN	Actividad Nº 1: Análisis de la situación El objetivo de esta actividad consiste en que los participantes identifiquen los elementos relacionados con las conductas de ansiedad para que aprendan a manejarla. El monitor explica: <i>“cuando aprendemos a manejar la ansiedad, somos capaces de reconocer sus síntomas y las situaciones que la desencadenan. Mediante el análisis de los siguientes ejemplos vamos a ser capaces de identificar los elementos característicos de la misma y conocer cuáles serían las mejores técnicas de intervención para superar la ansiedad”</i>. A continuación, se entrega la hoja de recursos: “Análisis de la situación”. Se lee cada situación conjuntamente con los participantes, teniendo éstos que realizar de forma individual el análisis funcional de cada una de ellas y, al final, se hace una con todo el grupo. → Hoja de recursos: “Análisis de la situación” Instrucciones: lee cada situación con el monitor y luego analízala. Situación 1: Antonio es un adolescente de 14 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que tanto le gusta y que llevan todos sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada, se pone muy nervioso, piensa que es muy injusto, que todos sus amigos las llevan, y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo y se fractura el tobillo. <table><tr><th>ANTECEDENTES</th><th>CONDUCTA</th><th>CONSECUENCIAS</th></tr><tr><td></td><td> - Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor: </td><td></td></tr></table> Situación 2: María lleva un par de semanas en la que le cuesta mucho contactar y quedar con su mejor amiga. Cuando le llama por teléfono no responde, tarda días en contestar a sus mensajes etc. Dice que está muy ocupada entre el instituto, el gimnasio etc. y que no puede salir. Ya van dos fines de semana que no ha quedado con ella y María no acaba de entender por qué. A los pocos días, María se la encuentra en el instituto, se pone muy nerviosa y no puede reprimir su enfado, por lo que la insulta gravemente. Su amiga rompe definitivamente el contacto con ella. <table><tr><th>ANTECEDENTES</th><th>CONDUCTA</th><th>CONSECUENCIAS</th></tr><tr><td></td><td> - Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor: </td><td></td></tr></table> Situación 3: Raúl se va a dar su examen teórico del permiso de conducir. Está nervioso, tenso. Ha estudiado pero no se siente seguro, piensa que se le van a olvidar las cosas. Decide fumarse un pito para relajarse antes de entrar al examen, con tan mala suerte que sufre un mareo y no puede realizar el examen. <table><tr><th>ANTECEDENTES</th><th>CONDUCTA</th><th>CONSECUENCIAS</th></tr><tr><td></td><td> - Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor: </td><td></td></tr></table>	ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS		- Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor:		ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS		- Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor:		ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS		- Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor:	
ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS																	
	- Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor:																		
ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS																	
	- Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor:																		
ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS																	
	- Cognitivo: - Emocional: - Fisiológico: - Motor:																		

Actividad N° 2: Ser conscientes de nosotros mismos

El monitor deberá explicar lo siguiente: *“asociadas a la ansiedad, aparecen sensaciones físicas concretas, como la presión en el pecho, tensión en manos y piernas, nudo en el estómago y garganta, etc. La técnica conocida como **“aceptación de las sensaciones”** nos ayudará. La experiencia de cómo nos habituamos a una sensación física desagradable puede ser un buen elemento para empezar a tener la confianza necesaria”*.

Lo importante es que aprendan a identificar estas sensaciones y a manejarlas con el objetivo de disminuirlas y actuar de forma adecuada. Para ello, se les explicará que es complicado en muchas ocasiones ser consciente de la sensación física que un acontecimiento les está causando. Ese conocimiento se obtiene con la práctica y cuanto más lo practiquen, mejor lo controlarán.

El ejercicio consiste en hacer una lista en la pizarra con situaciones en las que hayan sentido malestar físico y qué sensaciones físicas experimentaron con ellos.

Ejemplos:

- Que me pillen en una mentira (nudo en la garganta).
- Que me saquen a la pizarra a hacer un ejercicio (sudoración en las manos).
- Discutir con un amigo (tensión en los hombros).

Actividad N° 3: Controlar la ansiedad

Una vez identificados los componentes característicos de las respuestas de ansiedad, vamos a aprender a controlarla mediante técnicas de intervención, para poder así manejar las diferentes situaciones. Lo primero que ha de hacer el monitor llegado este momento es introducir una de las técnicas más utilizadas para el manejo de la ansiedad, como es la relajación. Se pide a los participantes que vayan dando su opinión sobre lo que entienden por relajación y al final el monitor da una definición apoyándose en las opiniones de los jóvenes. Deberá quedar claro que la relajación es lo contrario de la ansiedad, por tanto, “estar nerviosos/preocupados” es incompatible con la relajación.

A continuación se introducen tres técnicas para conseguir la relajación como son la respiración abdominal, la relajación muscular y la relajación mental.

a) Respiración abdominal

Vamos a realizar un ejercicio de respiración sencillo que pueden emplear en momentos en los que se sientan desbordados. Para que dé resultado, esta técnica ha de practicarse con frecuencia y cuanto más se practique más fácil será utilizarla para contrarrestar una reacción de ansiedad en situaciones como en el bus, en casa e, incluso, en clase, sin que los demás se den cuenta.

Empezamos dando la siguiente explicación: “en los momentos en los que tenemos ansiedad, o estamos nerviosos, normalmente no respiramos con toda la caja torácica, sino que respiramos más deprisa por lo que llega menos oxígeno a nuestros pulmones y se produce una sensación de malestar y/o incomodidad. Los estados de nerviosismo o ansiedad en general, se asocian a una respiración superficial. Para cambiar esta sensación que tenemos, vamos a aprender a respirar conscientemente y con toda nuestra capacidad pulmonar para conseguir una sensación de relajación y bienestar.

Sentir nuestro pecho y abdomen mientras respiramos nos permitirá darnos cuenta del movimiento respiratorio. Esta es la respiración “natural” y completa. El aprendizaje es sencillo y los resultados inmediatos. Puede parecer un poco complicado al principio, pero con un poco de práctica, se les hará más fácil”.

Para comenzar con la aplicación de esta técnica pedimos a los miembros del grupo que se

sienten en una silla tratando de encontrar la postura más cómoda posible. El monitor comenzará a leer los pasos del procedimiento que se explican en la **hoja de recursos**: “Aprendiendo a respirar”. A medida que se va dominando la técnica se puede practicar introduciendo distintos elementos como, por ejemplo, con ruidos, con mucha luz, en la oscuridad o con mucha gente alrededor.

→ **Hoja de recursos**: “Aprendiendo a respirar”

Instrucciones: lee atentamente los pasos que se exponen a continuación y practícalos para conseguir una adecuada respiración y cuando lo consigas también lograrás relajarte.

- Siéntate cómodamente, pon una de tus manos sobre el pecho y la otra sobre la zona abdominal. Inspira suave y lentamente por la nariz (3-4 segundos), nota cómo a medida que vas inspirando aire empieza a llenarse de aire la zona abdominal de tu estómago y ésta va saliendo hacia fuera hasta que notas que no puedes inspirar más aire. Recuerda que la mano que está sobre el pecho apenas debe moverse mientras que la que está sobre el abdomen se mueve hacia fuera y hacia dentro con cada inspiración y expiración.
- Mantén el aire dentro (2-3 segundos) y expira muy lentamente por la boca (4-5 segundos) hasta eliminar completamente el aire de tus pulmones. Nota cómo tus manos se mueven.
- Repite el ciclo 5 veces, descansa unos minutos y realiza 5 ciclos de inspiración-expiración.

Consejos de uso: ejercicio de respiración se puede practicar acostado, sentado o de pie. Cualquiera de las tres posiciones te permitirán hacer tuya la respiración, lo importante es concentrarse en el abdomen.

- ❖ **Acostado**, si notas que no llega el suficiente oxígeno al abdomen, apoya las plantas de los pies plegando levemente las rodillas, esta posición puede ayudar a que la respiración sea más profunda.
- ❖ **Sentado**, siempre con la concentración en el abdomen, simplemente coloca tu columna derecha pensando que de la cabeza tira un hilo hacia arriba, sin elevar el mentón.
- ❖ **De pie**, es muy posible que la entrada de aire llegue hasta el pecho o bien que llegue muy poco aire al abdomen; en ese caso piensa que estás sentado en un banco muy alto (esta posición adelantará levemente su pelvis) y que de la cabeza tira un hilo hacia arriba. La concentración como siempre en el abdomen.

Aunque cada práctica no te lleve más de medio minuto, si lo haces con concentración, pronto pasará a ser una respiración natural para tu cuerpo. Estaremos relajados pero atentos ante los inconvenientes cotidianos. Solo se necesita, querer hacerlo y practicarlo a diario.

b) Relajación muscular

La relajación muscular se da cuando hay ausencia de tensión o activación en el cuerpo. A través de la relajación se puede alterar nuestro estado de ánimo y alcanzar un estado de calma y tranquilidad.

El monitor puede explicar a los participantes: “cuando nos encontramos en una situación conflictiva o de estrés ciertos músculos de nuestro cuerpo se ponen tensos, lo que hace más difícil buscar salidas satisfactorias a esa situación. Si uno aprende a identificar esos músculos puede aprender a relajarlos y experimentar una sensación opuesta a la tensión, se sentirá relajado porque sus músculos están también relajados. Con el ejercicio que vamos a realizar a continuación pueden aprender a identificar esas sensaciones de tensión en los músculos y después aprenderán a relajarlos. Si hacen este ejercicio todos los días, en una semana podrán relajarse en situaciones que les provoquen nerviosismo o ansiedad. Por lo tanto, las distintas técnicas de relajación que estamos aprendiendo servirán para aprender habilidades de autocontrol personal antes, durante y después de una situación que les genere tensión”.

El tiempo de entrenamiento es de una o dos semanas, a razón de una o dos sesiones de diez minutos cada día. Para facilitar el aprendizaje el monitor puede grabar la técnica, siguiendo el formato que se presenta en la **hoja de recursos**: “Aprendiendo a relajarme muscularmente”.

→ **Hoja de recursos:** “Aprendiendo a relajarme muscularmente”

Instrucciones: practica la relajación muscular de los cuatro grupos musculares que se presentan a continuación durante 10 minutos. Para iniciar este ejercicio hay que colocarse en una posición cómoda y agradable y con los ojos cerrados. Los ejercicios que se presentan a continuación deben repetirse dos o tres veces.

- 1) **Grupo 1: ambos brazos:** Cierra ambos puños y tensa los antebrazos, dobla ligeramente los brazos y tensa bíceps y tríceps. Siente la tensión a lo largo de los brazos, cada vez más intensa, siente como avanza esa tensión... y ahora lentamente ve aflojando los músculos de los brazos y a medida que vas aflojando va desapareciendo la tensión y sientes cada vez más la sensación de la relajación. Con este ejercicio eres capaz de notar la diferencia entre tensión y relajación y esta sensación es muy agradable (1' y 30").
- 2) **Grupo 2: cara y cuello:** Inclina la cabeza hacia delante como si quisieras tocar con la barbilla el pecho y cierra los ojos fuertemente, abre la boca y haz una sonrisa forzada..., siente la tensión en los músculos del cuello y la cara, que cada vez es más intensa..., siente como avanza esa tensión... y ahora lentamente vuelve el cuello a su posición original y suelta los músculos de la cara y a medida que va desapareciendo la tensión sientes cada vez más la sensación de relajación. Con este ejercicio eres capaz de notar la diferencia entre tensión y relajación. Disfruta de esta sensación que es muy agradable y nota cómo estos músculos están cada vez más y más relajados (1' y 30").
- 3) **Grupo 3: espalda-hombros y abdomen:** Arquea el torso lentamente haciendo que tu pecho salga hacia delante y los codos y hombros hacia atrás, y saca la zona del estómago hacia fuera. Siente la tensión en esos músculos, que cada vez es más intensa, siente como avanza esa tensión y ahora vuelve esos músculos a su posición original y a medida que va desapareciendo la tensión... siente cada vez más la sensación de relajación. Con este ejercicio eres capaz de notar la diferencia entre tensión y relajación. Disfruta de esta sensación que es muy agradable y, además, nota cómo estos músculos están cada vez más y más relajados (1' y 30").
- 4) **Grupo 4: piernas:** Contrae los músculos del muslo y con el talón apoyado levante el pie con los dedos apuntando hacia la cara y nota la tensión cada vez mayor en los gemelos y en todos los músculos de las piernas, mantén la tensión... y ahora lentamente vuelve esos músculos a su posición original... y a medida que va desapareciendo la tensión... siente cada vez más la sensación de la relajación. Con este ejercicio eres capaz de notar la diferencia entre tensión y relajación. Disfruta de esta sensación que es muy agradable y, además, nota cómo estos músculos están cada vez más y más relajados (1' y 30").
- 5) **Respiración abdominal:** Ahora que los músculos de tu cuerpo están cada vez más relajados vamos a hacer unos ejercicios de respiración para profundizar en las sensaciones de la relajación. Empieza inspirando y llenando de aire tus pulmones desde el abdomen hacia arriba...mantén la respiración y ahora poco a poco vas expirando y a medida que expulsas el aire notas una sensación cada vez mayor de relajación, de calma y tranquilidad. Esta sensación es muy agradable y cada vez te sientes con más y más calma. Repetir este ejercicio tres veces (2').
- 6) **Inducción de sensaciones de relajación:** Finalmente se dedican unos dos minutos a profundizar en las sensaciones de la relajación. Por ejemplo, la sensación de relajación invade todos los músculos de tu cuerpo y dejas que las emociones agradables y serenas que invaden tu cuerpo a medida que te dejas llevar cada vez más y más. Observa la sensación de tranquilidad, serenidad y paz... y el agradable sentimiento de calma que te ha ido invadiendo. Ahora percibes una sensación más y más profunda de relajación... siente la serenidad emocional, esos sentimientos tranquilos y serenos que tienden a recubrir tu cuerpo por dentro y por fuera..., una sensación de seguridad interior... (dejar unos segundos). Ahora siente una vez más la sensación de pesadez que acompaña a la relajación a medida que los músculos de tu cuerpo están más y más flojos....sintiéndote tranquilo, seguro y muy, muy calmado y sereno. En este estado de calma y tranquilidad, cada vez que expires dibuja en tu mente en tu color favorito la palabra “calma” y déjate llevar cada vez más y más de las sensaciones agradables de la relajación (dejar unos segundos). Muy bien. Ahora contaré hasta 5 y cuando llegue al número 3 abrirás tus ojos suavemente, y cuando escuches el 5, trata de estirarte y bostezar, levántate lentamente (2").

c) Relajación mental

Se recordará a los jóvenes que la relajación es un estado fisiológico contrario o antagonista a la ansiedad y a cualquier otro estado emocional negativo, es decir, que una persona no puede estar ansiosa o enfadada y, al mismo tiempo, relajada.

El monitor puede explicar: “con la relajación se producen una serie de cambios en el organismo opuestos a los que tienen lugar con la ansiedad o nerviosismo. Por ejemplo, el ritmo cardíaco y la presión arterial disminuyen, la temperatura corporal aumenta, el nivel de tensión en los músculos se reduce, la respiración se hace más pausada y todas las funciones fisiológicas se desaceleran. Por este motivo, la relajación es un buen instrumento para afrontar la ansiedad”.

El método que se presenta a continuación es la relajación mental que es mucho más fácil de aplicar una vez que hemos aprendido la respiración abdominal y la relajación muscular. Se considera una técnica de aplicación rápida.

La relajación mental supone un cambio importante con respecto a otros procedimientos de relajación ya que no existe fase de tensión sino que directamente se intenta producir relajación en los músculos.

El monitor puede hacer una grabación y entrega a los participantes la **hoja de recursos**: “Relajación mental”. Este procedimiento se aplica una vez que los jóvenes dominan la relajación muscular, con una duración aproximada de 5 minutos.

→ **Hoja de recursos**: “Relajación mental”

Instrucciones: practica el procedimiento de relajación que se expone a continuación.

1. En posición cómoda y con los ojos cerrados, centra tu atención en ambos brazos. Busca posibles puntos de tensión en tus antebrazos, bíceps y tríceps, y sin hacer ningún movimiento muscular, ve eliminando la tensión que exista poco a poco en esos músculos... y disfruta de las sensaciones de relajación que notarás al eliminar la tensión. Estos músculos están cada vez más y más relajados... y a medida que aumenta la relajación va disminuyendo la tensión... (30”).
2. Céntrate ahora en la cara y el cuello. De nuevo evalúa si haya algún punto de tensión en esos músculos y desde tu mente envía mensajes de aflojamiento, de relajación y de calma. Esta sensación es muy agradable y cuanto más relajado te notas mayor es la sensación de calma y tranquilidad (30”).
3. Busca tensión en la zona de la espalda, hombros y abdomen. Si la encuentras, vas eliminándola poco a poco y vas notando la sensación de relajación que es muy agradable... (30”).
4. Por último, fíjate en las piernas y observa si hay alguna tensión y poco a poco vas eliminándola hasta que notas tus piernas cada vez más relajadas... (30”).
5. Respiración abdominal. A continuación céntrate en tu respiración inspirando profundamente y expirando poco a poco el aire de tus pulmones. A medida que expiras dibujas en tu mente la palabra “calma” y todo tu cuerpo está cada vez más y más relajado... (Repetir este ejercicio 1’ 30”).
6. Inducción de sensaciones de relajación. Ahora que tu respiración es lenta y pausada nota cada vez más las sensaciones de la relajación. Son unas sensaciones muy agradables de paz y calma interior. Todo tu cuerpo está en paz contigo mismo y esta sensación es muy agradable. Sigue dibujando en tu mente la palabra “calma” y cada vez que la visualizas sientes un nivel mayor de relajación y de paz interior. Repetir este ejercicio 1’ 30”. Para finalizar cuando cuente tres abres tus ojos suavemente y te sientes muy bien contigo mismo.

Una vez que el/la joven domina los tres métodos de relajación propuestos, posiblemente este último es el más útil por su facilidad de aplicación en situaciones cada vez menos confortables. Por ejemplo, del sillón o cama se puede pasar a practicarla en una silla, de la habitación silenciosa a la sala de estar viendo la televisión, de ahí a relajarse mientras se está haciendo algo, de pie, en la calle, escribiendo, etc. El último paso consistirá en practicar la relajación mental en situaciones que provoquen emociones negativas, por ejemplo, cuando

uno está enfadado, después de una discusión, si uno está nervioso por un problema personal importante. Funcionará mejor si uno se relaja tan pronto como se noten los primeros signos de una respuesta de ansiedad. Las emociones asociadas a la relación son calma, tranquilidad y paz interior.

d) Cambio de pensamientos

El objetivo es que los participantes aprendan a identificar sus pensamientos y comprender cómo afectan éstos a las respuestas fisiológicas que uno experimenta cuando está ansioso o nervioso.

El monitor puede dar la siguiente explicación: “una de las principales causas de la ansiedad es que cuando se activan los pensamientos ansiosos, éstos los asumimos como verdaderos y no los contrastamos. Por eso en muchas situaciones nos ponemos nerviosos porque damos explicaciones inadecuadas de esas situaciones. Es decir, lo que nos molesta o nos pone nerviosos no es lo que nos ocurre, sino lo que pensamos acerca de lo que nos está ocurriendo. **Por ejemplo**, imagina que vas paseando por la calle y te encuentras con un amigo que, sorprendentemente, no te saluda. ¿Cuál sería vuestra reacción?

- Si te sientes enojado probablemente piensas: “¿cómo se atreve?, se cree superior, es un imbécil”.
- Si te sientes triste es posible que pienses: “seguro que he hecho algo que lo ha molestado, siempre meto la pata, me voy a quedar sin amigos”.

El acontecimiento es el mismo en los dos casos pero el tipo de reacción emocional (enfadado y triste) está directamente causada por el pensamiento o interpretación de los hechos que ocurren. De no ser así, todos reaccionaríamos de la misma forma ante las mismas situaciones de la vida. Para desactivar estos pensamientos, es preciso primero identificarlos.

Para ello, lo primero será identificar estas sensaciones desagradables y una vez identificadas debemos preguntarnos “la forma en la que estoy interpretando esta situación es la adecuada o existe una forma alternativa de interpretarla y que sea más objetiva y mejor para nosotros”.

A continuación, se entrega la **hoja de recursos** “Controlando pensamientos”. Se lee la situación conjuntamente con los participantes y el monitor comenta el caso usando como ejemplos aquellos que están entre comilla para facilitar la práctica por parte de los participantes. Luego deberán rellenarlo individualmente. Una vez completado se conversa con el grupo.

→ **Hoja de recursos** “Controlando pensamientos”

Instrucciones: lee las siguientes situaciones y aporta nuevos ejemplos que podrían servir para cada caso concreto.

Situación 1: Antonio es un adolescente de 14 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que tanto le gusta y que llevan todos sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo y se fractura el tobillo.	
Pensamientos Automáticos	“Es muy injusto, todos mis amigos las llevan”
Emociones que nos producen	Enfado
Pensamientos alternativos	“Tal vez no sea el mejor momento para comprar esas zapatillas”
Situación 2: María lleva un par de semanas en la que le cuesta mucho contactar y quedar con su mejor amiga. Cuando le llama por teléfono no lo coge y tarda días en contestar a sus mensajes. Dice que está muy ocupada entre el instituto, el gimnasio, y que no puede salir. Ya van dos fines de semana que no ha quedado con ella y María no acaba de entender por qué. A los pocos días, María se la encuentra en el Instituto, se pone muy nerviosa y no puede reprimir su enfado, por lo que la insulta gravemente.	

Pensamientos Automáticos	"Es una falsa, pasa de mí pero no se atreve a decírmelo"
Emociones que nos producen	Enfado
Pensamientos alternativos	"Puede que tenga algún problema serio, debería hablar con ella"

Finalmente, el monitor deberá enfatizar la importancia de reinterpretar las situaciones ansiógenas controlando pensamientos y aplicando estrategias como la relajación.

Actividad N° 4: Afrontando situaciones de ansiedad

Practicar al menos en tres ocasiones los ejercicios de control de la ansiedad, aplicándolos a situaciones que producen nerviosismo tanto en la actualidad como en el pasado. Se pide a los/las jóvenes que identifiquen esas situaciones y que las analicen siguiendo el esquema que se presenta en la **hoja de recursos** "Aplicando estrategias para el control de la ansiedad".

Una vez que los participantes han identificado sus situaciones personales se pide a cada uno que de forma individual planifique, en función de lo aprendido, que técnicas aplicaría para manejar de forma eficaz cada una de las situaciones identificadas. A continuación se conversa con el grupo y el monitor considera una de las situaciones aportadas por los/las jóvenes y entre todos hacen una planificación sobre cómo manejarla y, por último, practican las técnicas en la sesión.

→ **Hoja de recursos** "Aplicando estrategias para el control de la ansiedad"

Instrucciones: practica los ejercicios de control de la ansiedad y registra los siguientes elementos para comprobar si funciona.

Situación	Pensamiento	Sensaciones físicas y emocionales	Técnicas empleadas	Pensamientos alternativos
Discuto con mi hermano porque no me deja sus zapatillas.	Soy un idiota porque yo sí que le dejo siempre todo.	Enfado, ira Nudo en el estómago.	Respiración y control de pensamientos.	Esperaré a encontrar un momento más adecuado para pedirselo.
Mi compañero de clase me ignora cuando le pregunto una duda.	Es un egoísta, cuando él no entiende algo yo siempre se le explico.	Enfado, tensión	Respiración y relajación muscular.	Puedo consultar con otros compañeros.

Resumen de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

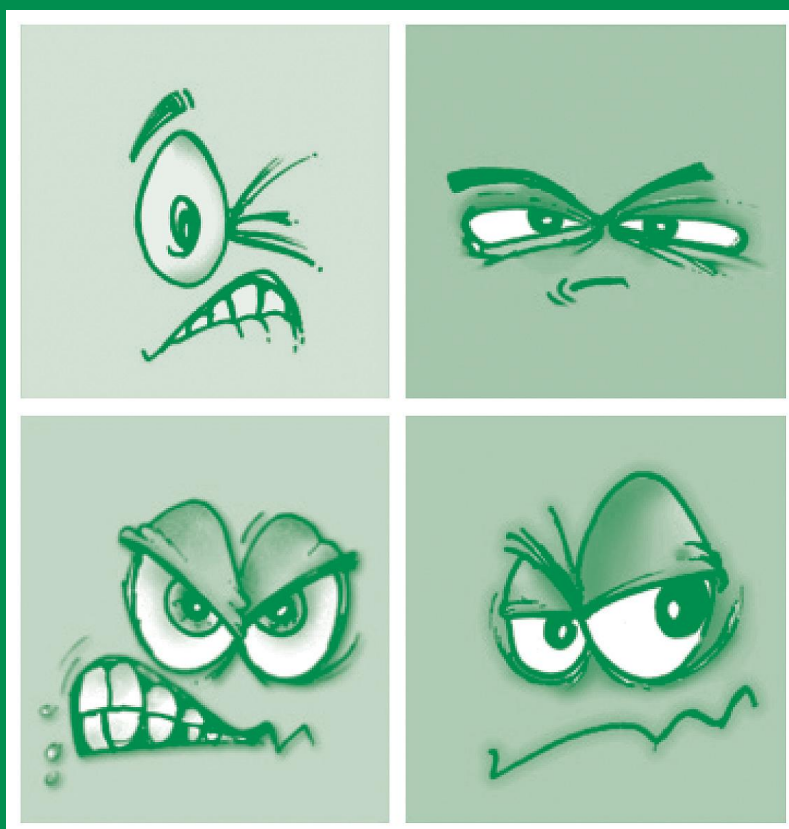
1. Para controlar mi ansiedad es manejar los síntomas físicos, emocionales y los pensamientos.
2. Si identifico las situaciones en las que suelo ponerme nervioso, controlaré mejor mi ansiedad
3. Lo que yo pienso en una determinada situación va a influir en que yo me ponga ansioso.

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

MÓDULO N° 3

“CONTROL DE EMOCIONES NEGATIVAS”



OBJETIVO

Que el/la joven sea capaz de identificar y caracterizar las respuestas emocionales de ira y el uso de estrategias para el control de la misma.

Múltiples investigaciones han puesto de relieve la conexión entre las vivencias de tensión y la propensión a cometer ciertos delitos, especialmente delitos violentos (Andrews y Bonta, 2006). Muchos homicidios, asesinatos de pareja, lesiones, agresiones sexuales y robos con intimidación son perpetrados por individuos que experimentan fuertes sentimientos de ira, venganza, apetito sexual, ansia de dinero y propiedades, o desprecio hacia otras personas. La teoría general de la tensión señala la siguiente secuencia explicativa de la relación entre estrés y delito (Garrido, Stangeland y Redondo, 2006): a) Diversas fuentes de tensión pueden afectar al individuo, entre las que destacan la imposibilidad de lograr objetivos sociales positivos, ser privado de gratificaciones que posee o espera, y ser sometido a situaciones aversivas ineludibles; b) Como resultado de las anteriores tensiones, se generarían en el sujeto emociones negativas que como la ira energizan su conducta en dirección a corregir la situación; c) Una posible acción correctora contra una fuente de tensión experimentada es la conducta delictiva; d) La supresión de la fuente alivia la tensión y de ese modo el mecanismo conductual utilizado para resolver la tensión se consolida.

Dentro del campo de las emociones negativas, la ira juega un papel central a la hora de explicar el comportamiento antisocial y/o delictivo. La ira se considera como una respuesta emocional caracterizada por una alta activación del sistema nervioso simpático que desencadena respuestas cognitivas caracterizadas por una percepción subjetiva de daño y de atribución externa. Las respuestas emocionales de ira, en principio, tienen una función claramente adaptativa, pero ésta disminuye cuando se expresa habitualmente en forma de agresión verbal y física ante las demandas del entorno a las que un joven tiene que hacer frente.

Goldstein y Glick (2001) también han comprobado que los jóvenes infractores desarrollan comportamientos agresivos mediante un proceso de aprendizaje social que se manifiesta, sobre todo, en contextos interpersonales. Según estos autores estas conductas violentas pueden considerarse como una consecuencia directa de las emociones negativas como la ira. Otras variables relevantes que influyen en el control de la ira son las interpretaciones cognitivas que hace el joven de las situaciones interpersonales que desencadenan este tipo de reacciones agresivas. Además, estas variables cognitivas que se manifiestan en forma de autodiálogo, sirven para que el joven infractor aprenda a regular su conducta en este tipo de situaciones. Ya Luria (1956) demostró que los niños aprenden a regular su conducta externa mediante el habla interna, conocida también como conversación interior o diálogo con uno mismo. Un ejemplo sería: *“bueno, ya está mi hermano queriendo tomar mis juguetes. Me dan ganas de darle una bofetada pero mejor me voy a otro sitio, no quiero hacerle daño”*.

Los programas existentes sobre el control de la ira dan mucha importancia a los pensamientos o autodiálogo que los jóvenes tienen que desarrollar para aprender dirigir su comportamiento. Este proceso se conoce como autocontrol y su adquisición va unida a la capacidad que desarrolla un adolescente para aprender a dirigir su comportamiento mediante un dialogo interno en forma de autoinstrucciones.

Así, si este proceso fracasa en su adquisición la consecuencia más clara suele ser la impulsividad y las respuestas agresivas ante las demandas del entorno. Novaco (1975), ha sido el autor que más ha estudiado las reacciones de ira y considera que éstas están estrechamente unidas a la valoración cognitiva que se hace de las demandas del medio. Estas valoraciones se caracterizan por unas expectativas de acción inadecuadas que tienen como resultado un comportamiento desajustado (por ejemplo, agresión verbal y física) a la demanda planteada.

Una forma adecuada para manejar este tipo de conductas agresivas consiste en aprender a desarrollar una gran variedad de autoinstrucciones que ayuden al joven a romper la cadena de la agresión y/o violencia.

Por lo tanto, los elementos necesarios que deberá considerar un programa de tratamiento dirigido al control de la ira serán: a) identificar los desencadenantes tanto internos como externos; b) reconocer las reacciones fisiológicas características de esta reacción; c) tomar conciencia de los pensamientos o autodiálogo que están presentes cuando se manifiesta; d) aprender técnicas que ayuden al joven a disminuir este tipo de emociones negativas, y e) realizar una autoevaluación sobre el aprendizaje de los pasos enumerados (Novaco, Ramm y Black, 2001).

En resumen, son diversos los autores que consideran que la tendencia a experimentar ira de forma frecuente es un factor facilitador o mediador del comportamiento antisocial, es decir, que en ciertas ocasiones el delito o la violencia llevada a cabo por un joven será consecuencia de la ira experimentada y/o expresada (Howells, 2004)⁴.

⁴ Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1
IRA Y COMPORTAMIENTO AGRESIVO: EVALUACIÓN (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca el concepto de ira y su relación con el comportamiento delictivo, identificando las consecuencias en su comportamiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica la ira como una emoción negativa en función de su componente cognitivo, fisiológico y conductual. ✓ El/la joven reconoce el valor adaptativo de la ira y su relación con el comportamiento agresivo/delictivo. ✓ El/la joven identifica las posibles consecuencias que se deriven de distintas actuaciones ante una situación que provoca reacciones de ira.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Papelógrafo o pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Reconociendo situaciones desencadenantes de respuestas de ira. ✓ Hoja de recursos: Aplicando el modelo A → B → C para analizar las reacciones de ira. ✓ Hoja de recursos: Autorregistro de reacciones de ira. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El objetivo de esta sesión consiste en que los participantes conozcan en qué consiste la ira y cuáles son sus manifestaciones o síntomas para lograr identificarla y reconocer la relación que tiene con determinados comportamientos delictivos y cuáles son sus consecuencias. Para ello, realizaremos diversas actividades dirigidas a conseguir estos objetivos: a) entrenar a los jóvenes a reconocer sus reacciones de ira; b) qué relación guarda la ira con el comportamiento agresivo/delictivo; y c) qué consecuencias pueden derivarse de la expresión de la ira. Utilizaremos ejemplos ficticios y situaciones reales de los propios jóvenes para dar respuesta a los objetivos planteados. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Ira: emoción caracterizada por una sensación de enfado, furia o deseo de venganza. Generalmente se produce contra los demás y se manifiesta en forma de agresión física y verbal. ✓ Modelo A → B → C de la ira: modelo explicativo que se utiliza para analizar las reacciones de ira en función de sus antecedentes (A), respuestas (B) y consecuencias (C).
DESCRIPCIÓN	Actividad Nº 1: Conociendo la ira Esta primera actividad tiene como fin que los participantes conozcan las principales características de la ira, así como sus respuestas más características. El monitor puede comenzar así: <i>“supongo que todos habrán oído hablar alguna vez de la palabra “ira”, e incluso han utilizado esta palabra al hablar de alguien que reacciona con ira, pero ¿alguno de ustedes podría explicar qué es la ira?”</i>. A continuación, se hace una lluvia de ideas sobre este concepto, apuntando en la pizarra las opiniones de cada uno de los participantes y llegando, finalmente, a una definición común entre todos, tomando como referencia la definición dada.

Seguidamente, el monitor entrega la **hoja de recursos**: “Reconociendo situaciones desencadenantes de respuestas de ira” y explica el contenido teórico: *“emoción caracterizada por una sensación de enfado, furia o deseo de venganza. Generalmente se manifiesta contra los demás en forma de agresión física y verbal. Las reacciones de ira si no se controlan pueden llegar a manifestarse de forma muy violenta, por ejemplo, cuando va acompañada de ansiedad o miedo. En otras ocasiones puede manifestarse en forma de pérdida de control, cuando nos esforzamos por controlar una situación que es importante para nosotros pero que vemos que se nos va de las manos, siendo la forma de reaccionar desproporcionada y agresiva.*

Las respuestas características de una reacción emocional de ira son:

- **Cognitivas:** pensamientos negativos, destructivos, agresivos, pensamientos defensivos exagerados que se han automatizado y el joven no es consciente de ellos. Pueden producirse, por ejemplo, cuando uno siente “*ganas de golpear algo o alguien*”.
- **Fisiológicas:** tensión facial y muscular, dolor de cabeza, dolor de espalda, incremento de la respiración, enrojecimiento facial. Por ejemplo, puños cerrados, labios y dientes apretados y ceño fruncido.
- **Conductuales:** verbalizar palabras agresivas para intimidar o humillar y/o realizar agresiones físicas para causar daño a alguien”.

Tras la explicación, el monitor pide a cada participante que describa una ocasión en la que haya sentido una reacción de ira, indicando las respuestas que se produjeron a nivel cognitivo, fisiológico, emocional y conductual. Seguidamente, en la **hoja de recursos “Reconociendo situaciones desencadenantes de respuestas de ira”**, los participantes describirán dos situaciones en las que hayan experimentado este tipo de respuestas.

Se indica a los/as jóvenes que las respuestas características de una reacción emocional de ira son:

- **Cognitivas:** pensamientos negativos, destructivos agresivos, pensamientos defensivos exagerados que se han automatizado y el/la joven no es consciente de ellos. Pueden producirse, por ejemplo, cuando uno siente “*ganas de golpear algo o alguien*”.
- **Fisiológicos:** tensión facial y muscular, dolor de cabeza, dolor de espalda, incremento de la respiración, enrojecimiento facial. Por ejemplo, puños cerrados, labios y dientes apretados y ceño fruncido.
- **Conductuales:** verbalizar palabras agresivas para intimidar o humillar y/o realizar agresiones físicas para causar daño a alguien.

Se les pide a los/as jóvenes que describan una ocasión en la que hayan sentido una reacción de ira, indicando las respuestas que se produjeron a nivel cognitivo, fisiológico, emocional y conductual, dicha actividad se realiza en la **hoja de recursos “Reconociendo situaciones desencadenantes de respuestas de ira”**.

Una vez que hayan identificado estas situaciones, el/la monitor pide que las vayan leyendo en voz alta, y las que considere que están mejor descritas las analiza con todos los miembros del grupo y las escribe en papelógrafo o pizarra.

Al finalizar, el/la monitor puede resumir el concepto de ira de la siguiente manera.

“Los seres humanos experimentamos muchas emociones, como alegría, tristeza, temor, incertidumbre, furia, etc. La ira es otra emoción muy poderosa que afecta a nuestros pensamientos, a lo que sentimos físicamente y a nuestra forma de comportarnos, por lo que es importante aprender a controlarla, ya que la persona que la experimenta se siente como una olla a presión y si no libera esa presión que siente acabará explotando”.

Existen muchas situaciones que provocan ira. Por ejemplo, puedes enfadarte cuando algo no sale como tú quieres. Tal vez te enfurezcas contigo mismo cuando no entiendes la tarea que debes realizar o cuando tu equipo pierde un partido importante. Puedes frustrarte cuando te resulta difícil alcanzar algún objetivo, y esa frustración puede provocar ira.

Así, algunas personas que se burlan de ti o te insultan pueden conseguir que te enfurezcas. También puedes enfadarte con tus padres si consideras que alguna de sus reglas es injusta. Lo peor de todo es cuando te echan la culpa por algo que no has hecho, pero muchas veces acabamos enfureciéndonos sin saber por qué. Algunas personas ocultan su ira en lo más profundo de su ser. Si actúas de esa forma, puede llegar a dolerte la cabeza o el estómago. Puede que, simplemente, te sientas mal contigo mismo y empieces a llorar. No es bueno esconder la ira, así que deberías encontrar una manera de liberarla sin herir a nadie (incluido tú).

Por tanto, la ira surge cuando no sabemos resolver situaciones importantes de nuestra vida que por su contenido emocional son relevantes para nosotros, y las respuestas que damos son exageradas y desproporcionadas y generan unas consecuencias negativas tanto para nosotros como para los demás”.

Actividad Nº 2: $A \rightarrow B \rightarrow C$

Esta actividad va dirigida a que los participantes comprendan cómo se produce el comportamiento de un joven infractor que experimenta una reacción de ira y qué consecuencias tiene para él a corto y a largo plazo. Para realizar esta actividad vamos a aplicar el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$. Para ello, el monitor entrega la **hoja de recursos** “Aplicando el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ para analizar las reacciones de ira” y explica: “tal como hemos visto en módulos anteriores, este modelo se explica de la siguiente forma:

- **A:** antecedentes. Lo que me provoca la ira.
- **B:** comportamiento de ira. Lo que pienso, siento y hago mientras experimento la ira.
- **C:** consecuencias. Las consecuencias que mi comportamiento de ira tiene para mí y para los demás”.

A continuación, se pide a los participantes que rellenen el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ de la hoja de recursos: “Aplicando el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ para analizar las reacciones de ira” con una situación propia de comportamiento de ira (**Mi situación 1**). Se revisan los casos planteados por los participantes tratando de dejar claro la aplicación de este modelo de análisis a sus situaciones concretas.

→ **Hoja de recursos** “Aplicando el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ para analizar las reacciones de ira”

Instrucciones: observa el ejemplo y luego describe los componentes del modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ de la ira con una situación que hayas vivido.

A Antecedentes	Mirada rara de un desconocido al sacar una entrada para un concierto de música rock.
B Conductas	- Pensamiento: “Se está burlando de mí”, “este imbécil me está vacilando”. - Fisiológico: Tensión y agitación corporal interior. - Conducta: insultarle y ante su respuesta darle un puñetazo y organizar una pelea. - Emoción: Enfado, furia.
C Consecuencias	Daño físico a una persona la cual puede ser que no le haya mirado mal. Cuando viene la policía le denuncia por agredir en vía pública.
Mi situación 1:	
A Antecedentes	
B Conductas	- Pensamiento: - Fisiológico: - Conducta: - Emoción:
C Consecuencias	
Mi situación 2:	
A Antecedentes	
B Conductas	- Pensamiento: - Fisiológico: - Conducta: - Emoción:
C Consecuencias	

A continuación, de los resultados de la **hoja de recursos** “Reconociendo situaciones desencadenantes de respuestas de ira”, se analizan las dos situaciones aportadas por los participantes siguiendo este modelo. El monitor puede analizar una de las situaciones con la participación de todos los miembros del grupo, apuntando los resultados en la pizarra, y la segunda situación la analizan los participantes en el siguiente apartado de la **hoja de recursos** “Aplicando el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ para analizar las reacciones de ira” (Mi situación 2).

Finalmente, se comentan los resultados llegando entre todos los miembros a un resultado en común. Se analizarán tantas situaciones como el monitor considere oportunas para una adecuada comprensión de los contenidos.

Actividad N° 3: ¿Qué hacer? Tú decides

Para profundizar más en el análisis de las consecuencias de la ira, así como en la posibilidad de controlarla, se presenta a los jóvenes una serie de situaciones con dos posibles soluciones (con y sin control de la ira) y las posibles consecuencias que se derivan de dichas acciones. El monitor comenta: *“a continuación vamos a analizar algunas situaciones que pueden provocar ira, las conductas que tienen lugar y sus posibles consecuencias con las que pueden sentirse identificados en algún momento de su vida. Lo importante es considerar que las consecuencias serán distintas en función de las conductas que tengan lugar en esas situaciones”*.

Las situaciones que se plantean se recogen en la Tabla “Situaciones que provocan ira”.

→ **Tabla:** Situaciones que provocan ira

SITUACIÓN QUE ME PROVOCA IRA	LO QUE HAGO	CONSECUENCIAS DE LO QUE HAGO
1) Al entrar a una disco una persona que sale te empuja	- <i>Conducta 1:</i> A pesar de que te pide perdón, decides insultar y empujar a esa persona. - <i>Conducta 2:</i> le haces un gesto de aprobación y pasas a la disco sin darle más importancia al hecho.	- <i>Consecuencia 1:</i> No te dejan entrar en la disco, lo que provoca el enfado de tus amigos que deciden irse a casa. Se acabó la fiesta. - <i>Consecuencia 2:</i> No ha habido pelea, nadie ha sufrido. Entrás a la disco con tus amigos y pasas una gran noche.
2) Mirada rara de un desconocido	- <i>Conducta 1:</i> sin saber con seguridad si esa mirada iba dirigida a ti, decides empujarle e insultarle. - <i>Conducta 2:</i> no le das importancia, no sabes si te ha mirado, y en caso de que te haya mirado no te sientes ofendido.	- <i>Consecuencia 1:</i> la persona ha sufrido un daño físico, que se puede ver en NÚMEROSas heridas. Acude a la policía y eres denunciado y llevado a Comisaría. - <i>Consecuencia 2:</i> nadie tiene heridas y evitas una denuncia que te puede salir muy cara.

Tras exponer estos ejemplos y comentarlos con los jóvenes, se les propone que digan ellos mismos situaciones y entre todos planteen posibles conductas donde se controle la ira y otras donde no, y las consecuencias en ambos casos. Si los participantes no plantean nuevas situaciones, se pueden utilizar algunas de las descritas en las actividades previas. Todo lo planteado se apunta en la pizarra siguiendo el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ de la ira.

Actividad N° 4: Actividad complementaria

Se les propone para la siguiente sesión que recuerden dos comportamientos antisociales/delictivos que hayan cometido como consecuencia de dejarse llevar por la ira y el enfado que les produjo esas situaciones y cuáles han sido las consecuencias para ellos.

En la **hoja de recursos** “Autorregistro de reacciones de ira” deben registrarlas siguiendo el modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$ de la ira. También se les plantea la posibilidad de poder reflejar alguna situación de ira que les ocurra en el tiempo que transcurra entre esta sesión y la siguiente.

→ **Hoja de recursos** “Autorregistro de reacciones de ira”

Instrucciones: describe dos situaciones en las que te hayas comportado de forma agresiva o inadecuada como consecuencia de la ira o enfado. Si experimentas alguna situación durante esta semana, también puedes anotarla.

ANTECEDENTE	CONDUCTA DE IRA	CONSECUENCIAS
Situación 1:	-¿Qué pensé? -¿Qué Sentí? -¿Qué hice?	- <i>Positivas:</i> - <i>Negativas:</i>
Situación 2:	-¿Qué pensé? -¿Qué Sentí? -¿Qué hice?	- <i>Positivas:</i> - <i>Negativas:</i>

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Es normal sentir ira en algunas situaciones, lo importante es saber controlarla (VERDADERO). 2. Un comportamiento antisocial o inadecuado no puede producirse como consecuencia de la ira (FALSO). 3. La ira es una emoción que yo experimento, por lo tanto las consecuencias que tengan mis reacciones de ira nunca van a afectar a los demás (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual MES



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 2

IRA Y COMPORTAMIENTO AGRESIVO, EVALUACIÓN (II)

OBJETIVOS	✓ Que el/la joven aprenda a detectar los pensamientos y emociones asociadas a la ira, siendo consciente a su vez, de las situaciones y factores que la desencadenan.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica los pensamientos y emociones asociados a la ira. ✓ El/la joven reconoce las situaciones que se asocian de forma más frecuente con la ira. ✓ El/la joven identifica las situaciones y factores desencadenantes de reacciones de ira.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Papelógrafo o Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Cuestionario sobre situaciones desencadenantes de reacciones de ira. ✓ Hoja de recursos: Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira. ✓ Hoja de recursos: Analizando una de mis situaciones desencadenantes de reacciones de ira. ✓ Hoja de recursos: Mis situaciones diarias de ira. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Estas actividades tienen como objetivo ayudar a los jóvenes a identificar situaciones de su vida real en las que han reaccionado de forma irascible. Para ello, en primer lugar, contestarán el cuestionario de Novaco sobre situaciones que desencadenan reacciones de ira y, a continuación, cada joven creará su propia jerarquía de disparadores, con el objetivo de que adquieran la capacidad para identificar situaciones desencadenantes de ira y reconocer los componentes de sus reacciones ante las mismas. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Ira: emoción caracterizada por una sensación de enfado, furia o deseo de venganza. Generalmente se produce contra los demás y se manifiesta en forma de agresión física y verbal. ✓ Disparador: elemento o clave que hace que una situación acabe desencadenando una reacción de ira. Si la reacción emocional es intensa el joven pierde el control sobre su conducta y las consecuencias de la misma serán más graves.
DESCRIPCIÓN	Actividad Nº 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro de comportamientos de ira de la sesión anterior, desglosándolo en pensamientos, emociones, conductas y consecuencias. Finalmente, se realiza un repaso del concepto de ira para introducir la sesión, así como del modelo $A \rightarrow B \rightarrow C$, aportando los participantes sus propios ejemplos personales. Seguidamente, se contesta a las preguntas de evaluación de la sesión previa, realizando con éstas un breve resumen de la misma. Actividad Nº 2: Situaciones de ira Tras revisar el contenido de la sesión previa, con esta actividad se pretende ayudar a los participantes a identificar un mayor número de situaciones que pueden desencadenar reacciones de ira. Se reparte la hoja de recursos: "Cuestionario sobre situaciones desencadenantes de reacciones de ira" en la que se describen situaciones hipotéticas que pueden desencadenar este tipo de reacciones. Este cuestionario es una adaptación del Cuestionario de Ira de Novaco (1975).

El monitor puede explicar:

“Los 25 ítems de esta escala han sido elaborados para conocer tu forma general de reaccionar a determinadas situaciones que pueden provocar respuestas de ira. Intenta imaginar que cada una de las situaciones está ocurriendo en este momento e indica el grado con el que tú podrías experimentar esa emoción”.

→ **Hoja de recursos:** “Cuestionario sobre situaciones desencadenantes de reacciones de ira”

Instrucciones: los ítems de esta escala describen situaciones que se relacionan con la activación de la ira. Para cada ítem, evalúa el grado de ira o enfado que te causaría el incidente descrito, indicando el grado apropiado de ira. Intenta imaginar que el incidente realmente te está ocurriendo y después indica hasta qué punto te habrías enfadado. En situaciones reales, el grado de ira que experimentarías dependería de otros factores que no se especifican en los ítems (por ejemplo, el tipo de situación, cómo ocurrió el hecho, etc.) Esta escala trata de tus reacciones generales, por lo que se han omitido detalles de las situaciones específicas. Por favor, intenta evaluar tus respuestas en forma general.

Señala en qué medida te sentirías enfadado/a o molesto/a en las siguientes situaciones. Las posibles respuestas son: *“muy poco”, “poco”, “moderado”, “bastante” y “mucho”.*

SITUACIÓN	Muy Poco	Poco	Moderado	Bastante	Mucho
1. Desempaquetas un aparato que acabas de comprar, lo enchufas y descubres que no funciona.					
2. Un técnico que te arregla un electrodoméstico te cobra de más.					
3. Por un acto que han realizado varias personas, tú eres el único al que le llaman la atención.					
4. Tu auto se queda atrapado en el barro o la arena.					
5. Estás hablando con alguien y no te contesta.					
6. Alguien se hace pasar por algo que no es.					
7. Mientras tú luchas por llevar cuatro tazas de café a tu mesa en una cafetería, alguien tropieza contigo y te vierte el café.					
8. Alguien te tira la chaqueta al suelo y no la recoge.					
9. Desde el momento en que entras en una tienda, el vendedor te persigue.					
10. Has quedado para ir a algún sitio con una persona que no llega y te deja plantado.					
11. Se ríen de ti o te toman el pelo.					
12. Se te cala el coche en un semáforo que acaba de ponerse en verde y el coche de atrás toca la bocina una y otra vez.					
13. Haces un giro indebido en un parking y alguien te pregunta dónde has aprendido a conducir.					
14. Alguien se equivoca y te culpa a ti.					
15. Intentas concentrarte pero alguien cerca de ti está dando golpecitos al suelo con el pie.					
16. Le prestas un libro u objeto importante a alguien y no te lo devuelve.					

17. Has tenido un mal día y tu hermano/a empieza a reclamarte que olvidaste hacer algo que dijiste que ibas a hacer.					
18. Intentas discutir algo importante con tu pololo/a pero no te da la ocasión de expresar tus sentimientos.					
19. Discutes con alguien sobre un tema que defiende sin saber mucho de ello.					
20. Alguien se entromete en la discusión que mantienes con otra persona.					
21. Necesitas llegar a un sitio con urgencia y el auto que circula delante de ti va a 40 km/h en una zona donde se puede ir a 60 km/h y no le puedes pasar.					
22. Pisar un chicle					
23. Pasas por delante de un grupo de gente y se burlan de ti.					
24. Rasgarte los pantalones o una falda con un objeto punzante al salir con prisa hacia el lugar donde te esperan.					
25. Utilizas la última moneda que te queda para sacar el ticket del estacionamiento pero la máquina está mala y te quedas sin ticket y sin la moneda.					

Al corregir este cuestionario se puede obtener una orientación más precisa sobre la naturaleza de las situaciones descritas intentando clasificarlas en:

- a) **Intrapersonales** (reacciones de ira que damos a situaciones que son de naturaleza individual): ítems 1, 4, 22, 24, 25.
- b) **Interpersonales** (reacciones de ira que damos a situaciones que son de naturaleza interpersonal): ítems 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23.

Cuando todos los participantes hayan terminado, se apuntan en la pizarra las cinco situaciones más votadas por cada uno de los participantes con el fin de visualizar de forma clara aquellas situaciones que se consideran más frecuentemente asociadas con la ira. Además, se debatirá y argumentará sobre aquellas situaciones que se consideren o no importantes por cada uno de los participantes (es decir, razones para considerar una situación importante por parte de un participante y razones para no considerarla tan importante por otro participante).

Actividad N° 3: Mi perfil de ira

En esta actividad se continúa trabajando con la **hoja de recursos**: “Cuestionario sobre situaciones desencadenantes de reacciones de ira” y aquí los jóvenes eligen 10 situaciones que han marcado en su cuestionario con una intensidad de “mucho” o “bastante” y se obtiene un perfil personal de situaciones desencadenantes de respuesta de ira y se anotan en la **hoja de recursos**: “*Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira*”, y se marca en la columna de la derecha si estas situaciones son de naturaleza intrapersonal o interpersonal.

→ **Hoja de recursos**: Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira

Instrucciones: anota las 10 situaciones más frecuentes del cuestionario y clasifícalas en las dos categorías.

MIS SITUACIONES	INTRAPERSONAL	INTERPERSONAL
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

Con esta actividad hemos completado el perfil de situaciones desencadenantes de reacciones de ira para cada participante y podremos resaltar de forma general las características generales de la forma de reaccionar de los jóvenes ante estas situaciones, considerando si existen diferencias en las respuestas que dan a estas situaciones. Por último, se analiza la naturaleza de las situaciones, si son más de naturaleza intrapersonal o interpersonal o ambas.

Actividad N° 4: Analizando mi ira

Con esta actividad se pretende que, además de profundizar en las situaciones desencadenantes de respuestas de ira, los participantes deben analizar sus pensamientos, emociones, conductas y consecuencias que tienen lugar en esa situación hipotética. Para ello, se les reparte la **hoja de recursos**: Analizando una de mis situaciones desencadenantes de reacciones de ira, indicándoles que deben rellenar los huecos establecidos para la situación con una mayor puntuación de la **hoja de recursos**: “Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira”.

Antes de realizar la actividad, el monitor puede aportar el ejemplo recogido en la **Tabla** “Ejemplo de respuestas a una situación de ira”:

→ **Tabla**: Ejemplo de respuestas a una situación de ira

Situación: hablar a alguien y que no te responda.			
PENSAMIENTOS	EMOCIONES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS
✓ “No dirigirle más la palabra”	✓ Ira	✓ Insultos y reclamos verbales	✓ Lesiones
✓ “Pegarle un grito”	✓ Rabia	✓ Agresividad física	✓ No solución del conflicto
✓ “No he hecho nada”	✓ Ansiedad		✓ Pérdida de amistad
			✓ Desahoga ira

→ **Hoja de recursos**: Analizando una de mis situaciones desencadenantes de reacciones de ira

Instrucciones: describe la situación más puntuada del cuestionario y analízala en las categorías que aparecen reflejadas.

Situación:			
PENSAMIENTOS	EMOCIONES	CONDUCTA	CONSECUENCIAS

Actividad N° 5: Actividad complementaria

Para fomentar la consolidación de los contenidos adquiridos, se pide a los participantes que para la próxima sesión identifiquen 3 situaciones de su vida diaria en las que hayan podido experimentar reacciones de ira y las anotan en la **hoja de recursos**: “Mis situaciones diarias de ira”. En caso de que no les surja ninguna situación se les indica que pueden analizar tres situaciones de la **hoja de recursos** “Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira”.

	→ Hoja de recursos: "Mis situaciones diarias de ira"		
	ANTECEDENTE	CONDUCTA DE IRA	CONSECUENCIAS
	Situación 1:	-¿Qué pensé? -¿Qué Sentí? -¿Qué hice?	- Positivas: - Negativas:
	Situación 2:	-¿Qué pensé? -¿Qué Sentí? -¿Qué hice?	- Positivas: - Negativas:
	Situación 3:	-¿Qué pensé? -¿Qué Sentí? -¿Qué hice?	- Positivas: - Negativas:
	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.		
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Solo voy a experimentar ira en situaciones en las que otras personas me ofenden o molestan (FALSO). 2. Los pensamientos que tengo cuando estoy con ira suelen ser pensamientos positivos (FALSO). 3. Las situaciones que pueden disparar mi ira son diversas (VERDADERO).		
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.		

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 ESTRATEGIAS PARA EL CONTROL DE LA IRA (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca y practique técnicas de control para el manejo y reducción de la ira.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven practica diversas estrategias para el control de la ira. ✓ El/la joven reconoce la relación de dichas técnicas con la reducción de la ira. ✓ El/la joven identifica como el nivel de activación y de los pensamientos influye en nuestra forma de sentir y comportarnos cuando tenemos ira.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumón.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Relajación mental. ✓ Hoja de recursos: Pensamientos justificativos de situaciones hipotéticas de ira. ✓ Hoja de recursos: Desarrollo de autoinstrucciones ante situaciones que provocan pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Autorrefuerzos ante situaciones de ira con pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Autorregistro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Una emoción como la ira es el producto de una interacción entre un estado de activación fisiológica (ejemplo, tensión corporal, sudoración) y un proceso cognitivo de percepción y atribución causal de dicha activación a determinadas situaciones como las que hemos analizado en la sesión anterior (ejemplo, <i>"no vuelvo a dirigirle la palabra"</i> <i>"le voy a dar un grito"</i>, <i>"yo no hice nada"</i>). En esta sesión se aborda el control, por parte de los participantes, de las reacciones fisiológicas y de los pensamientos negativos que influyen sobre el propio comportamiento. Durante la sesión se les explicará la importancia del control de la ira en determinadas situaciones, centrándonos en el aprendizaje de técnicas dirigidas al manejo de la activación fisiológica, como la relajación, y otras técnicas orientadas a controlar los pensamientos asociados con las situaciones de ira. Después de la puesta en práctica de cada técnica, se compartirán las experiencias en el grupo, donde contarán cómo se han sentido, qué beneficios encuentran y qué técnica les ha resultado más eficaz. Se pretende que la tarea complementaria sirva como método de generalización de las estrategias aprendidas en la sesión a la vida cotidiana. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Activación fisiológica: son respuestas físicas de nuestro organismo (ejemplo, tensión, sudoración, taquicardia, respiración entrecortada) que surgen cuando nos activamos para hacer frente a alguna situación de naturaleza intrapersonal o interpersonal que desencadenan reacciones de ira. ✓ Relajación: es una estrategia que nos permite obtener una disminución del nivel de activación fisiológica mediante la realización de diversas técnicas. ✓ Auto- instrucción: orden o instrucción que una persona se da a sí misma para dirigir su comportamiento. ✓ Auto- refuerzo: premio o regalo que uno se da a sí mismo por una forma concreta de comportarse.

	✓ Pensamiento negativo: valoración de objetos, acontecimientos y personas de forma negativa. Pensamiento que tiende a establecer el negativismo como hábito, sin ser uno consciente de ello, se convierte en una forma habitual de pensar y expresarse.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro de ira de la sesión anterior, analizando los diversos componentes de este tipo de reacción enfatizando, sobre todo, la relación entre activación fisiológica y respuesta emocional de ira. Se aprovecha, además, para hacer un breve repaso de las situaciones que más ira le provoca a cada participante. Finalmente, se contesta a las preguntas de evaluación. Actividad N° 2: ¿Cómo puedo controlar mi ira? En esta actividad lo que se pretende, básicamente, es que los participantes aporten diversas ideas sobre cómo podemos controlar la ira. Se puede plantear la siguiente introducción: <i>“Cuando estamos estresados nuestro cuerpo no descansa bien durante el sueño y nos levantamos con sensación de cansancio. Si estamos muy activados las emociones se disparan y tendemos a tratar a los demás de manera poco adecuada, aunque sean personas a las que tenemos cariño. Por ejemplo: imaginen que tienen muchas cosas que hacer un día, en diferentes lugares. Pónganse en esta situación. Acabo de aprobar la licencia de conducir y me han dicho en la autoescuela que tengo que hacer unos trámites antes de poder retirar mi auto por primera vez (y estoy deseando hacerlo). Tengo que ir a las oficinas de Tránsito para que me den la licencia de conducir, pero antes tengo que hacer las pruebas psicotécnicas, sacarme unas fotos, firmar unos papeles, etc. Saben que por tiempo no podrán hacer todo, por lo que se van corriendo de un lado para otro con urgencia para llegar antes de las dos de la tarde. Como es viernes es importante dejar todo listo ese día, ya que de lo contrario no podrás conducir este fin de semana, ni ir a la playa con tus amigos, lo que prometiste que harías cuando aprobas la licencia de conducir.</i> <i>¿Se han puesto en esa situación? Bien, ahora piensen en cómo se sienten: imaginen que también van en el bus, es la una de la tarde y aún te queda por entregar el último papel en la Municipalidad. Queda poco para llegar pero hay mucho taco y te empiezas a poner nervioso. La persona que está a tu lado, te da un ligero empujón en el brazo y te pide disculpas. Tú lo miras con mala cara, de pronto empieza a salir humo del bus. Se acaba de quedar en panne y el chofer les dice que deben bajar. En un rato llegará otro bus de la misma línea para recoger a los pasajeros. Se te acaba la paciencia y empiezas a decirle al conductor que haga algo, que es un incompetente..., él te responde, pero tú sigues insultándolo, el conductor se defiende y al final terminas gritándole que por su culpa vas a llegar tarde... y mil cosas más... ¡AHORA PIENSA!</i> <i>¿Crees que el conductor del autobús quería quedar en panne para que llegues tarde?</i> <i>¿Piensas que hubo intencionalidad?</i> <i>¿Crees que la persona que te empujó momentos antes tenía intención de hacerte daño?</i> <i>En este momento pensarás que NO es así pero en una situación real de estrés, seguramente responderías a estas preguntas con un rotundo SÍ”.</i>

Tras estas reflexiones, se plantea una lluvia de ideas, en primer lugar, sobre las respuestas fisiológicas que tu cuerpo experimentaría y se apuntan en la pizarra y, en segundo lugar, analizaríamos las posibles alternativas para controlar las reacciones de ira en esa situación o en otras situaciones diferentes que pueden plantear los participantes.

Algunas alternativas podrían ser sacar el carné de conducir la próxima semana, desarrollar un diálogo interno para tranquilizarnos, pensar en otras cosas, relajarnos, respirar de forma profunda, hacer otras actividades (deporte, música), decirle a la otra persona lo que me molesta y solucionarlo de forma adecuada, etc. Todas las ideas que surjan se van apuntando en la pizarra y, finalmente, se concluye diciendo que a continuación van a aprender una serie de técnicas que les van a ayudar a controlar la activación fisiológica acompañada de nerviosismo que acaba generando una reacción de ira que sería, fundamentalmente, la suma de las dos respuestas (activación fisiológica + activación emocional).

Actividad N° 3: Controlando mi nivel de activación

En esta actividad se entrena a los participantes a aprender estrategias dirigidas al control de la activación fisiológica. El monitor comenzará explicando que, como han visto en la actividad previa, algunas de las técnicas que se pueden usar para controlar la ira son las que controlan el nivel de activación fisiológica que tenemos en el momento que estamos experimentando este tipo de reacción. Para ello, el monitor pedirá a los participantes que recuerden qué técnicas se trabajaron en el módulo previo para el manejo de la ansiedad.

Tras los comentarios hechos por los participantes, el monitor reparte la **hoja de recursos**: “Relajación mental”, explicando que van a repasar uno de los procedimientos trabajados para el manejo de la ansiedad, como es la relajación mental, y que también va a ser útil en el control de la ira. Se repasa el procedimiento y se practica.

→ **Hoja de recursos:** Relajación mental

Instrucciones: practica el procedimiento de relajación que se expone a continuación. El repaso de este procedimiento se puede hacer en 5 minutos. Si es necesario se puede alargar el tiempo lo que sea necesario para repasar la técnica en profundidad.

1. En posición cómoda y con los ojos cerrados, centra tu atención en ambos brazos. Busca posibles puntos de tensión en tus antebrazos, bíceps y tríceps, y sin hacer ningún movimiento muscular, ve eliminando la tensión que exista poco a poco en esos músculos... y disfruta de las sensaciones de relajación que notarás al eliminar la tensión. Estos músculos están cada vez más y más relajados... y a medida que aumenta la relajación va disminuyendo la tensión... (30”).
2. Céntrate ahora en la cara y el cuello. De nuevo evalúa si haya algún punto de tensión en esos músculos y desde tu mente envía mensajes de aflojamiento, de relajación y de calma. Esta sensación es muy agradable y cuanto más relajado te notas mayor es la sensación de calma y tranquilidad (30”).
3. Busca tensión en la zona de la espalda, hombros y abdomen. Si la encuentras, vas eliminándola poco a poco y vas notando la sensación de relajación que es muy agradable... (30”).
4. Por último, fíjate en las piernas y observa si hay alguna tensión y poco a poco vas eliminándola hasta que notas tus piernas cada vez más relajadas... (30”).
5. Respiración abdominal. A continuación céntrate en tu respiración inspirando profundamente y expirando poco a poco el aire de tus pulmones. A medida que expiras dibujas en tu mente la palabra “calma” y todo tu cuerpo está cada vez más y más relajado... (Repetir este ejercicio 1’ 30”).

6. Inducción de sensaciones de relajación. Ahora que tu respiración es lenta y pausada nota cada vez más las sensaciones de la relajación. Son unas sensaciones muy agradables de paz y calma interior. Todo tu cuerpo está en paz contigo mismo y esta sensación es muy agradable. Sigue dibujando en tu mente la palabra “calma” y cada vez que la visualizas sientes un nivel mayor de relajación y de paz interior. Repetir este ejercicio 1’30”. Para finalizar cuando cuente tres abres tus ojos suavemente y te sientes muy bien contigo mismo.

Tras la relajación, se le pide a los/las jóvenes que cuenten cómo se han sentido durante la misma, qué han notado, si alguno se ha mareado, etc. Es importante hacer saber que cualquier técnica que se utilice para aprender a relajarnos requiere que se practique con frecuencia para que consigamos aprenderla.

Actividad Nº 4: Pensamiento y conducta

Con esta actividad se pretende que, antes de aprender las técnicas de reestructuración cognitiva, los participantes comprendan la importancia que tienen los pensamientos sobre nuestra forma de actuar. Para ello, el monitor explicará lo siguiente: *“en esta sesión vamos a conocer cómo influye nuestra forma de pensar en nuestra forma de comportarnos. Aunque muchas veces tenemos la sensación de que nuestros comportamientos, especialmente los agresivos, se producen inmediatamente como respuesta a una provocación, un insulto, un empujón..., nuestros pensamientos entre el momento en que tiene lugar la “provocación” y la respuesta que damos juegan un papel importante, aunque no seamos conscientes de ello, ya que se han automatizado después de haberlos practicado tantas veces.*

En resumen, lo que pensamos, lo que nos decimos a nosotros mismos y cómo justificamos lo que hacemos, tiene tanta importancia que podríamos decir que guía nuestro comportamiento agresivo hacia los demás. Además, si responder agrediendo fuera la única alternativa, pero sabemos que no todos responden con ira ante la misma situación. ¿Cómo piensan estas personas que no desarrollan una reacción de ira? Puede que pienses que son unos cobardes o que no tienen sangre en las venas, pero realmente, la explicación es lo que tienen en sus cabezas, eso es lo que les hace distintos. Así si pienso que “alguien me está mirando” llegaré a agredirle verbal o físicamente.

Es importante que los participantes se animen a mostrar más ejemplos, donde se pueda identificar el pensamiento y la conducta.

A continuación, el monitor entrega la **hoja de recursos**: “Pensamientos justificativos de situaciones hipotéticas de ira” y pide a los participantes que o bien en grupo o de forma individual identifiquen posibles pensamientos que justifiquen o expliquen esa forma de comportarse y los pensamientos alternativos positivos, según las situaciones que se planteen.

→ **Hoja de recursos**: Pensamientos justificativos de situaciones hipotéticas de ira

Instrucciones: piensa e identifica los pensamientos que pueden justificar o explicar la forma de comportarse de cada uno de los protagonistas de las historias. Luego, indica qué pensamientos positivos podrían plantearse de forma alternativa.

SITUACIONES	PENSAMIENTOS NEGATIVOS	PENSAMIENTOS ALTERNATIVOS
Juan está en el parque jugando con la pelota nueva que le han regalado recientemente. Su hermano Javier, sin que Juan se dé cuenta, le quita la pelota y se pone él a jugar. Juan no lo piensa y se dirige a Javier dándole una patada.		

Carmen le interesa mucho la política, pero cuando dicen algo en contra de sus ideas se pone muy alterada, diciendo frases tales como “es inhumano, es una provocación que ese político haya dicho eso”.		
Rosa es una persona muy tranquila, pero cuando su hijo llora sin control no lo puede soportar y se va a otra habitación para no oírle hasta que deje de llorar.		
A Pedro se le dan muy bien las matemáticas, pero no soporta que en su clase alguien sea mejor que él. Por ello, cuando alguien saca mejor nota se pone furioso consigo mismo llegando a sonrojarse.		

En último lugar, el monitor puede hacer una reflexión final sobre la importancia de los pensamientos en el manejo de las reacciones de ira.

Actividad N° 5: Autodiálogo

Esta actividad se dirige a la práctica de la técnica de auto-instrucciones y auto-refuerzo. El monitor, tras preguntar a los/las jóvenes si saben lo que son las auto-instrucciones, explica lo siguiente, aportando todos los ejemplos que considere necesarios para su adecuada comprensión: *“las auto-verbalizaciones son palabras que nos decimos a nosotros mismos, sin hablar, de forma interna. Lo que pretendemos con estas palabras es modificar nuestro diálogo interno, lo que nos decimos a nosotros mismos pero sin hablar (por ejemplo, cuando estamos haciendo un puzzle y vamos manteniendo un diálogo interno sobre cómo ir colocando las piezas). Las auto-verbalizaciones se pueden modificar y, por tanto, se aprenden y se interiorizan.* El papel fundamental que queremos que los/las participantes vean de este entrenamiento es la capacidad que tienen para modificar o contrarrestar los efectos de los pensamientos automáticos que interfieren en el afrontamiento de una determinada situación o que intervienen en la ejecución correcta de una tarea. Es importante que el participante sea capaz de identificar sus verbalizaciones internas y cómo interfieren con su forma de comportarse.

Se puede poner el siguiente ejemplo: *estás en una fiesta y un chico tropieza contigo y te tira la bebida encima de la ropa. Pensamiento negativo: “es un torpe, un idiota”. “Auto-instrucción para controlar la ira:” puede que no me haya visto, aquí hay mucha gente, es normal tropezarse*. Tras el ejemplo, se reparte la **hoja de recursos**: “Desarrollo de auto-instrucciones ante situaciones de ira que provocan pensamientos negativos” y se pide a los/las jóvenes que la rellenen o bien en grupo o de forma individual, desarrollando auto-instrucciones ante los pensamientos negativos asociados a distintas situaciones.

→ **Hoja de recursos:** Desarrollo de auto-instrucciones ante situaciones de ira que provocan pensamientos negativos

Instrucciones: describe los pensamientos negativos que pueden desarrollarse en las situaciones indicadas, así como las auto-instrucciones que podrían aplicarse en cada caso.

SITUACIÓN	PENSAMIENTO NEGATIVO	AUTO INSTRUCCIÓN
Cada vez que un amigo me lleva la contraria en el tema del fútbol, no lo soporto y siempre termino gritándole y discutiendo con él. No tienen ni idea de fútbol, son unos ignorantes.		

No me gusta que me toquen mis cosas. Cuando alguien lo hace soy capaz incluso de agredirle.		
No soporto perder a ningún juego. Soy muy competitivo y soy capaz de hacer cualquier cosa por ganar. No me importa la persona contra la que esté jugando, siempre la odiaré si me gana.		
Vas caminando por la calle y te encuentras a un chico de clase que conoces y que es muy violento y siempre se mete con todo el mundo. Al pasar por tu lado, te empuja y te insulta.		
Estás en clase y el profesor está corrigiendo unos ejercicios de matemáticas. Tus ejercicios están mal hechos y el profesor te descalifica delante de tus compañeros.		

A continuación, el monitor explica que una estrategia muy relacionada con las auto-instrucciones es el auto-refuerzo. El monitor dice:

“El auto-refuerzo implica que es uno mismo el que se da una gratificación por la conducta realizada. Es decir, somos nosotros mismos los que nos premiamos por una conducta que hemos realizado. Por ejemplo, un estudiante a la hora de ponerse a realizar sus tareas se levanta con mucha frecuencia de la mesa y se va a la cocina para comer algo. Como quiere cambiar su forma de trabajar se ha propuesto que sólo lo hará cada hora si ha sido capaz de concentrarse. El auto-refuerzo será el hecho de levantarse y comer algo que sea de su agrado”.

Seguidamente, pediremos a los participantes que hagan una lista de cosas que les resulten gratificantes y se van apuntando en la pizarra. Es importante que sean premios a los que tengan acceso y que no tengan consecuencias negativas para nadie. Algunos ejemplos pueden ser: jugar al fútbol, estar media hora en Internet, tomarse un helado, comprarse un cómic. También se pueden utilizar auto-refuerzos verbales, que son verbalizaciones positivas dirigidas a nosotros mismos por algo que hemos hecho bien. Por ejemplo: “lo estoy haciendo muy bien”, “ha sido muy difícil contenerse, pero lo he logrado yo sólo”, “estoy muy orgulloso de mí mismo”, “soy un crack”, etc.

Se entrega la **hoja de recursos**: “Autorrefuerzos ante situaciones de ira con pensamientos negativos” para que la rellenen, o bien entre todos y el monitor apunta en la pizarra las alternativas o bien de forma individual y luego haciendo una puesta en común.

Tras el ejercicio, el monitor enfatizará que, a la hora de darnos un premio, es importante que lo hagamos lo más rápidamente para que tenga efecto, tanto las auto-verbalizaciones como los premios tangibles. Además, les diremos que cada vez que consigan pensar de una manera que les ayude a mantener el control y no perderse en su sentimiento de ira, utilizarán algún premio (no tiene por qué ser algo material, también puede ser realizar una actividad que les guste).

→ **Hoja de recursos:** Auto-refuerzos ante situaciones de ira con pensamientos negativos

Instrucciones: describe los pensamientos negativos que podrían desarrollarse en las situaciones que se presentan así como los auto-refuerzos verbales o materiales que podrían aplicarse.

SITUACIÓN	PENSAMIENTO NEGATIVO	AUTO-REFUERZO
Cada vez que un amigo me lleva la contraria en el tema del fútbol, no lo soporto y siempre termino gritándole y discutiendo con él. No tienen ni idea de fútbol, son unos ignorantes.		Material: Verbal:
No me gusta que me toquen mis cosas. Cuando alguien lo hace soy capaz incluso de agredirle.		Material: Verbal:
No soporto perder a ningún juego. Soy muy competitivo y soy capaz de hacer cualquier cosa por ganar. No me importa la persona contra la que esté jugando, siempre la odiaré si me gana.		Material: Verbal:
Vas caminando por la calle y te encuentras a un chico de clase que conoces y que es muy violento y siempre se mete con todo el mundo. Al pasar por tu lado, te empuja y te insulta.		Material: Verbal:
Estás en clase y el profesor está corrigiendo unos ejercicios de matemáticas. Tus ejercicios están mal hechos y el profesor te descalifica delante de tus compañeros.		Material: Verbal:

Actividad Nº 6: Actividad complementaria

Con el fin de que practiquen las estrategias enseñadas, se les hace entrega de la **hoja de recursos** "Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control" para que planteen nuevas situaciones en las que los/las jóvenes experimenten ira u otras emociones negativas similares, especificando la técnica de reducción utilizada y si tuvo éxito.

El monitor explica:

"En la hoja que se les ha entregado deben ir rellenando en la primera columna todas aquellas situaciones que les han generado ira (enojo o enfado) desde hoy hasta la próxima sesión. En la segunda columna deben indicar la emoción que han sentido en la situación: ira, rabia, tristeza, dolor, enfado, etc. En la tercera, la intensidad de la emoción que han sentido de "0" a "10", siendo "0" ninguna intensidad y "10" la intensidad máxima. En la cuarta columna deben escribir la técnica de control que han empleado de las que hemos visto y, en la última columna, la intensidad de la emoción después de haber practicado la estrategia de control.

Es importante que traten de poner en práctica las técnicas que han aprendido hoy en cualquier momento del día, ya que con ellas conseguirán controlar sus impulsos y encontrar una respuesta alternativa que os hará sentir cómodos. Deben traer esta hoja en todas las sesiones, ya que se revisará al principio de cada una de ellas".

→ **Hoja de recursos:** Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control

Instrucciones: hasta la próxima sesión, sigue practicando las técnicas de reducción del nivel de ira que hemos aprendido. Registra las situaciones que te producen ira, enfado o malestar, la emoción específica que te produce esa situación, su intensidad, la técnica de control empleada y la intensidad de la emoción después de practicar la estrategia de control.

	SITUACIÓN	EMOCIÓN	INTENSIDAD	TÉCNICA EMPLEADA	INTENSIDAD
	Finalmente, se realiza un resumen de todas las técnicas trabajadas a lo largo de la sesión, enfatizando los elementos trabajados en cada una de las mismas, así como su importancia en relación con el control de la ira. Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.				
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Existen varias estrategias que pueden ayudarme a controlar mi ira (VERDADERO). 2. Una forma para poder controlar mi ira es controlar mi nivel de activación fisiológica, es decir, las sensaciones físicas que experimento al estar con ira (VERDADERO). 3. Todas las estrategias que puedo utilizar para controlar mi ira son muy sencillas, por lo que no es necesario practicarlas con frecuencia (FALSO).				
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.				

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 PRACTICANDO ESTRATEGIAS PARA EL CONTROL DE LA IRA (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven aplique estrategias de control de ira de forma simultánea y en diversas situaciones.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven aplica estrategias de manejo de la ira.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumón.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Aplicando estrategias para el control de la ira en dos situaciones hipotéticas. ✓ Hoja de recursos: Aplicando estrategias para el control de la ira en mis situaciones desencadenantes de ira. ✓ Hoja de recursos: Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para desarrollar la sesión lo primero que haremos será dedicar unos minutos a hablar sobre lo que vamos a tratar hoy y, en el caso de que sea necesario, resolveremos dudas que hayan surgido con respecto a lo visto en la sesión anterior. Con esta sesión se pretende consolidar y generalizar el uso de las estrategias enseñadas a diversas situaciones. En primer lugar, se realizará un resumen de las técnicas enseñadas practicando con dos situaciones hipotéticas. En la segunda actividad, se selecciona una situación intrapersonal y una interpersonal de su jerarquía personal de ira realizada en la segunda sesión (Hoja de recursos: "Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira"), analizando cada participante las situaciones elegidas así como las posibles estrategias a utilizar y cómo podrían desarrollarlas. Tras esta actividad, se creará un pequeño debate sobre lo que cada participante ha hecho bien y lo que debería mejorar. Tras haber practicado las técnicas, se les hará un breve resumen del proceso de aplicación de las mismas. En esta actividad es importante cerciorarse de que cada técnica ha sido bien entendida y que saben cómo aplicarla. También que aprendan a seleccionar aquella estrategia o estrategias que se adapten mejor a la situación. Para finalizar la sesión, se les pedirá a los jóvenes que el registro de ira lo completen con tres columnas más. En una de ellas deberán registrar si aplicaron las técnicas. En caso de no haberlo hecho, especificar por qué (segunda columna). Y en la última columna se anotarán las dificultades encontradas a la hora de poner en marcha las estrategias. Con esta tarea se pretende conseguir una generalización de todo lo aprendido en relación a cómo afrontar la ira. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Estrategias de afrontamiento: técnicas empleadas para hacer frente a las demandas del entorno personal y social.

DESCRIPCIÓN

Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria

Se revisa el registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control realizado durante la semana, comprobando el uso que se ha hecho de las técnicas enseñadas en la sesión anterior y animando a los/las jóvenes a practicarlas con el fin de adquirir y consolidar nuevos hábitos de comportamiento ante situaciones asociadas a lo largo de los años a reacciones de ira. A continuación, para repasar de forma breve la sesión previa, se contesta a las preguntas de evaluación incluidas al final de la misma.

Actividad N° 2: Recordando las estrategias

Con esta actividad pretendemos hacer un recordatorio de las estrategias recogidas en la sesión previa para realizar una mejor práctica de las mismas mediante el análisis de dos situaciones ficticias.

Para ello, el monitor dice lo siguiente: *“hoy lo que vamos a hacer es poner en práctica sobre varias situaciones las estrategias que aprendimos en la sesión anterior. ¿Recuerdan qué técnicas aprendimos?”*. Se realiza un breve resumen de las estrategias, apuntando el monitor en la pizarra el nombre de todas ellas.

El monitor continúa explicando: *“ahora vamos a practicar con dos situaciones hipotéticas. Tienen que analizar las situaciones y pensar en qué técnicas aplicarían si se encuentran en la misma situación que el protagonista”*. El monitor reparte la **hoja de recursos**: *“Aplicando estrategias para el control de la ira en dos situaciones hipotéticas”*, comentando a los participantes que deberán analizar las emociones que dicha situación están generando en el protagonista y la intensidad de las mismas, además de señalar qué técnicas aplicarían en cada ejemplo para controlar la ira.

→ **Hoja de recursos**: “Aplicando estrategias para el control de la ira en dos situaciones hipotéticas”

Instrucciones: lee los ejemplos que aparecen a continuación. Analiza las emociones que se están generando en cada caso y señala qué técnicas aplicarías en cada situación concreta.

Situación	Emoción e intensidad	Relajación Mental	Pensamiento Alternativo	Auto-instrucciones	Auto-verbalizaciones
A Gema le han castigado sus padres sin pasarle dinero durante dos semanas por no ir a clase. Ha discutido con sus padres, está muy enfadada porque hoy no va a poder celebrar su cumpleaños y ya había quedado con todos sus amigos y lo tenía todo organizado.					
Juan está a punto de estallar. Por fin ha conseguido quedar con la chica que le gusta. Estaba algo nervioso porque llegaba tarde y, al bajar corriendo las escaleras de su casa, se ha caído y se ha roto los pantalones nuevos que se había comprado para la ocasión.					

Una vez completado el ejercicio, se exponen los casos y cada joven deberá explicar el modo en que llevaría a la práctica cada una de las técnicas que haya considerado adecuadas para aplicar en las situaciones propuestas.

Actividad N° 3: Puesta en marcha

En esta actividad, siguiendo el mismo procedimiento que en la previa, lo que se pretende es que cada uno de los participantes analice dos situaciones propias. Para ello, se hará uso de la jerarquía elaborada en la segunda sesión de este módulo **hoja de recursos:** “*Perfil de mis situaciones desencadenantes de ira*”, eligiendo cada joven la situación intrapersonal e interpersonal que reflejaron ser las que provocaban un mayor nivel de ira. Alternativamente, se podrá elegir una situación ocurrida recientemente en el centro o a alguno de los participantes y que no estuviera reflejada en la jerarquía.

El monitor reparte la **hoja de recursos:** “Aplicando estrategias para el control de la ira en mis situaciones desencadenantes de ira” y se inicia el ejercicio.

→ **Hoja de recursos:** Aplicando estrategias para el control de la ira en mis situaciones desencadenantes de ira

Instrucciones: describe la situación intrapersonal e interpersonal que te provocan un mayor nivel de ira. Analiza las emociones que te genera cada una y señala qué técnicas aplicarías en cada situación concreta.

Situación	Emoción e intensidad	Relajación Mental	Pensamiento Alternativo	Auto-instrucciones	Auto-verbalizaciones
Situación 1:					
Situación 2:					

Una vez comentados los casos concretos, cada joven deberá explicar el modo en que llevaría a la práctica cada una de las técnicas que haya considerado adecuadas para aplicar en las situaciones elegidas.

Actividad N° 4: Conclusiones

Esta actividad servirá como resumen de toda la sesión, debatiéndose sobre cada una de las estrategias practicadas, sus dificultades y facilidades sobre cuándo será el mejor momento para utilizar cada una de ellas.

Actividad N° 5: Actividad complementaria

Se reparte la **hoja de recursos:** “*Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control*”, que no es más que un nuevo registro de ira que deberán rellenar con las técnicas aprendidas. En las dos últimas columnas, los jóvenes deberán indicar qué técnicas no emplearon y qué dificultades encontraron a la hora de poner en práctica las que sí utilizaron.

→ **Hoja de recursos:** Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control

Instrucciones: hasta la próxima sesión, sigue practicando las técnicas que hemos aprendido. Registra las situaciones que te producen ira, enfado o malestar, la emoción específica que te produce esa situación, su intensidad, la técnica de control empleada y la intensidad de la emoción después de practicar la estrategia de control. Indica también qué estrategias no utilizaste y qué dificultades tuviste a la hora de practicarlas.

Situación	Emoción e intensidad	Técnicas empleadas	Intensidad tras aplicación	Técnicas no empleadas	Dificultades

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Después de analizar diversas situaciones que provocan ira, he comprobado que siempre debo utilizar la misma estrategia para controlarla (FALSO). 2. También he comprobado que, con la práctica, es más fácil utilizar varias estrategias a la vez (VERDADERO). 3. Dependiendo de la situación en la que me encuentre y de cómo sea mi nivel de ira, algunas estrategias para controlarla van a ser más eficaces que otras (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 PRACTICANDO ESTRATEGIAS PARA EL CONTROL DE LA IRA (II)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven sea consciente de las consecuencias de una reacción de ira, tanto para el mismo como para los demás y aprenda estrategias para su control.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica posibles situaciones desencadenantes de reacciones de ira. ✓ El/la joven aprende técnicas para el control de la ira.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Papelógrafo o pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Situaciones de ira que se dan en mi casa, con mis padres, hermanos y otros familiares. ✓ Hoja de recursos: Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis amigos o compañeros de clase, en clase y en actividades de ocio. ✓ Hoja de recursos: Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis profesores u otros adultos. ✓ Hoja de recursos: Situaciones personales que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira. ✓ Hoja de recursos: Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 Sesiones de 45 a 60 minutos
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión se intentará que los/las participantes sean conscientes de que una reacción de ira fuera de control les puede acarrear muchos problemas, tanto consigo mismos como con los demás, aprendiendo a reaccionar ante ellas de forma distinta a como lo hacía habitualmente. Se pondrán en práctica las técnicas que ya fueron expuestas en sesiones previas. Para ello, se realizará un role-playing o escenificación de cada una de las dos situaciones elegidas por cada joven de su jerarquía personal. Se intentará trabajar ejemplos referidos a distintas situaciones, por ejemplo, en relación a sí mismo, en situaciones familiares, con el grupo de amigos y compañeros de clase, con los profesores u otros adultos que le provoquen un sentimiento de ira. Esas escenas deben incluir el diálogo disfuncional que se mantiene, los pensamientos negativos que le surgen en ese momento y la respuesta que darían. Después de confeccionar cada una de las escenas, cada participante ensayará las estrategias adecuadas para cada situación. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Estrategias de afrontamiento: técnicas empleadas para hacer frente a las demandas del entorno y social de forma adaptativa.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el diario de emociones planteado en la sesión anterior, analizando las dificultades que los participantes hayan podido tener a la hora de poner en práctica alguna de las estrategias enseñadas. Seguidamente, contestan a las preguntas de evaluación, realizando una breve síntesis de los contenidos trabajados.

Actividad N° 2: Practicando estrategias para el control de la ira

Con esta actividad se pretende que los participantes pongan en marcha y practiquen las diversas estrategias aprendidas para el control de la ira, de la forma más real posible. Para ello, se hará uso de las dos situaciones de su jerarquía personal analizadas en la sesión previa (**hoja de recursos** “Aplicando estrategias para el control de la ira en mis situaciones desencadenantes de ira”).

Para cada una de las situaciones a trabajar, se deberá realizar un resumen de la misma. Para ello, el monitor le tendrá que ir dando a los jóvenes una serie de indicaciones para que el participante protagonista experimente sensaciones similares a las que hipotéticamente tuvieron lugar en esa situación real (*¿dónde estabas?, ¿con quién estabas?, ¿qué pasaba?, ¿qué pensabas?, ¿cómo te sentías?*) para crear un clima adecuado para la representación. Una vez recordadas las situaciones de cada participante, el procedimiento a seguir para la escenificación es el siguiente: a) se eligen los participantes que van a realizar el *role-playing* y lo ensayan antes de actuar; b) una vez que hayan escenificado la situación, el monitor intenta identificar las emociones y los pensamientos de los jóvenes; c) discuten en grupo la actuación del protagonista en cuanto al uso de las estrategias aprendidas (qué ha hecho bien y qué se podría mejorar) y, d) hacen un último *role-playing* con las alternativas más adecuadas, en el caso de que las hubiera.

Es muy importante no proporcionar ninguna indicación a los jóvenes. De esta forma, veremos hasta qué punto han interiorizado lo aprendido en sesiones anteriores y qué problemas encuentran cuando tienen que poner en práctica lo aprendido. Esta dinámica se efectuará con cada uno de los participantes, de forma que todos practiquen todas las estrategias.

Actividad N° 3: Mis pirámides

Esta actividad persigue el objetivo de que los participantes construyan una jerarquía de las situaciones desencadenantes de reacciones de ira a nivel intrapersonal e interpersonal para, en última instancia, identificar con mayor facilidad aquellas situaciones en las que deberán poner en práctica las estrategias de control de la ira aprendidas.

A nivel interpersonal, nos centraremos en tres ámbitos: familia, iguales y otros (profesores, adultos, trabajo, etc.). Para ello, el monitor entrega la **hoja de recursos**: “Situaciones de ira que se dan en mi casa, con mis padres, hermanos y otros familiares”, la **hoja de recursos**: “Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis amigos o compañeros de clase, en clase y en actividades de ocio”, la **hoja de recursos**: “Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis profesores u otros adultos” y la **hoja de recursos**: “Situaciones personales que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira”, y expone lo siguiente: “en esta actividad vamos a construir cada uno cuatro pirámides. La primera pirámide va a estar compuesta de situaciones que se dan en tu casa, con tus padres, tutores, hermanos que te hacen enfadar mucho. Tienes que pensar en 3 situaciones que te dan rabia, que te ponen muy nervioso y ordenarlas de más a menos enfado, frustración o ira. Cuando construyeron las pirámides de Egipto, los trabajadores se tuvieron que esforzar mucho más en colocar las piedras de la cumbre, las de la base fueron más fáciles y rápidas de solucionar, así que lo haremos igual. En la base pon las situaciones que te causan menos problema y que sean más fáciles de solucionar, así como las que menos estrés te causen y a medida que te vayas acercando a la cumbre ve poniendo situaciones que te producen más ira y que son más difíciles de controlar para ti. Necesitamos que la situación tenga muchos detalles, que expresen tus pensamientos, sentimientos y lo que harías. Cuando termines pondremos esas situaciones en común, veremos que se van a dar situaciones muy parecidas al resto de tus compañeros”.

“La segunda pirámide también tienes que construirla con tres situaciones que te hacen perder el control y tener sentimientos de ira pero esta vez con tus amigos o compañeros de clase, en clase, en actividades de ocio”.

“La tercera pirámide la tenemos que formar con situaciones que te sucedan en la vida diaria que te hacen enfadar en las que te estés relacionando con profesores u otros adultos, compañeros de trabajo, etc.”.

“La cuarta pirámide se refiere a situaciones personales, es decir, situaciones que tienen que ver con nosotros mismos y que no implican a otras personas”.

→ **Hoja de recursos:** Situaciones de ira que se dan en mi casa, con mis padres, hermanos y otros familiares

Instrucciones: describe tres situaciones que te hacen enfadar mucho en tu casa, con tus padres, hermanos y otros familiares. Recuerda que la situación 3 es la que menos ira te provoca y la situación 1 la que más ira te provoca.

Situación 1		Situación 1
Situación 2		Situación 2
Situación 3		Situación 3

→ **Hoja de recursos:** Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis amigos o compañeros de clase, en clase y en actividades de ocio

Instrucciones: describe tres situaciones que te hacen enfadar mucho con tus amigos o compañeros de clase, en clase y en actividades de ocio. Recuerda que la situación 3 es la que menos ira te provoca y la situación 1 la que más ira te provoca.

Situación 1		Situación 1
Situación 2		Situación 2
Situación 3		Situación 3

→ **Hoja de recursos:** Situaciones que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira con mis profesores u otros adultos.

Instrucciones: describe tres situaciones que te hacen enfadar mucho con tus profesores u otros adultos. Recuerda que la situación 3 es la que menos ira te provoca y la situación 1 la que más ira te provoca.

Situación 1		Situación 1
Situación 2		Situación 2
Situación 3		Situación 3

→ **Hoja de recursos:** Situaciones personales que me hacen perder el control y tener sentimientos de ira

Instrucciones: describe tres situaciones personales que te hacen enfadar mucho. Recuerda que la situación 3 es la que menos ira te provoca y la situación 1 la que más ira te provoca.

Situación 1		Situación 1
Situación 2		Situación 2
Situación 3		Situación 3

Una vez establecidas las situaciones, se debate sobre la importancia de realizar este tipo de ejercicios para identificar fácilmente situaciones que nos generan reacciones de ira para, en última instancia, poder intervenir sobre las mismas de forma eficaz.

Actividad N° 4: Conclusiones

Esta actividad servirá como resumen de toda la sesión, debatiéndose sobre cada una de las técnicas practicadas, sus dificultades, facilidades y sobre el mejor momento para utilizar cada una. Se podrán establecer comparaciones en función del tipo de situación (intra o interpersonal) y se podrá hacer referencia a los resultados que se hayan visto en los diarios de emociones, estableciendo directrices en cada caso concreto.

Finalmente, se pedirá a los participantes que den una opinión personal sobre el módulo de control de emociones negativas y sobre la utilidad de todo lo aprendido.

Actividad N° 5: Actividad complementaria

Se repartirá un nuevo diario de emociones en la **hoja de recursos:** “Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control” para que sigan registrando la práctica de las estrategias enseñadas en las sesiones previas.

→ **Hoja de recursos:** Auto-registro de situaciones asociadas a reacciones de ira y su control

Instrucciones: hasta la próxima sesión, sigue practicando las técnicas que hemos aprendido. Registra las situaciones que te producen ira, enfado o malestar, la emoción específica que te produce esa situación, su intensidad, la técnica de control empleada y la intensidad de la emoción después de practicar la estrategia de control, Indica también qué estrategia utilizaste y qué dificultades tuviste a la hora de practicarlas.

Situación	Emoción e Intensidad	Técnicas empleadas	Intensidad tras aplicación	Técnicas no empleadas	Dificultades

Actividad final de módulo: Para dar por finalizado el presente módulo, se realizará una nueva evaluación de la motivación al cambio de los participantes (2ª Evaluación), con el objetivo de analizar posibles cambios en el grado de motivación de cada joven con respecto al inicio del programa (1ª Evaluación). Para ello, se volverá a utilizar la hoja de trabajo de la última sesión del primer módulo (**hoja de recursos:** “Mi motivación al cambio”).

En el caso de que se considere oportuno, el monitor podrá realizar un breve resumen de los diversos estadios de cambio y sus principales características. Dicho resumen queda recogido en la **Tabla:** “Información sobre motivación y estadios de cambio”. Además, el monitor podrá hacer uso de los ejemplos aportados en la última sesión del primer módulo del programa.

→ **Hoja de recursos:** Mi motivación al cambio

Instrucciones: marca la fase en la que crees que te encuentras en estos momentos en relación a cambiar tu comportamiento antisocial/delictivo y escribe tres razones por las que lo consideras así.

ESTADIOS	1ª EVALUACIÓN Fecha:	2ª EVALUACIÓN Fecha:	3ª EVALUACIÓN Fecha:
precontemplación	Razones:	Razones:	Razones:
contemplación	Razones:	Razones:	Razones:
preparación	Razones:	Razones:	Razones:
acción	Razones:	Razones:	Razones:
mantenimiento	Razones:	Razones:	Razones:
recaída	Razones:	Razones:	Razones:

→ **Tabla:** Información sobre motivación y estadios de cambio

Cuando las personas queremos cambiar en algo, el cambio no implica un proceso rápido, sino que éste suele conseguirse mediante la superación de dificultades que nos llevan a ir superándolas etapa a etapa.

En cada una de ellas existen pensamientos y emociones que nos ayudan a ir consiguiendo el cambio de forma gradual hasta que al final somos capaces de lograr la meta que nos habíamos propuesto. Las etapas o estadios de cambio son:

- 1. Precontemplación del cambio:** en esta etapa el joven no considera tener un problema ni que tenga nada que cambiar. Sin embargo, esto no implica que otras personas relevantes en su vida, como sus padres, hermanos y amigos sí piensen que lo tiene, siendo ellos los que están sufriendo las consecuencias de su forma de comportarse.
- 2. Contemplación del cambio:** los jóvenes que se encuentran en esta fase empiezan a considerar que tienen un problema, aunque su concienciación inicial no implica que estén dispuestos a cambiar. Está en una especie de ambivalencia en la que no tiene claro los pros y los contras a seguir con su estilo de vida actual frente a cambiarlo.
- 3. Preparación para el cambio:** aquí es cuando el joven decide que realmente tiene un problema que debe resolver cambiando su forma de comportarse, desarrollando una nueva forma de pensar y sentir sobre sí mismo y el mundo en el que vive.
- 4. Actuación para el cambio:** en esta fase el joven realiza los pasos necesarios hacia el cambio que ha decidido alcanzar.
- 5. Mantenimiento del cambio:** en esta fase el joven concentra toda su motivación en mantener el nuevo estilo de vida a pesar de las tentaciones para abandonarlo y volver a la forma habitual de comportarse.
- 6. Recaída:** regreso a la conducta anterior al cambio, a cualquiera de las fases anteriores. Es algo esperado y casi necesario, ya que no se trata de un fracaso sino de una experiencia de la que se aprende a analizar qué situaciones estresantes, falta de habilidades de afrontamiento, sentimientos o pensamientos le facilitan al joven la aparición de la conducta anterior al cambio.

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Una respuesta descontrolada de ira puede generarme problemas a mí mismo, pero también con los demás (VERDADERO). 2. Al haber representado mis situaciones de ira, me he dado cuenta de que practicar en situaciones reales me ayudará a controlar mejor las técnicas aprendidas para manejar la ira (VERDADERO). 3. La construcción de mis pirámides de situaciones desencadenantes de ira me ha hecho darme cuenta de que hay multitud de situaciones en las que puedo perder el control y experimentar respuestas de ira (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual MIESP



MÓDULO N° 4

“CREENCIAS QUE SUSTENTAN EL COMPORTAMIENTO DELICTIVO”



OBJETIVOS

Que el/la joven comprenda la influencia de los pensamientos distorsionados en la agresión y aprenda a reestructurarlos por otros más adaptativos.

Procesos psicológicos como el razonamiento moral, la resolución de problemas, el pensamiento crítico y la conducta de elección han dado lugar a una extensa investigación sobre las relaciones entre cognición y delincuencia. La forma en la que los jóvenes infractores piensan, perciben y valoran su mundo, razonan o crean expectativas y solucionan problemas, juega un importante papel en su conducta antisocial y, especialmente, en su deficitario ajuste emocional y social. Por ello, las variables cognitivas se han convertido en uno de los focos más importantes de investigación en el campo de la psicología de la delincuencia.

Algunos estudios indican que muchos infractores muestran un retraso en la adquisición de destrezas cognitivas esenciales para el ajuste social (Andrews y Bonta, 2006; Garrido, 2006; Ross y Ross, 1995). Como señalan Ross y Ross (1995), estos déficit favorecen que el individuo presente claras desventajas en su interacción con las personas que le rodean y le hacen más susceptible a las influencias delictógenas.

En este sentido, la mayoría de los programas de intervención con delincuentes destacan, como elemento principal de trabajo, un entrenamiento específico para ayudar a los jóvenes a cambiar su forma de pensar que suele caracterizarse por las siguientes distorsiones cognitivas: el pensamiento egocéntrico (poner la voluntad de uno mismo por encima de cualquier otra consideración), la minimización (restarle importancia a sus delitos y a sus consecuencias), la calificación errónea (calificar sus delitos y consecuencias como algo que no son), asumir lo peor, culpar a los demás y falso consenso (pensar que lo que hacen lo hacen muchos otros, por lo que no es tan malo), el anclaje (resistencia a cambiar el modo de pensar a pesar de tener evidencia en contra) y la atribución de actitudes hostiles hacia los demás de forma constante (Goldstein y Glick, 2001; Goldstein, Nensén, Daleflod y Kalt, 2004; Leeman, Gibbs y Fuller, 2006).

Otro factor destacado dentro de este tipo de variables es el *locus* de control externo, que se caracteriza por el hecho de que estos adolescentes no se sienten ni consideran responsables de sus experiencias, sino que atribuyen al destino todo aquello que les ocurre o lo que hacen y, en consecuencia, creen tener muy poco control sobre los acontecimientos (López, 2006). Por ello, tienden a auto-exculparse y a explicar su conducta como si ésta dependiera de personas o circunstancias ajenas a su control⁵.

⁵ Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1

INFLUENCIA DE LOS PENSAMIENTOS EN EL COMPORTAMIENTO

OBJETIVO	✓ Que el/la joven comprenda la relación entre los pensamientos distorsionados y el comportamiento antisocial.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven diferencia los pensamientos negativos/distorsionados, pensamientos positivos y pensamientos neutros, y sus consecuencias. ✓ El/la joven comprende la relación entre pensamientos distorsionados y comportamiento antisocial. ✓ El/la joven identifica las atribuciones que se hacen sobre distintas formas de comportarse y las consecuencias psicológicas que producen.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Plumones. ✓ Pizarra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Naturaleza de los pensamientos personales. ✓ Hoja de recursos: Valorando pensamientos. ✓ Hoja de recursos: Identificando pensamientos. ✓ Hoja de recursos: Pensamientos distorsionados. ✓ Hoja de recursos: ¿Cómo justificamos nuestra conducta? ✓ Hoja de recursos: Justificación del acto delictivo por el que estoy aquí. ✓ Hoja de recursos: Registrando mis pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Carta de María. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Esta sesión va dirigida a que los jóvenes desarrollen un concepto claro de lo que significa pensamiento positivo, neutro y negativo o distorsionado. Para adquirir este concepto se proponen ejemplos muy cercanos a las circunstancias cotidianas de los participantes, y van a ser de gran utilidad para realizar posteriormente una reestructuración cognitiva. En un segundo paso se explicará el concepto de consecuencias que tienen las distintas formas de pensar para el desarrollo de comportamientos adaptativos o desviados desde una perspectiva personal y social. Por último, se expondrán distintos tipos de atribuciones y las consecuencias que tienen para el desarrollo de formas de comportamiento más adaptativas para una vida alternativa a la delincuencia. Los conceptos claves a trabajar en esta sesión son: ✓ Pensamiento: es un producto de la mente que determina el lenguaje e implica una serie de operaciones racionales como el análisis, la síntesis, la comparación, la generalización y la abstracción. ✓ Pensamiento positivo: es un producto de la mente que provoca un sentimiento positivo y bienestar psicológico. ✓ Pensamiento negativo/distorsionado: es un producto de la mente que provoca un sentimiento desagradable o malestar psicológico. ✓ Atribución: explicación o justificación que se hace de una conducta pasada. Puede ser interna (cuando la causa para explicar la forma de comportarse está en uno mismo) y externa (cuando la justificación de un comportamiento pasado es ajena a uno mismo).

DESCRIPCIÓN**Actividad N° 1:** Tipos de pensamientos

La primera actividad se dirige a que los participantes conozcan los tipos de pensamientos que puede tener una persona con el fin de establecer una comparación entre los mismos y, al mismo tiempo, analizar las consecuencias que se derivan de una determinada forma de pensar en el comportamiento de un joven infractor.

El monitor reparte la **hoja de recursos** “*Naturaleza de los pensamientos personales*” y va leyendo en voz alta las instrucciones, al mismo tiempo que lo hacen los miembros del grupo, intentando que los jóvenes desarrollen una adecuada comprensión de lo explicado.

→ **Hoja de recursos** “Naturaleza de los pensamientos personales”

Una vez finalizada la actividad, ahora es importante hacer, en la hoja de recursos: “*Valorando pensamientos*”, una diferenciación entre pensamientos positivos, negativos y neutros. En segundo lugar, se analizará en grupo cuál sería una emoción característica para cada uno de los pensamientos y cuál sería la conducta más probable que tendría lugar si uno pensara de esa forma. Finalmente el monitor hace una reflexión sobre las consecuencias que tiene para la vida de los/ las jóvenes una determinada forma de pensar y su influencia en las emociones y en la forma de comportarnos.

→ **Hoja de recursos:** Valorando pensamientos

Instrucciones: lee los siguientes ejemplos y valora si se trata de un pensamiento positivo, negativo o neutro.

Pensamientos	Negativo	Positivo	Neutro
1. "No soporto que me pregunten cómo estoy cuando me siento mal"	X		
2. "Voy a intentar llegar lo antes posible a casa de Paula"			X
3. "Creo que hay personas mucho más competentes que yo y que lo harán mucho mejor"	X		
4. "Mi amiga como me quiere mucho me ha llamado y me ha preguntado si me lo he pasado bien ayer en la excursión que hicimos a la montaña"		X	
5. "Considero que todos tenemos las mismas oportunidades de aprobar el examen de matemáticas"		X	
6. "Como casi siempre me peleo con mis padres no tengo ganas de pasar tiempo con ellos"	X		
7. "Mañana tengo que levantarme más temprano"			X
8. "Tengo que conseguir no hablar en la clase de biología y atender a las explicaciones del profesor"		X	

Actividad N° 2: Consecuencias de mis pensamientos

En esta actividad, se pretende profundizar en la identificación de pensamientos positivos y negativos, y en cómo afectan éstos a nuestra forma de sentir y de actuar, es decir, ¿qué consecuencias tienen? Para ello, se reparte la hoja de recursos: "*Identificando pensamientos*" y se le pide a los participantes que, en función de distintas situaciones que se plantean en las que se especifican las emociones más probables que tendría un joven y la forma característica de comportarse, tienen que identificar los posibles pensamientos asociados a esas situaciones.

→ **Hoja de recursos:** Identificando pensamientos

Instrucciones: indica los pensamientos que podrían darse en estas situaciones.

Área	Situación	Pensamiento	Emociones	Conducta
Familiar	Le pido a mi hermano que me deje sus zapatillas nuevas y me dice que no.		Enfado, rabia	Le insulto
	Mi madre me regaña porque no arreglé mi habitación por la mañana.		Culpa	Le pido perdón.
Amigos	Mis amigos me presionan para que les ayude a robar la joyería del barrio.		Miedo al rechazo	Participo en el Robo.
	Mi mejor amigo me ha mentido sobre lo que le está pasando.		Incertidumbre, preocupación	Intento hablar con él para saber qué le pasa y si necesita ayuda.
Profesores	El profesor de matemáticas me pide que salga de clase por hablar en voz alta con un compañero.		Ira, enfado	Grito, le insulto y le tiro el libro.
	El profesor de biología me regaña por hablar en alto con un compañero.		Vergüenza	Pido perdón y me callo.

Para facilitar la tarea, se puede iniciar la actividad con un debate pidiendo que vayan aportando formas de pensar tanto positivas como negativas y, en su caso, neutras y se van anotando en la pizarra. Al finalizar el debate se le pide que de forma individual cada uno de ellos rellene la **hoja de recursos** “*Identificando pensamientos*”. Se finaliza la actividad con una síntesis por parte del monitor en la que volverá a resaltar la relación existente entre pensamientos, sentimientos y conducta. También podrá puntualizar que esta relación se automatiza con el tiempo y, generalmente, no somos conscientes de cómo influyen los pensamientos y las emociones en nuestra forma de comportarnos.

Actividad N° 3: Pensamientos distorsionados

Esta actividad está dirigida a ayudar a los jóvenes a adquirir un conocimiento adecuado sobre la influencia de los pensamientos negativos/distorsionados en nuestra conducta. Para ello, se reparte la **hoja de recursos**: “*Pensamientos distorsionados*” y el monitor explica lo siguiente: “*ahora nos vamos a centrar en los pensamientos negativos y su posible relación con el comportamiento antisocial/delictivo. Para ello vamos a ir analizando diversas situaciones y van a tener que pensar o imaginar los pensamientos negativos/distorsionados que se podrían dar en las mismas, anotándolos en la hoja. Deben creer que son el protagonista de la historia, ya que así desarrollarían una mayor capacidad para identificar pensamientos distorsionados*”.

Se incluyen en esta actividad distintos ejemplos de situaciones intrapersonales e interpersonales características de la vida de un joven infractor con el fin de que pueda identificar pensamientos distorsionados relacionados con este tipo de situaciones. El monitor para facilitar el aprendizaje da un ejemplo de la primera situación y luego les indica que rellenen de forma individual los posibles pensamientos que tendrían los protagonistas de las distintas historias que se presentan y, al final, cada participante va leyendo sus pensamientos y el monitor puede ir apuntándolos en la pizarra para luego poder re-analizarlos e identificar posibles distorsiones cognitivas al final de la sesión.

→ Hoja de recursos: Pensamientos distorsionados

Instrucciones: Lee las siguientes situaciones e identifica pensamientos distorsionados que podrían tener los protagonistas de cada una de las historias.

SITUACIÓN	PENSAMIENTO DISTORSIONADO
Antonio es un adolescente de 16 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que tanto le gusta y que llevan todos sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada mucho, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo.	“Siempre igual, nunca me quiere comprar nada de lo que le pido. Seguro que tiene el dinero, pero prefiere gastárselo en sus caprichos. ¿Qué van a decir mis amigos? Todos se van a reír de mí. Es injusto, si me quisiera tanto como dice me lo compraría. Lo hace para castigarme. Mi madre no me compra las zapatillas, no la soporto, estoy harto. Nunca me entiende. Debería tenerme más consideración.”
Natalia lleva 6 meses sin consumir marihuana, desde que la policía la detuvo por consumo de drogas en el parque de su barrio. El sábado pasado sufrió un accidente de tráfico y está muy dolorida, tiene una pierna enyesada, Natalia cree que, si se fumara un pito, el dolor disminuiría y lo llevaría mucho mejor, motivo por el que comienza a fumar marihuana de nuevo.	“No aguanto más, es insoportable este dolor... no es justo que me sucediera a mí este accidente... Soy estúpida, si no hubiera subido en moto... es que no lo aguanto más... pufff, debería tomar algo para calmar este dolor. Recuerdo que la marihuana dicen que lo utilizan los médicos, seguro que es bueno, además solo será por esta vez... mis padres deben entender que me fume algún pito para calmar este dolor. Todo el mundo haría lo mismo en mi situación. Mientras no me tome algo

	para tranquilizarme, no cambiaré este dolor. Si se me pasara, no tendría que tomar nada. ¿Y si me dicen que la fractura no va bien?... Hoy el médico que me revisó parecía estar preocupado. ¡Eso es por mi pierna! Me van a tener que operar... ¡romperse una pierna es lo peor que le puede pasar a alguien!”
Nerea lleva varias semanas sin beber. No sabe lo que le pasa, pero las últimas veces que había bebido alcohol se descontrolaba mucho y siempre se peleaba con alguien. Esta noche sus amigas han quedado para hacer salir. Nerea no pensaba ir, para evitar la tentación, pero está pensando que lo que ocurrió fue algo ocasional, que si bebe poco será capaz de controlarse. Finalmente, queda con sus amigas, consume alcohol y vuelve a pelearse con otra chica.	“Todo el mundo va a la fiesta, menos yo. Van a pensar que soy fome, que no se puede contar conmigo para nada... Tengo que ir. O salgo con esta noche o no podré volver a quedar con ellos. Bueno, quizás pueda ir y no beber... ¡Si se les fastidia la fiesta es por mi culpa! ¿Pero cómo no voy a beber? Si vuelvo a beber algo, entonces ¿de qué habrá servido el esfuerzo de estas dos semanas? para nada. Además, si voy, seguro que me meto en líos. Pero como no vaya van a pensar que soy tonta, que no se divertirme... Bueno lo que me ocurrió la otra vez no tiene porqué repetirse, puedo tomarme algo y ya está, yo lo controlo. Hace ya un tiempo que no bebo así que no pasa nada por tomarme un par de tragos” Tras la pelea: “La culpa es de esa chica, ella me provocó, siempre lo hace”.
Teresa ha ido de compras. El sábado tiene una fiesta y quiere deslumbrar al chico que le gusta. El problema es que ha ido comprándose cosas que no necesita para ese día y le queda poco dinero para comprar un vestido. Al pagar en una tienda unos zapatos, la cajera va a la trastienda para coger una bolsa más grande, y sin darse cuenta ha dejado la caja del dinero abierta. No hay nadie más en la tienda y Teresa observa un billete de \$20 mil que está a punto de salirse de la caja. No puede resistir la tentación, coge el billete y se lo guarda.	“Por fin he tenido algo de suerte, es justo que pueda tomar estos \$20 mil de la caja registradora, me lo merezco. Necesito ese dinero, si no le gusto este sábado se irá con otra. Debería tomar el dinero ya, así podré comprarme aquel vestido que tanto me gusta, con ese vestido voy a deslumbrarle. Si voy con otra ropa, no voy a gustarle. Nadie me va a ver; y si acaso me pillan no me va a pasar nada, es poco dinero. Como máximo me puede regañar la dependienta y ya está. Además, esta dependienta es una inútil. Porque robe estos \$20 mil no pasa nada. Todo el mundo lo haría en mi situación. Si mi madre me diera dinero todos los días, no tendría que estar robando. Debo cogerlo y disimular.”
Juan no deja de darle vueltas a lo que pasó el otro día, no se explica cómo sucedió y piensa que podría haberse metido en un gran lío. El sábado por la noche fue a la disco con sus amigos y su polola. Estando allí, un chico empezó a hablar con su polola, no había dejado de mirarla en toda la noche. Cada vez que él se alejaba, el otro aprovechaba para hablar con ella. Juan empezó a sudar, se encontraba acelerado, nervioso, pensaba que ese chico quería reírse de él, que no le caía bien, que se iba a aprovechar de su polola. Estaba inquieto, no podía parar de moverse. Su estado era tal que llegó a agredirle, dándole un empujón y advirtiéndole que no volviera acercarse a su polola.	“Este tipo ¿de qué va? Siempre que me separo de mi polola se acerca a hablar con ella. Es un creído, se cree que puede meter con todas las chicas. Seguro que quiere quitarme a mi chica. ¿Se cree que puede reírse de mí?, ¿Y ella? No debería estar hablando con él; esta chica siempre está dándoles bola a los otros chicos. Parece que le gustase ponerme celoso, aunque se lo tenga dicho mil veces que no tontee con otros, al fin de semana siguiente otra vez igual. Las chicas son todas unas frescas. Mis amigos se habrán dado cuenta, por eso me dicen que soy un mangoneado, por no imponerme como debo”.

Mientras Ángel y Fernando sacaban las entradas para el concierto del sábado, Tito observa que más atrás en la cola está Rubén, el peor enemigo de su amigo Fernando. Observa que le está mirando mal y se lo comenta a Fernando. Pero Fernando no tiene ganas de pelea. Tito le insiste, que no puede dejar que se ría de él, que le está vacilando. Finalmente, Fernando se va hacia él y le agrede físicamente.	<i>Que pesado, vaya donde vaya me lo tengo que encontrar, no me lo puedo quitar nunca de encima, nunca. Si finalmente viene al concierto, me lo va a arruinar. Tiene razón Tito, como me mira Rubén, me odia. Debería acabar de una vez por todas con este malentendido y enseñarle a Rubén quién soy yo. Me ha mirado y se ha reído, como no le digo nada... soy un cobarde."</i>
Laura es una joven de 15 años a la que le gusta beber alcohol los fines de semana. Habitualmente se emborracha los sábados por la tarde y frecuentemente inicia peleas con otras chicas. Además, le divierte mucho robar bolsos de otras chicas mientras bailan en la disco.	<i>Dos copas más y ya está, yo controlo. Hoy tengo que pillar un buen punto, porque llevo unas semanas horribles. Estas chicas son todas unas estiradas, ellas tienen plata, así que si les robo el bolso a alguna ni lo va a notar, es justo. No soporto a la gente como ellas; no saben nada de la vida; no es justo que tengan la vida resuelta. Además, fíjate como bailan, me están buscando y me van a encontrar. Mira, ya se van. En el fondo me temen.</i>

Actividad N° 4: ¿Qué es una atribución?

En esta actividad se trabajará el significado que tiene para un joven infractor las atribuciones. El objetivo de esta actividad consiste en que los participantes comprendan que junto con los pensamientos distorsionados/negativos, las justificaciones que hacemos de nuestra forma de sentir y comportarnos ayudan a explicar el comportamiento de un joven infractor.

El monitor explica lo siguiente: *"llamamos atribución a la justificación y/o explicación que damos de un determinado comportamiento pasado. Por ejemplo, si te va mal en una prueba, puedes pensar que ha sido porque no has estudiado lo suficiente pero, también, puedes pensar que te ha sucedido porque el profesor te tiene mala y te ha bajado la nota. Estas son dos explicaciones que uno puede dar a un mismo hecho, son diferentes y tienen consecuencias también muy distintas ¿En qué se diferencian?"*

En el primer caso ("no he estudiado lo suficiente") es una atribución interna, es decir, la explicación está en uno mismo, en el esfuerzo que hayamos hecho y la motivación que pongamos para estudiar más. La importancia de la atribución interna es que depende de nosotros y la solución está también en nosotros.

En la otra situación ("no he aprobado porque el profesor me tiene mala y me ha bajado la nota"), se refiere a una atribución externa, es decir, la justificación de nuestra conducta, el suspenso, está en los demás, en este caso en el profesor, por lo tanto el resultado no depende tanto de nosotros, y es posible que no estudiemos más para recuperar el examen.

¿Qué consecuencias puede tener que hagamos un tipo de atribución u otra? Cuando una persona logra una meta satisfactoriamente puede hacer una atribución interna, que le ayudará a que sea más eficiente y que se sienta mejor consigo mismo. Sin embargo, si hace una atribución externa de su éxito no lo disfrutará tanto, porque piensa que no se lo merece, y lo atribuye a la suerte o a que le han ayudado y que por sí sola nunca lo hubiera conseguido. Pero cuando una persona obtiene un fracaso ante un objetivo que se ha planteado, por ejemplo, preparar una prueba en conciencia y le va mal, puede hacer una atribución interna. Esta puede ser, "el profesor ha sido muy exigente y la última parte del examen no la había preparado igual de bien que la primera". Esta atribución, a corto plazo, le hará sentirse mal consigo mismo, pero a largo plazo, hará que estudie para la próxima prueba con mayor dedicación y sentirá que controla la situación. Sin embargo, si hace una atribución externa, la situación le parece incontrolable y, por lo tanto, no desarrollará estrategias de control para superar la situación.

Generalmente, la atribución externa se relaciona con el comportamiento delictivo. Con frecuencia se echa la culpa de las desgracias a otras personas y/o instituciones, y los éxitos los atribuimos a la suerte y no a ningún tipo de esfuerzo por nuestra parte. Si hacemos algo mal, es más fácil echar la culpa a otros que cargar con nuestra propia responsabilidad, pero si algo sale bien, tampoco nos ayuda atribuirlo a causas externas, ya que nos hace infravalorarnos y sentirnos mal con nosotros mismos. También es posible que un joven atribuya el éxito de un delito a sí mismo; en este caso estaría haciendo una atribución interna de éxito pero el contexto social en el que se desarrolla hará que sea más habilidoso delinquiendo pero, al mismo tiempo, aumentará la probabilidad de que le detengan. Por lo tanto es importante diferenciar el contexto social en el que se producen las atribuciones internas y externas.

Una vez finalizada la explicación, el monitor reparte la **hoja de recursos**: “¿Cómo justificamos nuestra conducta?” y los participantes opinan sobre el tipo de atribución.

→ **Hoja de recursos**: “¿Cómo justificamos nuestra conducta?”

Instrucciones: Lee cada ejemplo e identifica el tipo de atribución que realiza el protagonista.

ATRIBUCIONES	INTERNA/ EXTERNA
1. Juan gana una competición de atletismo y cuando ve a sus amigos les dice que ha tenido mucha suerte porque los demás ya estaban cansados.	EXTERNA
2. María expone un trabajo en clase, la profesora dice que ha sido una exposición excelente. María dice a un amigo que ha hecho un esfuerzo muy grande para que la exposición le saliera bien.	INTERNA
3. Luís está castigado sin salir por llegar tarde a casa el día anterior, llama a un amigo y le dice que es injusto que él no tiene la culpa de que el autobús se retrasara.	EXTERNA
4. Cristina ha sacado malas notas en educación física, sus padres la regañaron y ella da un portazo diciendo que el profesor la exige más que al resto.	EXTERNA
5. Claudia tiene una discusión con su pololo y él deja de llamarla tres días. En su cuarto piensa: “Últimamente estoy más irritable que de costumbre”.	INTERNA

A continuación, se pide a cada uno de los jóvenes que expongan su explicación para el delito por el que están en el centro e intenten determinar si se trata de una atribución interna o externa en la **hoja de recursos**: “Justificación del acto delictivo por el que estoy aquí”. En el caso de jóvenes que tienen una medida judicial cautelar, se hablaría de presunto delito o se haría referencia a hechos antisociales/ delictivos previos.

→ **Hoja de recursos**: “Justificación del acto delictivo por el que estoy aquí”

Instrucciones: describe la justificación del acto antisocial por el que te encuentras aquí y valora el tipo de atribución que constituye esa justificación.

DELITO COMETIDO	JUSTIFICACIÓN	INTERNA/EXTERNA

Se finaliza esta actividad haciendo una síntesis de la relación existente entre conductas que realizamos, justificación que damos de las mismas y comportamiento delictivo, planteando la siguiente pregunta: ¿tiene sentido la justificación que damos de los hechos por los que estamos aquí o podríamos buscar explicaciones alternativas que sean más adaptativas para lograr un cambio en nuestra forma de enfocar la vida?

Actividad N° 5: Actividad complementaria

Con esta actividad se pretende que, en la **hoja de recursos**: “Registrando mis pensamientos negativos”, los participantes identifiquen todo tipo de pensamientos negativos/distorsionados que puedan sucederle tanto a él como a otras personas cercanas a las que escucha. Deberán describir la situación en la que se producen, el pensamiento negativo y las consecuencias que haya tenido.

→ **Hoja de recursos**: “Registrando mis pensamientos negativos”

Instrucciones: Registra cualquier pensamiento negativo que identifiques, tanto tuyo como de otras personas. Describe la situación en la que se da, el pensamiento negativo y las consecuencias del mismo.

SITUACIÓN	PENSAMIENTO NEGATIVO	CONSECUENCIAS

Actividad opcional: La carta de María

De forma adicional y para trabajar la identificación de pensamientos distorsionados, se puede pedir a los participantes que lean la carta de María que se presenta en la **hoja de recursos**: “Carta de María” y que contesten a las preguntas que aparecen a continuación.

→ **Hoja de recursos**: “Carta de María”

Estimado amigo:

Me llamo María, tengo 16 años y me quiero morir. Verás, mido 1,55 m. y peso 70 kg. Como te puedes imaginar, estoy hecha una foca. He intentado adelgazar por todos los medios posibles, he hecho dietas, me he pasado varios días sin comer y no hay nada que me sirva. Parezco una ballena. No me sirve ninguna ropa, no puedo ponerme lo que se lleva, no me entran los pantalones y no quiero salir de casa. Mis amigas ya no me hablan y es porque no les cae bien que haya una gorda en el grupo. Los chicos se burlan de mí, no puedo ir a bailar porque parezco una garrafa. Para colmo, me escribo con un chico de Santiago desde hace un año y me acaba de decir que viene a San Pedro y que podríamos conocernos. Imagínate lo que pensará cuando me vea. Dirá que soy una gordinflona y se llevará una desilusión. Me mirará con cara de asco y se marchará en cuanto pueda. Yo me quiero morir porque había pensado en dejarlo plantado, o mandar a una amiga, pero él sabe dónde vivo por el remite de las cartas y puede localizarme. Y lo peor es que cuanto más pienso en esto, más hambre me da y esto es el cuento de nunca acabar. Creo que me voy a morir si sigo así.

Una suicida en potencia.

Una vez que hayan leído la carta individualmente, en grupo se responde a las siguientes preguntas:

1. Identifica los pensamientos distorsionados de María.
2. ¿Se basan los pensamientos de María en hechos reales o son conclusiones propias? Aunque pudieran parecer adaptativos sus pensamientos en determinados momentos ¿podrían interpretarse de otra forma?
3. Imagina que estás contestando a la carta de María, explícale por qué son irracionales sus pensamientos.

El monitor apunta en la pizarra las tres preguntas y deja espacio para anotar las respuestas de los participantes.

	Actividad final de la sesión Para terminar la sesión y trabajar la identificación de pensamientos distorsionados, se podría ver la película “Crash” (Paul Haggis, 2004; Lions Gate Films; Distribuida en España por Manga Films) o la película “Titanes, hicieron historia” (Boaz Yakin, 2000; Walt Disney Company). Los participantes ven la película y, después, comentan los pensamientos distorsionados que aparecen en la misma. Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Si pienso que robar en pequeños establecimientos no es tan malo, que hay mucha gente que lo hace, estoy teniendo un pensamiento negativo (VERDADERO). 2. Durante una discusión con un desconocido por haberte empujado, piensas que la otra persona se merece que la pongas en su sitio, que tienes que demostrarle que no eres un cobarde. Este pensamiento distorsionado, seguramente, va a dar lugar a un comportamiento no antisocial como, por ejemplo, que vas a hablar tranquilamente con esa persona para solucionar el conflicto (FALSO). 3. Y si justificas tu agresión hacia esa persona pensando que, si no te hubiera empujado, tú no le habrías roto la nariz, estás realizando una atribución externa de tu comportamiento antisocial/ violento (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2

EVALUACIÓN DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca la relación entre pensamiento distorsionado y comportamientos antisociales.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven comprende la relación entre los pensamientos distorsionados y el desarrollo de comportamientos antisociales.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Pizarra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Cuestionario sobre mi forma de pensar. ✓ Hoja de recursos: Mi perfil personal de pensamientos distorsionados. ✓ Hoja de recursos: Representación gráfica del círculo del pensamiento distorsionado. ✓ Hoja de recursos: Ejemplo sobre un círculo de pensamiento reestructurado. ✓ Hoja de recursos: Mi círculo del pensamiento distorsionado. ✓ Hoja de recursos: Mi círculo del pensamiento reestructurado. ✓ Hoja de recursos: Aplicando el círculo del pensamiento distorsionado al robo de José y Carlos. ✓ Hoja de recursos: Aplicando el círculo del pensamiento reestructurado al robo de José y Carlos. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión se pretende que los participantes tomen conciencia de los pensamientos que les caracterizan y cómo influyen en su forma de comportarse. Nos basaremos en el modelo A→B→C de Albert Ellis (1977), que analiza los pensamientos en función de los antecedentes y las consecuencias que generan: "A (antecedentes) → B (pensamientos) → C (consecuencias)"; es decir, las personas no se alteran emocionalmente por lo que hacen, sino por lo que piensan o cómo explican lo que hacen. En una primera fase, evaluaremos los pensamientos de los jóvenes pues rellenarán de forma individual un cuestionario sobre su forma de pensar y obtendrán un perfil personal sobre sus pensamientos más característicos. En una segunda fase se introducirá el concepto de "círculo del pensamiento" que se define como la relación probable que se establece entre los pensamientos distorsionados y la conducta antisocial en determinadas situaciones de su entorno socio-familiar. Los conceptos claves a trabajar en esta sesión serán: ✓ Pensamiento → sentimiento → acción: los pensamientos que una persona tiene ante un determinado suceso, generan sentimientos y éstos, a su vez, influyen en el comportamiento. ✓ Círculo del pensamiento distorsionado: relación probable que se establece entre los pensamientos erróneos y el comportamiento antisocial/delictivo. ✓ Modelo "A (antecedentes) → B (pensamientos) → C (consecuencias)": esquema que ayuda a analizar la relación entre antecedentes, pensamientos y consecuencias. Las personas no se alteran emocional o psicológicamente por los hechos que realizan o hacen, sino por lo que piensan o cómo explican o justifican lo que hacen.

DESCRIPCIÓN

Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria

Revisaremos el auto-registro de pensamientos distorsionados y nos centraremos en las situaciones concretas que los desencadenan para poder contextualizarlos y considerar, si es posible, formas alternativas de procesar esas situaciones.

Actividad N° 2: Perfil de mis pensamientos

Para que los jóvenes aprendan a identificar sus pensamientos, se empezará esta actividad rellenando cada uno de forma individual la **hoja de recursos**: “Cuestionario sobre mi forma de pensar”, que contiene una versión adaptada del cuestionario “How I Think Questionnaire” (HIT) (Gibbs, Barriga y Potter, 2001).

Se da la siguiente explicación: *“ahora van a rellenar un cuestionario que nos va a ayudar a identificar los tipos de pensamientos más frecuentes en su vida diaria. Se trata de una serie de afirmaciones acerca de lo que pensamos ante distintas situaciones. Lean cada afirmación y rellenen la casilla correspondiente que mejor se ajuste a lo que habitualmente piensan, utilizando la escala que se incluye”.*

→ **Hoja de recursos:** Cuestionario sobre mi forma de pensar

Instrucciones: este cuestionario nos va a ayudar a identificar los tipos de pensamientos más frecuentes en tu vida diaria. Se trata de una serie de afirmaciones acerca de lo que piensas ante distintas situaciones. Lee cada afirmación y rellena la casilla correspondiente que mejor indique lo que habitualmente piensas. Utiliza la siguiente escala de valoración:

0 Totalmente desacuerdo	1 En desacuerdo	2 Poco desacuerdo	3 Poco de acuerdo	4 De acuerdo	5 Totalmente de acuerdo
					0 1 2 3 4 5
1. Las personas deberían intentar trabajar para solucionar sus problemas.					
2. Por más que lo intento, pierdo el control con frecuencia.					
3. A veces hay que mentir para conseguir lo que uno quiere.					
4. A veces me aburro.					
5. Las personas necesitan que las maltraten de vez en cuando.					
6. Si cometo un error, es porque me he mezclado con la gente equivocada.					
7. Si algo me gusta, lo tomo.					
8. No se puede confiar en los demás porque siempre te mentirán.					
9. Soy generoso con mis amigos.					
10. Cuando me enfado, no me importa a quién estoy haciendo daño.					
11. Si alguien se deja el auto abierto, está pidiendo que se lo roben.					
12. Uno debe vengarse de la gente que no le respeta.					
13. A veces, genero rumores infundados sobre otras personas.					
14. Mentir no es tan malo, todo el mundo lo hace.					
15. Es inútil tratar de mantenerse al margen de las peleas.					
16. Todo el mundo tiene derecho a ser feliz.					
17. Si sabes que puedes salirte con la tuya, sólo un tonto no robaría.					
18. No importa cuánto lo intente, no puedo dejar de meterme en problemas.					
19. Sólo un cobarde huiría de una pelea.					
20. Alguna vez he dicho algo malo de un amigo.					
21. No está tan mal mentir si alguien es tan tonto como para creérselo.					
22. Si realmente quiero algo, no importa cómo conseguirlo.					
23. Si no te defiendes de la gente que te rodea, te acabarán tomando el pelo.					
24. Los amigos deben ser sinceros unos con otros.					

25. Si una tienda o una casa ha sido robada, se debe a que tienen un mal sistema de seguridad.						
26. La gente me fuerza a mentir si me hacen demasiadas preguntas.						
27. Alguna vez he intentado vengarme de alguien.						
28. Uno puede conseguir lo que necesita, aunque alguien salga perdiendo.						
29. La gente siempre está intentando molestarme.						
30. Como las tiendas ganan suficiente dinero, está bien robar lo que uno necesita.						
31. En el pasado, he mentido para librarme de algún problema.						
32. Uno debe golpear primero antes de que te golpeen.						
33. Una mentira en realidad no importa si uno no conoce a esa persona.						
34. Es importante tener en cuenta los sentimientos de otras personas.						
35. Uno puede siempre robar. Si no lo haces tú, otro lo hará por ti.						
36. La gente siempre está tratando de iniciar peleas conmigo.						
37. Las normas generalmente están hechas para otras personas.						
38. He ocultado cosas que he hecho.						
39. Si alguien no es suficientemente cuidadoso como para que le roben la maleta, se lo merece.						
40. Todo el mundo incumple la ley, no es tan malo.						
41. Cuando los amigos te necesitan, debes estar ahí para ayudarles.						
42. Conseguir lo que uno necesita es lo más importante.						
43. Tú también puedes robar. La gente te robaría si tuviera la oportunidad.						
44. Si la gente no coopera conmigo, no es mi culpa que alguien pueda lastimarse.						
45. He hecho cosas malas que no le he contado a nadie.						
46. Cuando pierdo el control se debe a que la gente intenta hacerme daño.						
47. Coger un coche no es tan malo si no le ocurre nada al coche y el dueño lo recupera.						
48. Todo el mundo necesita ayuda de vez en cuando.						
49. Yo también podría mentir, pero cuando digo la verdad la gente no me cree de ningún modo.						
50. A veces, tienes que herir a alguien si tienes un problema con él.						
51. He cogido cosas sin pedir permiso.						
52. Si uno miente a alguien, es su problema.						
53. Como todo el mundo roba, uno debería conseguir su parte.						
54. Si realmente quiero hacer algo, no me importa que sea legal o no.						

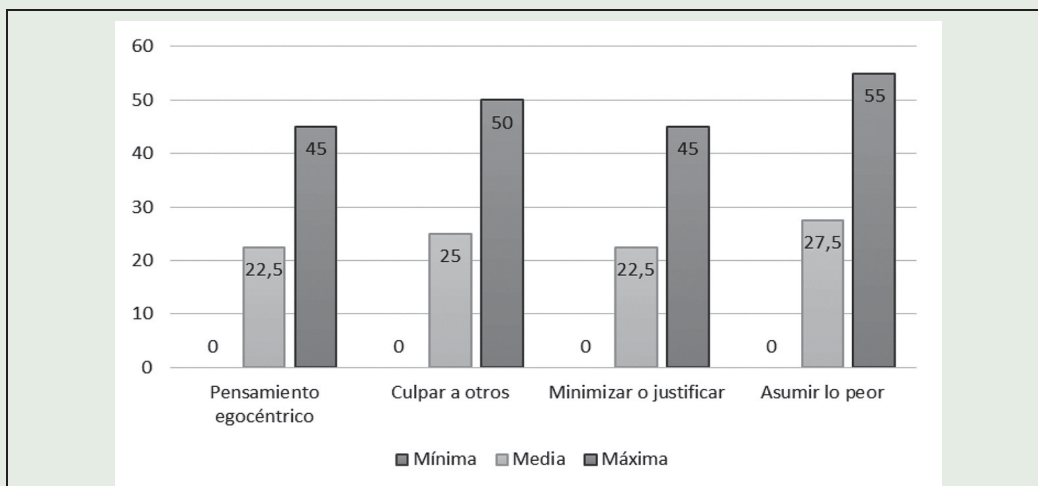
Este cuestionario incluye las cuatro categorías de distorsiones cognitivas más frecuentes en jóvenes infractores y que están relacionadas con comportamientos antisociales. La corrección es la siguiente:

- ❖ *Pensamiento egocéntrico*: suma de los ítems 3, 7, 10, 22, 28, 37, 42, 52, 54.
- ❖ *Culpabilizar a otros*: suma de los ítems 6, 11, 21, 25, 26, 36, 39, 44, 46, 50.
- ❖ *Minimización y/o justificación*: suma de los ítems 5, 12, 14, 17, 19, 30, 33, 40, 47.
- ❖ *Asumir lo peor*: suma de los ítems 2, 8, 15, 18, 23, 29, 32, 35, 43, 49, 53.

Tras la aplicación del cuestionario, el monitor indica que vayan sumando las puntuaciones obtenidas para cada una de las 4 categorías de distorsiones cognitivas y se reflejan en la **hoja de recursos**: “Mi perfil de pensamientos distorsionados” las puntuaciones obtenidas en cada escala. A continuación el monitor le va preguntando a cada miembro del grupo que presente sus datos y que refleje los 3 pensamientos que puntúan más alto en cada una de las escalas. Al final se obtiene un perfil personal que tienen que representar con una línea en el gráfico de abajo.

→ **Hoja de recursos:** Mi perfil de pensamientos distorsionados

Instrucciones: con los datos obtenidos tras corregir el cuestionario, refleja en esta gráfica la puntuación que has obtenido en cada una de las escalas uniéndolas con una línea. Después, contesta a las preguntas que aparecen a continuación:



- Mi perfil personal de pensamientos distorsionados se caracteriza por distorsiones cognitivas del tipo:
- Los ejemplos de pensamientos distorsionados más representativos de mi perfil personal son:

Actividad Nº 3: El círculo del pensamiento distorsionado

Esta actividad tiene por objetivo que los participantes comprueben la relación entre sus pensamientos distorsionados y su comportamiento antisocial/delictivo. Comenzaremos con una puesta en común de lo que piensan que es un “círculo del pensamiento distorsionado”. Podremos empezar así: “¿qué significado tiene el concepto “círculo del pensamiento distorsionado”? En nuestra forma habitual de comportarnos, generalmente establecemos un círculo de pensamientos distorsionados en relación a un comportamiento antisocial/delictivo. Este círculo nos muestra el carácter recurrente o circular de los pensamientos y de nuestra forma de comportarnos ante determinados acontecimientos de nuestra vida. Desde que somos pequeños vamos aprendiendo a interpretar los acontecimientos de nuestra vida desarrollando una serie de pensamientos, emociones y conductas que se automatizan porque los vamos repitiendo muchas veces a lo largo de los años y se repiten de forma circular”. En la **hoja de recursos**: “Representación gráfica del círculo del pensamiento distorsionado” se puede observar de forma gráfica una relación hipotética entre los distintos elementos siguiendo el modelo propuesto:

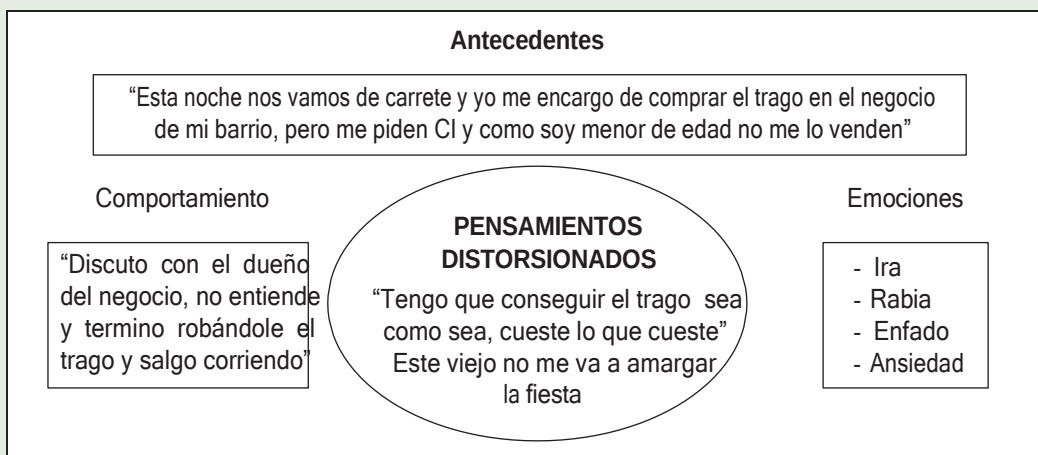
“A [antecedente] → B [PENSAMIENTOS sobre A] → C [consecuencias: emociones y conductas que se derivan de los pensamientos]”

- ✓ **“A” (Antecedente):** Representa el acontecimiento activador, suceso o situación. Puede ser una situación o acontecimiento externo o un suceso interno (como otro pensamiento, una imagen, una fantasía, una determinada conducta, una sensación y/o emoción).
- ✓ **“B” (Sistema de Creencias/Pensamientos):** Representa el sistema de creencias que uno tiene (pensamientos, justificaciones, explicaciones, recuerdos, imágenes, supuestos, inferencias, actitudes, atribuciones, normas, valores, esquemas y filosofía de vida).

- ✓ **“C” (Consecuencias/Forma de comportarnos):** Representa la consecuencia o reacción ante “B”. Las “C” pueden ser de tipo emocional (emociones que sentimos después de pensar algo concreto) y conductual (lo que hacemos como consecuencia de una determinada forma de pensar).

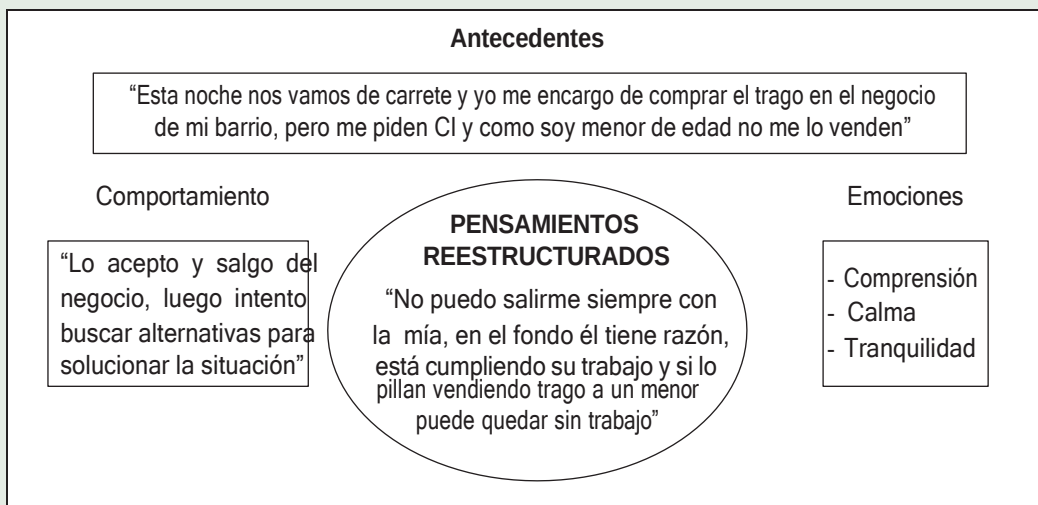
Para ilustrar los conceptos planteados, a continuación se analiza el “círculo del pensamiento distorsionado” con un ejemplo hipotético que el monitor va a analizar con todos los participantes.

→ **Hoja de recursos:** “Representación gráfica del círculo del pensamiento distorsionado”



A continuación en la **hoja de recursos:** “Ejemplo sobre un círculo de pensamiento reestructurado” se presenta el mismo ejemplo, pero en este caso, se hace entre todos los miembros del grupo una reestructuración cognitiva, para aprender a desarrollar nuevos pensamientos, emociones y formas de comportarnos ante situaciones que anteriormente desencadenaban una conducta antisocial/delictiva. El círculo del pensamiento reestructurado hace referencia al objetivo final al que tiene que llegar un joven infractor a medida que va aprendiendo a cambiar los pensamientos distorsionados por otros más consonantes con un estilo de vida alternativo a la delincuencia.

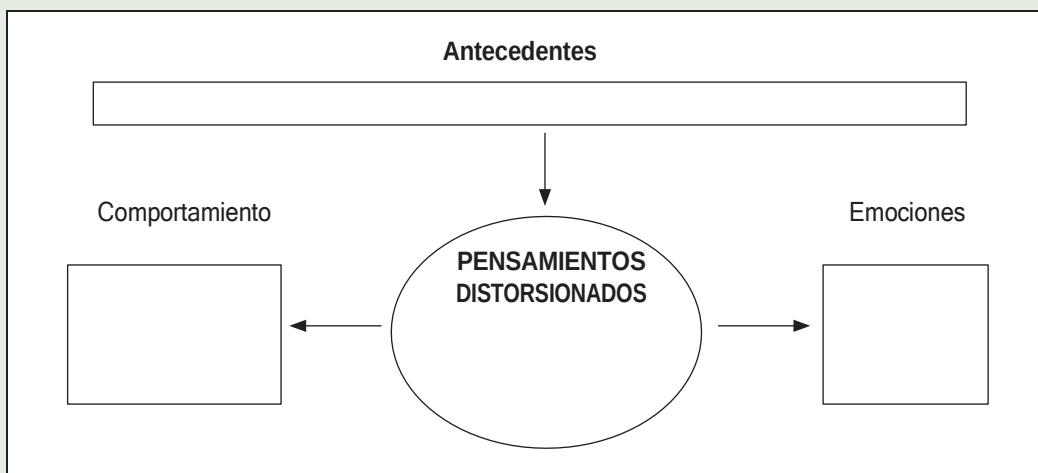
→ **Hoja de recursos:** “Ejemplo sobre un círculo de pensamiento reestructurado”



Con el fin de darle un sentido más aplicado al concepto de “círculo del pensamiento distorsionado” se le pide a cada joven que elabore el suyo propio analizando los datos que ha aportado en la **hoja de recursos**: “Justificación del acto antisocial/delictivo por el que estoy aquí” de la sesión anterior y se le pide que complete la **hoja de recursos**: “*Mi círculo del pensamiento distorsionado*”.

→ **Hoja de recursos**: “Mi círculo del pensamiento distorsionado”

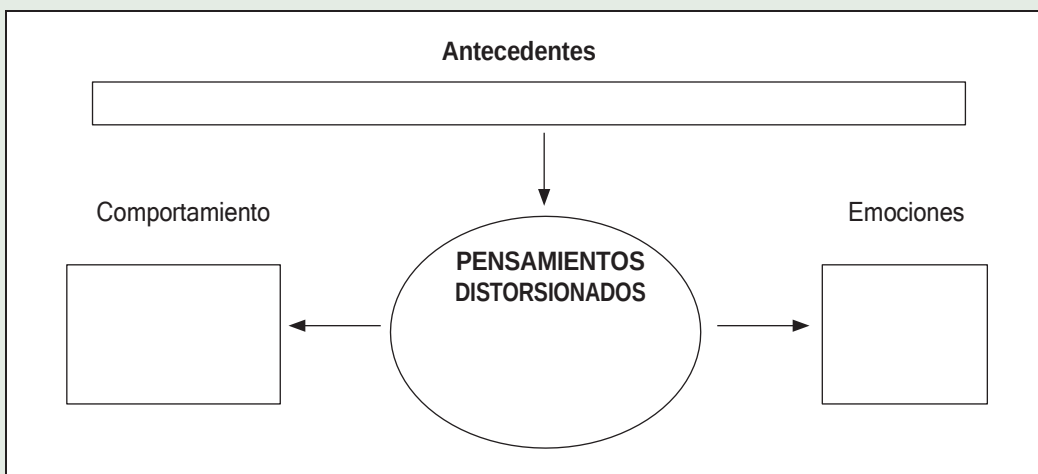
Instrucciones: completa tu propio círculo de pensamiento distorsionado en relación con los hechos por los que estás aquí.



Completado el círculo del pensamiento distorsionado y analizado en grupo, se pide a los jóvenes que, en la **hoja de recursos** “*Mi círculo del pensamiento reestructurado*”, intenten hacer individualmente una reestructuración cognitiva de la situación antisocial por la que están en tratamiento, siguiendo el ejemplo previo, y una vez finalizada la actividad se hace una puesta en común, resaltándose la importancia que tiene identificar, en primer lugar, los pensamientos distorsionados y ser capaces, en segundo lugar, de reestructurarlos por otros más adaptativos para superar la delincuencia.

→ **Hoja de recursos** “Mi círculo del pensamiento reestructurado”

Instrucciones: completa tu propio círculo de pensamiento reestructurado elaborando una reestructuración cognitiva de la situación planteada.

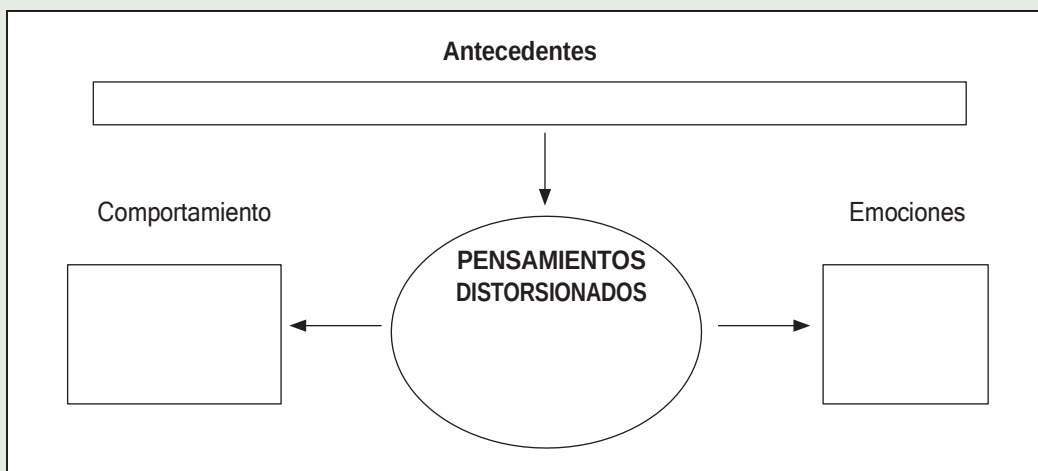


Actividad N° 4: Actividad complementaria

Para consolidar el aprendizaje del esquema $A \rightarrow B \rightarrow C$ en su versión “círculo del pensamiento distorsionado”, se pide a cada participante que, en la **hoja de recursos**: “Aplicando el círculo del pensamiento distorsionado al robo de Javier y Carlos” apliquen los conceptos aprendidos con los ejemplos anteriores al caso que se presenta en esta hoja.

→ **Hoja de recursos**: “Aplicando el círculo del pensamiento distorsionado al robo de Javier y Carlos”

Instrucciones: lee el siguiente ejemplo y crea el círculo del pensamiento distorsionado para el comportamiento antisocial de los protagonistas.



“Javier y Carlos están pasando por un mal momento, necesitan dinero para pagar una deuda que tienen con un tipo muy peligroso. Piensan entre los dos que lo más rápido y fácil para conseguir el dinero es entrar en una tienda y robarlo. Se sienten seguros de que lo van a conseguir y no quieren que la cosa se complique, solo quieren tomar el dinero sin causar al dependiente ningún daño, ni siquiera llevan armas. Tras observar un rato la escena, esperan a que salgan unos señores de la tienda y deciden entrar por el dinero. Carlos cierra la puerta de la tienda y se queda vigilando, Javier se acerca al vendedor y le dice: ¡No vamos a causarte daño, danos rápido el dinero de la caja y nos marchamos!, éste se pone muy nervioso y saca un arma del cajón, y sin darle tiempo a reaccionar le clava una cuchilla en el estómago de Javier y éste cae al suelo. Al ver que su plan ha fracasado se sienten decepcionados”.

Para finalizar esta actividad se puede pedir a los jóvenes que como actividad para la próxima sesión hagan un círculo de pensamiento reestructurado aplicándolo al caso del robo de Javier y de Carlos en la **hoja de recursos** “Aplicando el círculo del pensamiento reestructurado al robo de Javier y Carlos”.

→ **Hoja de recursos** “Aplicando el círculo del pensamiento reestructurado al robo de Javier y Carlos”

Instrucciones: ahora completa el círculo de pensamiento reestructurado elaborando una reestructuración cognitiva de la situación planteada.

	Antecedentes Comportamiento PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS Emociones Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. En esta sesión he comprendido que lo que yo pienso me genera unos sentimientos y esto va a influir en mi comportamiento. Por tanto, tener pensamientos negativos me va a generar emociones desagradables o negativas y esto me puede llevar a desarrollar comportamientos antisociales (VERDADERO). 2. Con el ejercicio del “círculo de pensamiento distorsionado”, he comprendido que los pensamientos que se asocian con mi conducta antisocial suelen ser negativos (VERDADERO). 3. Por lo tanto, me he dado cuenta de que si mantengo esos pensamientos negativos, es muy probable que vuelva a desarrollar una conducta antisocial (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3

CONSECUENCIAS DE LOS PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS

OBJETIVO	✓ Que el/la joven aprenda la importancia de los pensamientos y sus consecuencias en sí mismo y los demás.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven aprende la importancia que tienen las consecuencias de lo que pensamos. ✓ El/la joven diferencia las consecuencias que tienen sus pensamientos a corto y a largo plazo. ✓ El/la joven aprender a valorar cómo afectan las consecuencias de sus pensamientos a sí mismos y a los demás.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Plumón y pizarra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Consecuencias a corto plazo. ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a largo plazo. ✓ Hoja de recursos "Consecuencias a corto plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás". ✓ Hoja de recursos "Consecuencias a largo plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás". ✓ Hoja de recursos: Más ejemplos de consecuencias. ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a corto plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta. ✓ Hoja de recursos: Consecuencias a largo plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta. ✓ Hoja de recursos: Valorando las consecuencias a corto plazo del supuesto. ✓ Hoja de recursos: Valorando las consecuencias a largo plazo del supuesto. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Los objetivos específicos de esta sesión consisten en trabajar, de nuevo, la importancia que tienen nuestros pensamientos en nuestra forma de sentir y de comportarnos, tal como se ha visto a lo largo de las sesiones previas. Más específicamente, en esta sesión nos centraremos, en primer lugar, en el análisis de las consecuencias que tiene nuestra forma de pensar distorsionada tanto para uno mismo como para los demás. En segundo lugar, se trabajará con los participantes la identificación de las consecuencias positivas y negativas de las conductas de agresión a corto y largo plazo, tanto a nivel personal como para los demás. Para ello, se irán planteando una serie de situaciones hipotéticas, y otras personales de los jóvenes, y se irán analizando para alcanzar los objetivos propuestos. Los conceptos claves a trabajar en esta sesión son: ✓ Pensamientos distorsionados: explicación y justificación que damos de nuestro comportamiento y que está alejada o no se sustenta en la realidad de vida de esa persona. ✓ Consecuencias a corto plazo: resultados que obtenemos por la explicación o justificación que damos de nuestra forma de comportarnos para nosotros mismos y para los demás en un período corto de tiempo. ✓ Consecuencias a largo plazo: resultados que obtenemos de la explicación o justificación de lo que hacemos, tanto para nosotros mismos como para los demás, en un período más largo de tiempo.

DESCRIPCIÓN

Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria

Se revisa el círculo del pensamiento distorsionado propuesto como actividad complementaria en la sesión anterior, analizando de forma precisa los pensamientos distorsionados que aparezcan y la relación de los mismos con el resto de los elementos descritos.

Actividad N° 2: Consecuencias de los pensamientos distorsionados

Esta actividad tiene por objetivo que los participantes comprendan de una forma clara y sencilla la relación existente entre los pensamientos distorsionados y sus consecuencias. Partiremos de la revisión de la actividad complementaria para introducir el tema: *“como acaban de observar en los círculos de pensamientos distorsionados, las conductas antisociales/delictivas o inapropiadas se relacionan con una serie de pensamientos inadecuados o distorsionados que influyen de manera determinante en que llevemos a cabo esa conducta. Esos pensamientos distorsionados tienen una serie de consecuencias que son las que se derivan de la conducta antisocial/delictiva que cometa un joven. Esas consecuencias pueden ser inmediatas, a corto plazo, o más alejadas en el tiempo, a largo plazo.*

Veámoslo con un ejemplo: estás en casa viendo tu programa favorito de televisión. Aparece tu hermano y te quita el control porque quiere que cambies de canal. Piensas, “siempre tiene que ser el mismo, para un rato que tengo para estar tranquilo y ver lo que me gusta, viene él y lo único que hace es molestarme”. Le pides que te dé el control y no lo hace, te enfadas mucho y acabas pegándole una patada. Le quitas el mando y sigues viendo tu programa favorito, pero a tu hermano no le gusta que le hayas pegado y decide no prestarte nada nunca más, además de decírselo a tus padres, que empiezan a castigarte por conductas como la de ese día.

¿Cuáles serían las consecuencias inmediatas, a corto plazo? Tener el control de la televisión y ver tu programa favorito. ¿Y a largo plazo? Pues que la relación con tu hermano se hace más difícil y tus padres están más pendientes de ti, endureciéndote los castigos”.

El monitor ha de enfatizar la idea de que las consecuencias a corto plazo suelen ser positivas y guardan relación con la consecución de una meta, mientras que a largo plazo suelen ser negativas y se centran más en las consecuencias del comportamiento desviado en el ámbito personal, familiar, interpersonal, etc.

A continuación, se entrega la **hoja de recursos**: “Consecuencias a corto plazo” para comprender mejor este tipo de consecuencias. En primer lugar, se analiza el ejemplo propuesto, y después los participantes aportan un ejemplo personal que también deberá ser analizado.

→ **Hoja de recursos**: “Consecuencias a corto plazo”

Instrucciones: analiza el ejemplo propuesto y luego describe una situación personal propia.

Situación	Pensamientos	Hechos/conducta	Consecuencias
Me han castigado sin poder salir durante un mes y no puedo salir esta noche.	“Así no puedo estar, tengo que hacer algo” “Se van a reír de mí” “No puedo faltar a la fiesta”	Robo en una tienda del barrio	Obtengo el dinero que necesitaba, me siento bien, voy a la fiesta y me lo paso genial.
Mi ejemplo:			

A continuación, se entrega la **hoja de recursos**: “**Consecuencias a largo plazo**”, realizando los participantes el mismo análisis que en la hoja previa, pero centrándose ahora en las consecuencias a largo plazo.

→ **Hoja de recursos:** “Consecuencias a largo plazo”

Instrucciones: analiza el ejemplo propuesto y luego describe una situación personal propia.

Situación	Pensamientos	Hechos/conducta	Consecuencias
Me han castigado sin poder salir durante un mes y no puedo salir esta noche.	“Así no puedo estar, tengo que hacer algo” “Se van a reír de mí” “No puedo faltar a la fiesta”	Robo en una tienda del barrio	- Los carabineros me detiene tras realizar una investigación. - Mis padres me castigan durante una larga temporada por lo realizado.
Mi ejemplo:			

Actividad N° 3: Consecuencias de mi forma de pensar para mí y para los demás

Con esta actividad los jóvenes van a aprender que su conducta antisocial también tiene unas consecuencias negativas para los demás.

Para ello, se les explicará lo siguiente: *“en esta actividad, además de los tipos de consecuencias que acabamos de ver, existen otro tipo de consecuencias que nuestro comportamiento agresivo o antisocial puede tener. Veámoslo con un ejemplo que se presenta en la hoja de recursos: “Consecuencias a corto plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás” y en la hoja de recursos: “Consecuencias a largo plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás”.*

→ **Hoja de recursos:** Consecuencias a corto plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás

Instrucciones: lee la situación que se propone y presta atención a las consecuencias a corto plazo.

“Es sábado por la tarde y estás con tus amigos en el parque, fumando unos cigarrillos y algún pitos y comentamos: “llevamos aquí un gran rato y no se nos ocurre nada interesante que hacer”. Estamos aburridos. De pronto ven que una mujer entra en el parque con una apariencia extraña. Es verano y la mujer va con chaqueta, botas y un pañuelo en la cabeza. Piensan “esta mujer tiene aspecto de estar un poco loca” y empiezan a insultarla. Ella les responde los insultos y uno de ustedes sale corriendo hacia ella, momento en el que la mujer se pone a correr y se cae, rompiéndose el tobillo. Los carabineros, que pasa por allí, lo ven todo y los llevan a la Comisaría.

PENSAMIENTO	SENTIMIENTOS	CONDUCTA	CONSECUENCIAS PARA MI	CONSECUENCIAS PARA LOS DEMÁS
- Llevamos aquí un rato y no se nos ocurre nada que hacer - Esta mujer tiene aspecto de estar un poco loca	- Aburrimiento - Animación al ver a la mujer	- Sentados en el parque fumando cigarrillos y pitos - Insultarla y correr detrás de ella	Positivas: reírnos, divertirnos con el sufrimiento de una persona. Negativas: nos ven los carabineros y ser llevados a comisaría	Negativas: la mujer siente miedo, se cae y se rompe el tobillo

→ **Hoja de recursos:** Consecuencias a largo plazo de mi forma de pensar para mí y para los demás

Instrucciones: lee la situación que se propone y presta atención a las consecuencias a largo plazo.

“Es sábado por la tarde y estás con tus amigos en el parque, fumando unos cigarrillos y algún pitos y comentamos “llevamos aquí un gran rato y no se nos ocurre nada interesante que hacer”. Estamos aburridos. De pronto ven que una mujer entra en el parque con una apariencia extraña. Es verano y la mujer va con chaqueta, botas y un pañuelo en la cabeza. Piensan “esta mujer tiene aspecto de estar un poco loca” y empiezan a insultarla. Ella les responde los insultos y uno de ustedes sale corriendo hacia ella, momento en el que la mujer se pone a correr y se cae, rompiéndose el tobillo. Los carabineros, que pasa por allí, lo ven todo y los llevan a la Comisaría.”

PENSAMIENTO	SENTIMIENTOS	CONDUCTA	CONSECUENCIAS PARA MI	CONSECUENCIAS PARA LOS DEMÁS
- Llevamos aquí un rato y no se nos ocurre nada que hacer - Esta mujer tiene aspecto de estar un poco loca	- Aburrimiento - Animación al ver a la mujer.	- Sentados en el parque fumando cigarrillos y pitos - Insultarla y correr detrás de ella.	Positivas: Ninguna Negativas: tengo que trabajar para pagar indemnización por lesiones, me quedo sin paga, castigado de forma permanente	Positivas: Ninguna Negativas: la mujer pasa meses sin poder trabajar, con una recuperación lenta. Mi familia es comentario en el barrio, mis padres no confían en mí.

Con estos ejemplos, se seguirá enfatizando la idea de que las consecuencias a corto plazo, suelen ser positivas y a largo plazo negativas. Pero ahora diferenciando que, en cuanto a los demás, las consecuencias siempre suelen ser negativas.

Para seguir profundizando en estos conceptos se recomienda hacer de forma individual o grupal los ejercicios que se presentan en la **Hoja de recursos: “Más ejemplos de consecuencias”**.

→ **Hoja de recursos:** Más ejemplos de consecuencias

Instrucciones: continúa analizando posibles consecuencias para estos ejemplos.

SITUACIÓN	PENSAMIENTO	CONSECUENCIAS PARA MI	CONSECUENCIAS PARA LOS DEMÁS
Voy por la calle y me tropiezo con el pie de alguien y me caigo. Sin pensarlo le doy un empujón, aunque esa persona me pidió perdón.	<i>“Lo ha hecho a conciencia”</i> <i>“No puedo quedar como un tonto”</i> <i>“Se burlarán de mí”</i>	Corto plazo: Largo plazo:	Corto plazo: Largo plazo:
Voy caminando con mi hermano y le pido el celular, pero él no me lo deja. Le doy un empujón y de esta forma sí me lo presta.	<i>“No me lo presta para hacerme rabiar”</i> <i>“Si se lo pido, me lo tiene que prestar”</i>	Corto plazo: Largo plazo:	Corto plazo: Largo plazo:
Un chico en una disco le intenta dar un beso a mi polola. Yo lo veo de lejos, voy hacia él y le pego un puñetazo. Me echan de la disco.	<i>“Se está riendo de mí”</i> <i>“Mi chica es mía y de nadie más”</i> <i>“No puedo quedarme quieto”</i>	Corto plazo: Largo plazo:	Corto plazo: Largo plazo:

Se debate sobre las respuestas de los participantes comprobando la comprensión de los diferentes tipos de consecuencias reflejados. Finalmente, a nivel grupal, se podrían comentar las consecuencias de los siguientes comportamientos: robar en un cajero, colarse en la cola de un supermercado, mirar fijamente a una persona en el metro, tener relaciones sexuales sin protección, insultar a una compañera pensando que no me oye, robar dinero de la cartera de mi madre, quedar con el novio de mi amiga a escondidas, hablar mal de personas que no están presentes, aceptar drogas de desconocidos, robar copas de la barra de una disco y tomármelas, subirme a un coche con desconocidos, irme al parque con gente que pertenece a bandas.

Actividad N° 4: Las consecuencias de mi conducta

Con esta actividad se pretende que los participantes apliquen todo lo aprendido a su caso personal, tomando conciencia real de las consecuencias a corto y largo plazo, positivas y negativas, para sí mismos y para los demás.

Se les entrega la **hoja de recursos**: “Consecuencias a corto plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta” y la **hoja de recursos**: “Consecuencias a largo plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta”, indicándoles que deberán analizar las consecuencias de su forma de pensar distorsionada en relación con los hechos por los que se encuentran en el centro.

→ **Hoja de recursos**: Consecuencias a corto plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta

Instrucciones: analiza las consecuencias a corto plazo en cada una de las categorías que se recogen en relación con los hechos por los que estás en el centro.

Pensamientos negativos que tuviste:			
Comportamiento delictivo:			
PARA MÍ MISMO		PARA LOS DEMÁS	
Positivas	Negativas	Positivas	Negativas

→ **Hoja de recursos**: “Consecuencias a largo plazo para mí y para los demás de mis pensamientos y conducta”

Instrucciones: analiza las consecuencias a largo plazo en cada una de las categorías que se recogen en relación con los hechos por los que estás en el centro.

Pensamientos negativos que tuviste:			
Comportamiento delictivo:			
PARA MÍ MISMO		PARA LOS DEMÁS	
Positivas	Negativas	Positivas	Negativas

Se analizará, principalmente, el acto antisocial/delictivo por el que se encuentran en el programa. Aunque, de forma alternativa o añadida, se podrán analizar otras situaciones anteriores u otros comportamientos antisociales previos.

Actividad N° 5: Actividad complementaria

Con el objetivo de afianzar los conocimientos adquiridos, los participantes analizarán con un supuesto concreto todos los tipos de consecuencias trabajadas durante la sesión. Para ello, se les entregará la **hoja de recursos** “Valorando las consecuencias a corto plazo del supuesto” y la **hoja de recursos**: “Valorando las consecuencias a largo plazo del supuesto”.

→ **Hoja de recursos:** Valorando las consecuencias a corto plazo del supuesto

Instrucciones: analiza las consecuencias a corto plazo en cada una de las categorías que se recogen en relación con la situación que se describe.

Tito ha quedado con sus amigos en casa de Jorge, ya que sus padres están de viaje y van a pasar la noche juntos. Ya han visto dos películas, se lo están pasando bien pero todos piensan qué más podrían hacer para seguir disfrutando de la noche. Piensan que podría ir a la fiesta de la ciudad de al lado. Tito piensa: “*nos lo pasaríamos genial, sería una noche inolvidable*”, “*seguro que nadie se entera, no tiene por qué pasar nada malo*”. Tito se encuentra animado y le excita la idea de salir de fiesta. Para desplazarse deciden salir a la calle y robar un auto que sea fácil de abrir.

PARA EL PROTAGONISTA		PARA LOS DEMÁS	
Positivas	Negativas	Positivas	Negativas

→ **Hoja de recursos:** Valorando las consecuencias a largo plazo del supuesto

Instrucciones: analiza las consecuencias a largo plazo en cada una de las categorías que se recogen en relación con la situación que se describe.

Tito ha quedado con sus amigos en casa de Jorge, ya que sus padres están de viaje y van a pasar la noche juntos. Ya han visto dos películas, se lo están pasando bien pero todos piensan qué más podrían hacer para seguir disfrutando de la noche. Piensan que podría ir a la fiesta de la ciudad de al lado. Tito piensa: “*nos lo pasaríamos genial, sería una noche inolvidable*”, “*seguro que nadie se entera, no tiene por qué pasar nada malo*”. Tito se encuentra animado y le excita la idea de salir de fiesta. Para desplazarse deciden salir a la calle y robar un auto que sea fácil de abrir.

PARA EL PROTAGONISTA		PARA LOS DEMÁS	
Positivas	Negativas	Positivas	Negativas

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

1. Con el análisis de consecuencias personales (para mí) de mi forma de pensar distorsionada, he comprobado que, a corto plazo, las consecuencias suelen ser positivas (obtengo lo que quiero) pero, a largo plazo, negativas (deterioro de relaciones con los demás, problemas legales, etc.) (VERDADERO).
2. Además, he comprendido que las consecuencias también pueden afectar a otras personas (VERDADERO).
3. Las consecuencias para los demás de mi conducta antisocial y de mi forma de pensar distorsionada, normalmente, van a ser negativas (VERDADERO).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 MODIFICACIÓN DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven adquiera habilidades para modificar distorsiones cognitivas, aprendiendo a identificar y cambiar sus pensamientos distorsionados relacionados con la conducta delictiva.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven adquiere habilidades para modificar las distorsiones cognitivas. ✓ El/la joven aprender a identificar y a cambiar los pensamientos distorsionados que se relacionan con la conducta antisocial/delictiva. ✓ El/la joven práctica estrategias aprendidas para modificar pensamientos distorsionados.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Plumones. ✓ Pizarra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Aplicando los criterios para valorar pensamientos distorsionados. ✓ Hoja de recursos: Reestructurando pensamientos distorsionados. ✓ Hoja de recursos: Pasos a seguir para cambiar mis pensamientos distorsionados. ✓ Hoja de recursos: Pasos a seguir para cambiar pensamientos distorsionados. ✓ Hoja de recursos: Generalizando la modificación de pensamientos. ✓ Hoja de recursos: Practicando pensamientos alternativos. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El objetivo de la presente sesión consiste en dotar a los participantes de una serie de estrategias básicas para la modificación de las distorsiones cognitivas que se relacionan con el desarrollo de comportamientos antisociales. Para ello, empezaremos realizando un breve resumen de las principales distorsiones cognitivas trabajadas en las sesiones previas. A continuación, se desarrollan algunas dinámicas para que los participantes comprendan que dichos errores cognitivos pueden modificarse. En tercer lugar, se explicarán técnicas de reestructuración cognitiva para que aprendan a modificar sus propias distorsiones. Los conceptos claves a trabajar en esta sesión son: ✓ Pensamientos distorsionados/erróneos: explicaciones y justificaciones que damos a los acontecimientos de nuestra vida y que tienen unas consecuencias negativas. ✓ Técnicas cognitivas: conjunto de estrategias diseñadas para identificar y modificar el contenido de los pensamientos distorsionados de un joven, sustituyéndolos por otros más adaptativos. ✓ Pensamientos alternativo: pensamientos que aprendemos a desarrollar para sustituir y cambiar los pensamientos disfuncionales o erróneos.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro de pensamientos y consecuencias enfatizando la idea de que los pensamientos distorsionados suele conllevar una serie de consecuencias negativas significativas, ya sea a nivel personal o para los demás, a corto y largo plazo. Actividad N° 2: Recordando pensamientos distorsionados En esta actividad realizaremos un breve recordatorio de los pensamientos distorsionados vistos en las sesiones previas para fomentar una mejor identificación de los mismos. El monitor

puede comentar: “*hoy lo que vamos a hacer es trabajar sobre nuestros pensamientos distorsionados/negativos, sabiendo identificarlos y aprendiendo a cambiarlos por otros más adaptativos. Para ello, comenzaremos recordando los pensamientos negativos que vimos el otro día*”.

Se realiza esta revisión retomando la **hoja de recursos**: “Pensamientos distorsionados” y se van de nuevo leyendo en voz alta cada una de las situaciones intrapersonales e interpersonales y los posibles pensamientos negativos de los jóvenes.

Una vez finalizada esta actividad se pasa a explicar la siguiente actividad que hace referencia a cómo cambiar pensamientos distorsionados para que una vez que los jóvenes comprendan la técnica de reestructuración cognitiva, puedan cambiar los pensamientos distorsionados/negativos por otros más adaptativos para desarrollar un estilo de vida alternativo a la violencia.

→ **Hoja de recursos**: Pensamientos distorsionados

Instrucciones: lee las siguientes situaciones e identifica pensamientos distorsionados que podrían tener los protagonistas de cada una de las historias.

SITUACIÓN	PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS
Antonio es un adolescente de 16 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que tanto le gusta y que llevan todos sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada mucho, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo.	<i>“Siempre igual, nunca me quiere comprar nada de lo que le pido. Seguro que tiene el dinero, pero prefiere gastárselo en sus caprichos. ¿Qué van a decir mis amigos? Todos se van a reír de mí. Es injusto, si me quisiera tanto como dice me lo compraría. Lo hace para castigarme. Mi madre no me compra las zapatillas, no la soporto, estoy harto. Nunca me entiende. Debería tenerme más consideración.”</i>
Natalia lleva 6 meses sin consumir cannabis, desde que la policía la detuvo por consumo de drogas en el parque de su barrio. El sábado pasado sufrió un accidente de tráfico y está muy dolorida, tiene una pierna enyesada. Natalia cree que, si se fumara un porro, el dolor disminuiría y lo llevaría mucho mejor, motivo por el que comienza a fumar cannabis de nuevo.	<i>“No aguanto más, es insoportable este dolor... no es justo que me sucediera a mí este accidente... Soy estúpida, si no hubiera subido en moto... es que no lo aguanto más... pufff, debería tomar algo para calmar este dolor. Recuerdo que el cannabis dicen que lo utilizan los médicos, seguro que es bueno, además solo será por esta vez... mis padres deben entender que me fume algún porro para calmar este dolor. Todo el mundo haría lo mismo en mi situación. Mientras no me tome algo para tranquilizarme, no cambiará este dolor. Si se me pasara, no tendría que tomar nada. ¿Y si me dicen que la fractura no va bien?... Hoy el médico que me revisó parecía estar preocupado. ¡Eso es por mi pierna! Me van a tener que operar... ¡romperse una pierna es lo peor que le puede pasar a alguien!”</i>
Nerea lleva varias semanas sin beber. No sabe lo que le pasa, pero las últimas veces que había bebido alcohol se descontrolaba mucho y siempre se peleaba con alguien. Esta noche sus amigas han quedado para salir de fiesta. Nerea no pensaba ir, para evitar la tentación, pero está pensando que lo que ocurrió fue algo ocasional, que si bebe poco será capaz de controlarse. Finalmente, queda con sus amigas, consume alcohol y vuelve a pelearse con otra chica.	<i>Todo el mundo va a la fiesta, menos yo. Van a pensar que qué me ocurre, que soy fome, que parece que me gusta aguarles la fiesta, que no se puede contar conmigo para nada... Tengo que ir. O salgo con esta noche o no podré volver a quedar con ellos. Bueno, quizás pueda ir y no beber... ¡Si se les fastidia la fiesta es por mi culpa! ¿Pero cómo no voy a beber? Si vuelvo a beber algo, entonces ¿de qué habrá servido el esfuerzo de estas dos semanas? para nada. Además, si voy, seguro que me meto en líos. Pero como no vaya van a pensar que soy tonta, que no se</i>

	<i>divertirme... Bueno lo que me ocurrió la otra vez no tiene porqué repetirse, puedo tomarme algo y ya está, yo controlo. Hace ya un tiempo que no bebo así que no pasa nada por tomarme un par de cubatas." Tras la pelea: "La culpa es de esa chica, ella me provocó, siempre lo hace".</i>
Teresa ha ido de compras. El sábado tiene una fiesta y quiere deslumbrar al chico que le gusta. El problema es que ha ido comprándose cosas que no necesita para ese día y le queda poco dinero para comprar un vestido. Al pagar en una tienda unos zapatos, la cajera va a la trastienda para coger una bolsa más grande, y sin darse cuenta ha dejado la caja del dinero abierta. No hay nadie más en la tienda y Teresa observa un billete de \$20 mil que está a punto de salirse de la caja. No puede resistir la tentación, toma el billete y se lo guarda.	<i>"Por fin he tenido algo de suerte, es justo que pueda coger estos \$20 mil de la caja registradora, me lo merezco. Necesito ese dinero, si no le gusto este sábado se fijara con otra. Debería coger el dinero ya, así podré comprarme aquel vestido que tanto me gusta, con ese vestido voy a deslumbrarle. Si voy con otra ropa, no voy a gustarle. Nadie me va a ver; y si acaso me pillan no me va a pasar nada, es poco dinero. Como máximo me puede regañar la dependienta y ya está. Además, esta dependienta es una inútil. Porque robe estos \$20 mil no pasa nada. Todo el mundo lo haría en mi situación. Si mi madre me diera dinero todos los días, no tendría que estar robando. Debo tomarlo y disimular."</i>
Juan no deja de darle vueltas a lo que pasó el otro día, no se explica cómo sucedió y piensa que podría haberse metido en un gran lío. El sábado por la noche fue a la disco con sus amigos y su novia. Estando allí, un chico empezó a hablar con su novia, no había dejado de mirarla en toda la noche. Cada vez que él se alejaba, el otro aprovechaba para hablar con ella. Juan empezó a sudar, se encontraba acelerado, nervioso, pensaba que ese chico quería reírse de él, que no le caía bien, que se iba a aprovechar de su novia. Estaba inquieto, no podía parar de moverse. Su estado era tal que llegó a agredirle, dándole un empujón y advirtiéndole que no volviera acercarse a su novia.	<i>"Este tío ¿de qué va? Siempre que me separo de mi novia se acerca a hablar con ella. Es un creído, se cree que puede ligar con todas las chicas. Seguro que quiere quitarme a mi chica. ¿Se cree que puede reírse de mí?, ¿Y ella? No debería estar hablando con él: esta chica siempre está dándoles bola a los otros chicos. Parece que le gustase ponerme celoso, aunque se lo tenga dicho mil veces que no tontee con otros, al fin de semana siguiente otra vez igual. Las chicas son todas unas frescas. Mis colegas se habrán dado cuenta, por eso me dicen que soy un mamon, por no imponerme como debo".</i>
Mientras Ángel y Fernando sacaban las entradas para el concierto del sábado, Tito observa que más atrás en la cola está Rubén, el peor enemigo de su amigo Fernando. Observa que le está mirando mal y se lo comenta a Fernando. Pero Fernando no tiene ganas de pelea y pasa de él. Tito le insiste, que no puede dejar que se ría de él, que le está vacilando. Finalmente, Fernando se va hacia él y le agrede físicamente.	<i>"Que pesado, vaya donde vaya me lo tengo que encontrar, no me lo puedo quitar nunca de encima, nunca. Si finalmente viene al concierto, me lo va a arruinar. Tiene razón Tito, como me mira Rubén, me odia. Debería acabar de una vez por todas con este malentendido y enseñarle a Rubén quién soy yo. Me ha mirado y se ha reído, como no le digo nada... soy un cobarde."</i>
Laura es una joven de 15 años a la que le gusta beber alcohol los fines de semana. Habitualmente se emborracha los sábados por la tarde y frecuentemente inicia peleas con otras chicas. Además, le divierte mucho robar bolsos de otras chicas mientras bailan en la disco.	<i>Dos copas más y ya está, yo lo controlo. Hoy tengo que pillar un buen punto, porque llevo unas semanas horribles. Estas chicas son todas unas cuicas, ellas tienen plata, así que si les robo el bolso a alguna ni lo va a notar, es justo. No soporto a la gente como ellas; no saben nada de la vida; no es justo que tengan la vida resuelta. Además, fíjate como bailan, me están buscando y me van a encontrar. Mira, ya se van. En el fondo me temen.</i>

Actividad N° 3: ¿Cómo cambiar pensamientos distorsionados?

Tras finalizar el debate de la actividad previa, el monitor explica que una forma sencilla de modificar nuestros pensamientos distorsionados consiste en utilizar para su valoración el criterio de utilidad y el de evidencia. La explicación de estos criterios se incluye en la **Tabla: "Criterios para valorar pensamientos distorsionados"**. Es muy importante a la hora de aplicar estos criterios hacerlo considerando dos situaciones, como joven infractor y como no infractor, con el fin de ayudar a los participantes a aprender con claridad la diferencia que existe en la forma tan distinta de procesar dos estilos de vida contrapuestos.

→ **Tabla:** Criterios para valorar pensamientos distorsionados

1. CRITERIO DE EVIDENCIA

- *Como joven infractor:* ¿En qué me baso para pensar de esa manera?, ¿Qué pruebas tengo para pensar así?
- *Como no infractor:* ¿En qué me baso para pensar de esa manera? ¿Qué pruebas tengo para pensar así?

2. CRITERIO DE UTILIDAD

- *Como joven infractor:* ¿Qué ventajas tiene para mí ese modo de pensar?, ¿Me sirve para sentirme bien?, ¿Soy más feliz pensando de esta manera?
- *Como no infractor:* ¿Qué ventajas tiene para mí ese modo de pensar?, ¿Me sirve para sentirme bien?, ¿Soy más feliz pensando de esta manera?

El monitor comenta al mismo tiempo que apunta en la pizarra las preguntas relacionadas con cada uno de los criterios en relación a las dos condiciones de cambio: como joven infractor y como joven no infractor: *"El criterio de evidencia nos sirve para valorar qué evidencia y qué pruebas tenemos para que mantengamos ese pensamiento negativo. El criterio de utilidad nos sirve para ver las ventajas que tiene para nosotros ese modo de pensar distorsionado contrastando la vida de un joven infractor y la de un joven no infractor"*. Se trata de hacerles comprender que todo este proceso de cambio se dirige a configurar un nuevo estilo de vida alternativo a la delincuencia.

Se trabaja a continuación con los ejemplos de la **hoja de recursos** *"Aplicando los criterios para valorar pensamientos distorsionados"*. El monitor puede poner en la pizarra una columna para cada criterio (criterio de evidencia/criterio de utilidad) con dos condiciones cada uno de ellos (joven infractor/no infractor) y a los jóvenes se les pide que vayan anotando las respuestas que vayan surgiendo en el debate en la **hoja de recursos** *"Aplicando los criterios para valorar pensamientos distorsionados"* las respuestas más adecuadas.

La aplicación de esta técnica de reestructuración cognitiva se puede hacer con cada uno de los supuestos de la **hoja de respuesta** *"Pensamientos distorsionados"*. A continuación analizaremos el primer supuesto y una vez comprendida la dinámica se puede proceder con los siguientes. Para darle más realismo a estas situaciones vamos a pedir a los jóvenes que se metan en el papel del protagonista de la historia y que consideren que esas situaciones les han sucedido a ellos en algún momento de su vida. En el manual de los participantes se incluyen hojas de trabajo para cada una de las situaciones recogidas en la **hoja de respuesta:** *"Pensamientos distorsionados"*.

→ **Hoja de recursos:** Aplicando los criterios para valorar pensamientos distorsionados

Situación: Antonio es un adolescente de 16 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que tanto le gusta y que llevan todos sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada mucho, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo.

Pensamientos Distorsionados: Siempre igual, nunca me quiere comprar nada de lo que le pido. Seguro que tiene el dinero, pero prefiere gastárselo en sus caprichos. ¿Qué van a decir mis amigos? Todos se van a reír de mí. Es injusto, si me quisiera tanto como dice me lo compraría. Lo hace para castigarme. Mi madre no me compra las zapatillas, no la soporto, estoy harto. Nunca me entiende. Debería tenerme más consideración."

Emoción Resultante: Alterado, con furia interior

CRITERIO DE EVIDENCIA

¿En qué me baso para pensar de esa manera?
¿Qué pruebas tengo para pensar así?

CRITERIO DE UTILIDAD

¿Qué ventajas tiene para mí ese modo de pensar?, ¿Me sirve para sentirme bien?, ¿Soy más feliz pensando de esta manera?

Como Infractor	Como No Infractor	Como Infractor	Como No Infractor
• Es lo que siempre he pensado, cada vez que me dice que no a algo que le pido, lo hace para fastidiarme. • Pensando de esta forma me da fuerza para despreciarla y no sentir ningún cariño por ella. • Estoy acostumbrado a hacer lo que quiero y no me gusta que me lleven la contraria. • Mis amigos se van a dar cuenta que llevo unas zapatillas muy malas.	• Cuando mi madre me dice que no, estoy seguro que lo hace por mí bien y para que no pasemos apuros en casa. • Ella lleva la responsabilidad de la familia y yo tengo que aprender a no presionar a mi madre para que me dé todo lo que se me antoje. • Si tuviera un poco más de amor propio intentaría ahorrar o conseguir algún trabajo para tener mi propio dinero sin presionar y enfadar a mi madre. • Estoy seguro que mis amigos no van a despreciarme por no llevar unas zapatillas nuevas. • Soy yo el que piensa que los demás se van a reír de mí por unas simples zapatillas.	• Con mis enfados casi siempre he conseguido que mi madre me conceda lo que le pido. • Cuando mi madre acepta mis peticiones me siento muy bien porque me salgo con la mía. • Cómo siempre he pensado de esta forma, si consigo lo que me propongo me siento bien conmigo mismo.	• Como estoy acostumbrado a presionar a los demás no me fijo en cómo se sienten cuando me dicen que no. • Sólo pienso en cómo me siento yo y siempre quiero que las cosas sean inmediatas. • Realmente no he aprendido a disfrutar de las cosas consiguiéndolas por mí mismo, siempre son los demás los que satisfacen mis necesidades. • Si realmente le importo a mis amigos me apreciarán por lo que soy y no por las zapatillas que lleve.

Pensamiento re-estructurados: "Mi madre me ha dicho que no me puede comprar las zapatillas. Puede que ahora andemos mal de dinero en casa. Mi madre también está gastando menos dinero y tampoco se da gustos a sí misma. Me encantaría tener esas zapatillas pero tampoco es el fin del mundo. Puedo comprármelas más adelante. De todas formas, de nada me sirve enfadarme con ella. Sólo conseguiré que se niegue completamente a comprarme las zapatillas. Será mejor que intente negociar con ella para que me vaya dando dinero si hago alguna tarea de la casa. A veces es difícil convivir con mi madre, pero la mayoría de las veces que necesito algo, intenta ayudarme".

Emoción resultante: Más tranquilo y calmado.

Con el fin adquirir más práctica se pide a los jóvenes que de forma individual reestructuren la siguiente situación de la **hoja de recursos** “Pensamientos distorsionados”, y una vez que finalicen se hace una puesta en común y estructurando el monitor toda la información que proporcionen los jóvenes hasta completar el procedimiento.

→ **Hoja de recursos:** *Pensamientos distorsionados*

Situación: Natalia lleva 6 meses sin consumir cannabis, desde que la policía la detuvo por consumo de drogas en el parque de su barrio. El sábado pasado sufrió un accidente de tráfico y está muy dolorida, tiene una pierna quebrada. Natalia cree que, si se fumara un pito, el dolor disminuiría y lo llevaría mucho mejor, motivo por el que comienza a fumar cannabis de nuevo.

Pensamientos Distorsionados: *“No aguanto más, es insoportable este dolor... no es justo que me sucediera a mí este accidente... Soy estúpida, si no hubiera subido en moto... es que no lo aguanto más... pufff, debería tomar algo para calmar este dolor. Recuerdo que el cannabis dicen que lo utilizan los médicos, seguro que es bueno, además solo será por esta vez... mis padres deben entender que me fume un pito para calmar este dolor. Todo el mundo haría lo mismo en mi situación. Mientras no me tome algo para tranquilizarme, no cambiará este dolor. Si se me pasara, no tendría que tomar nada. ¿Y si me dicen que la fractura no va bien?... Hoy el médico que me revisó parecía estar preocupado. ¡Eso es por mi pierna! Me van a tener que operar... ¡romperse una pierna es lo peor que le puede pasar a alguien!”*

Emoción Resultante: triste, enfadada.

CRITERIO DE EVIDENCIA

¿En qué me baso para pensar de esa manera?
¿Qué pruebas tengo para pensar así?

CRITERIO DE UTILIDAD

¿Qué ventajas tiene para mí ese modo de pensar?, ¿Me sirve para sentirme bien?, ¿Soy más feliz pensando de esta manera?

Como Infractor

Como No Infractor

Como Infractor

Como No Infractor

Pensamiento re-estructurados: *“Me hubiera gustado no haberme roto la pierna pero es algo que ya no puedo cambiar. Fue un accidente. Me gustaría que me doliera menos pero tampoco es tan horrible. Podría soportarlo. He pasado situaciones peores y en esas ocasiones no necesité fumar. Por tanto, creo que ahora también podría conseguirlo. Fumar me está perjudicando mucho, ahora respiro peor, estoy más irritable y noto que me cuesta más enterarme de las cosas. Buscaré otro modo de calmar mi dolor. Hablaré con el doctor en la próxima visita. Ahora voy a intentar distraerme”.*

Emoción resultante: Más tranquila y calmada.

Actividad N° 4: Cambiando mis propios pensamientos

En esta actividad se pretende que los participantes apliquen los dos criterios a sus propios pensamientos distorsionados en relación con la situación delictiva por la que están en el centro. Para ello cada joven debe desarrollar la **Hoja de recursos: “Pasos a seguir para cambiar mis pensamientos distorsionados”**, anotando el hecho delictivo por el que están cumpliendo su condena y escribir los pensamientos característicos de esa forma de comportamiento con los sentimientos asociados y a continuación aplican los criterios para realizar una reestructuración cognitiva de sus propias distorsiones cognitivas.

→ **Hoja de recursos:** Pasos a seguir para cambiar mis pensamientos distorsionados

Instrucciones: analiza ahora tus propios pensamientos distorsionados que se relacionan con la conducta delictiva por la que estás aquí. Luego, aplica los criterios y plantea pensamientos reestructurados.

Situación:			
Pensamientos Distorsionados:			
Emoción Resultante:			
CRITERIO DE EVIDENCIA		CRITERIO DE UTILIDAD	
¿En qué me baso para pensar de esa manera? ¿Qué pruebas tengo para pensar así?		¿Qué ventajas tiene para mí ese modo de pensar?, ¿Me sirve para sentirme bien?, ¿Soy más feliz pensando de esta manera?	
Como Infractor	Como No Infractor	Como Infractor	Como No Infractor
Pensamiento re-estructurados:			
Emoción resultante:			

Una vez finalizada esta actividad el monitor explicará lo siguiente: *“hemos llegado al último paso. Como ven, es un proceso muy sencillo que se inicia con la detección e identificación de los pensamientos, luego los valoramos con los criterios y, en último lugar, los sustituimos por otros pensamientos que sean más racionales y adaptativos”*. En la **hoja de recursos**: “Pasos a seguir para cambiar pensamientos distorsionados”, se presenta un cuadro resumen de los pasos necesarios para llevar a cabo una reestructuración cognitiva.

→ **Hoja de recursos**: Pasos a seguir para cambiar pensamientos distorsionados

Detección e identificación de pensamientos distorsionados
☐
Valoración mediante criterios de evidencia y utilidad
☐
Sustitución por pensamientos alternativos útiles para vivir sin violencia

Actividad N° 5: Generalizando la técnica de reestructuración cognitiva a distintas situaciones A continuación, en la **hoja de recursos**: “Generalizando la modificación de pensamientos” se trabajan los ejemplos que se presentan y para facilitar la diferencia que existe entre estilos de vida contrapuestos se incluyen dos criterios: El primero hace referencia a la forma de pensar de los jóvenes con un estilo de vida antisocial y, el segundo, hace referencia al cambio que se intenta conseguir con este programa que los jóvenes desarrollen un estilo de vida alternativo a la delincuencia. Se contrastan los pensamientos característicos de las situaciones antisociales y se cambian por otros alternativos característicos por un estilo de vida sin delincuencia.

→ **Hoja de recursos**: Generalizando la modificación de pensamientos

Instrucciones: lee los siguientes pensamientos y plantea pensamientos alternativos como no infractor de la ley.

PENSAMIENTOS COMO INFRACTOR	PENSAMIENTOS ALTERNATIVOS COMO NO INFRACTOR
"Atracar un banco es mejor que atracar a una persona de la calle ya que los bancos tienen un seguro que cubre esas pérdidas. Ellos nunca pierden"	
"No pasa nada si me tomo un chocolate en el supermercado cuando tengo hambre y me voy sin pagarla porque seguro que a ellos no le cuesta ni la mitad de lo que me van a cobrar a mí"	
"Robar nunca es malo si no le haces daño a nadie"	
"Dos copas más y ya está, yo controlo. Hoy tengo que pillar un buen punto, porque llevo unas semanas horribles. Estas cabras son todas unas cuicas, ellas tienen plata, así que si les robo el bolso a alguna ni lo va a notar, es justo. No soporto a la gente como ellas; no saben nada de la vida; no es justo que tengan la vida resuelta"	
"Por fin he tenido algo de suerte, es justo que pueda tomar estos \$20.000 pesos de la caja registradora, me lo merezco. Necesito ese dinero. Debería tomar el dinero ya, así podré comprarme aquel vestido que tanto me gustaba, con ese vestido voy a deslumbrar. Nadie me va a ver; y si acaso me pillan no me va a pasar nada, es poco dinero. Como máximo me puede regañar la vendedora y ya está. Además, esta vendedora es una inútil. Porque robe estos \$20.000 pesos no pasa nada. Todo el mundo lo haría en mi situación. Si mi madre me diera dinero todos los días, no tendría que estar robando"	

Se finaliza esta actividad con una síntesis por parte del monitor en la que tiene que resaltar la forma de pensar de un estilo de vida de un joven infractor frente a otro que no lo es. En último lugar, de forma conjunta, se van trabajando los pensamientos distorsionados de los participantes, debatiéndose entre todos sobre aplicación de los criterios y sobre posibles pensamientos alternativos (cada participante va nombrando sus pensamientos distorsionados, expone la aplicación de los criterios y aporta pensamientos alternativos, pudiendo opinar el resto de participantes sobre cada caso).

Actividad complementaria

Para profundizar en el procedimiento enseñado, se entrega a los participantes la **hoja de recursos**: "Practicando pensamientos alternativos" y se les pide que busquen pensamientos alternativos para cada una de las situaciones que se le presentan.

→ **Hoja de recursos**: Practicando pensamientos alternativos

Instrucciones: continúa practicando. Describe los pensamientos alternativos que podrían darse ante estos ejemplos de pensamientos como joven infractor.

PENSAMIENTOS COMO INFRACTOR	PENSAMIENTOS ALTERNATIVOS COMO NO INFRACTOR
"Si alguien deja el auto abierto, está pidiendo que se lo roben"	
"Tengo que conseguir el alcohol sea como sea, cueste lo que cueste. Este chico no me va a amargar la fiesta"	

	"La chica que me ha dado el empujón lo ha hecho a propósito. No puedo quedar como un tonto, se burlarán de mí. Tengo que hacer algo"	
	"Si le pido a mi hermano el control de la tele me lo tiene que prestar"	
	"Mi hermano no me deja el celular para fastidiarme"	
	"Sólo un cobarde huiría de una pelea"	
	"Muchas personas incumplen la ley, no es tan malo"	
	"El problema de que se cometan robos es que falla la seguridad"	
	"Cuando pierdo el control es porque la gente me incita o molesta"	
	"Tengo que pegarle antes de que me pegue él a mí"	
Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.		
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. En esta sesión he comprendido que, para poder modificar mis pensamientos negativos, la secuencia que debo seguir es la siguiente: aplicar criterios de evidencia y utilidad → detectar e identificar pensamientos negativos → sustituirlos por otros pensamientos alternativos (FALSO). 2. El criterio de evidencia me sirve para valorar las pruebas que yo tengo para pensar de una determinada manera (VERDADERO). 3. Al modificar pensamientos distorsionados, me he dado cuenta de que el perfil de pensamientos de un joven infractor es diferente al de un joven no infractor (VERDADERO).	
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.	

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 MODIFICACIÓN DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS (II)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven adquiera habilidades para modificar sus distorsiones cognitivas, identificando y cambiando los pensamientos relacionados con la mantención del comportamiento delictivo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven adquiere habilidades para modificar los errores cognitivos más frecuentes. ✓ El/la joven identifica y cambia los pensamientos distorsionados relacionados con el comportamiento antisocial/delictivo. ✓ El/la joven práctica las estrategias aprendidas a través de diversas situaciones.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE MATERIALES	✓ Hoja de recursos: Practicando la detención de pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Otras posibilidades para controlar los pensamientos negativos. ✓ Hoja de recursos: Situaciones en las que puedo tener pensamientos distorsionados. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión, continuación de la anterior, seguiremos dotando a los participantes de una serie de estrategias básicas para el control de las distorsiones cognitivas que se relacionan con el desarrollo de comportamientos antisociales. Para ello, a través de diversos ejemplos ficticios y de los propios participantes, practicaremos técnicas como la detención del pensamiento, estableciendo futuras situaciones posibles para su uso y recordándoles, además, el uso potencial de otras estrategias vistas en módulos previos. Los conceptos claves a trabajar en esta sesión serán: ✓ Pensamientos distorsionados/erróneo: explicaciones y justificaciones que damos a los acontecimientos de nuestra vida y que tienen consecuencias negativas. ✓ Técnicas cognitivas: conjunto de estrategias diseñadas para identificar y modificar el contenido de los pensamientos de un joven, modificando los que sean negativos por otros más racionales y adaptativos. ✓ Pensamientos alternativos: pensamientos que generamos para interpretar una situación concreta de forma alternativa a como se venía haciendo.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisan las hojas del proceso de sustitución de pensamientos negativos por otros más adaptativos, atendiendo a una adecuada identificación de los pensamientos, aplicación de los criterios y sustitución de los pensamientos negativos. Actividad N° 2: Detención del pensamiento En esta actividad se pretende que los participantes aprendan y practiquen el procedimiento de la detención del pensamiento. Antes de realizar la actividad en sí, se revisará todo el proceso aprendido para la modificación de pensamientos distorsionados, a través del contenido traído en la actividad 4 de la sesión anterior (hoja de recursos "Pasos a seguir para

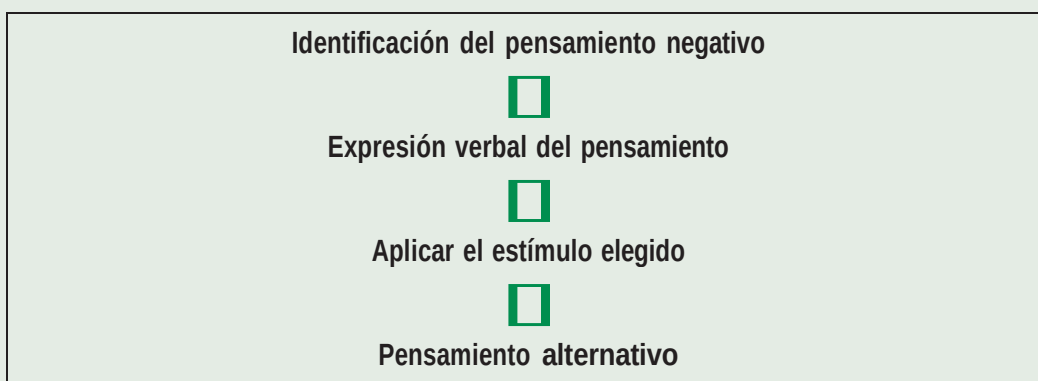
cambiar pensamientos distorsionados”), analizando alguno de los ejemplos descritos en dicha actividad (**hoja de recursos: “Modificando pensamientos”**).

Una vez realizado el resumen del proceso, el monitor introduce el tema de la presente actividad de la siguiente manera: *“además del proceso que vimos en la sesión anterior, existen otras estrategias sencillas que nos ayudan a controlar nuestros pensamientos erróneos. Una de ellas se conoce como detección del pensamiento. ¿Qué les dice este nombre, en que creen que consiste esta técnica?”*

Se deja un tiempo para que los participantes vayan contestando y luego el monitor explica el contenido de la **Tabla: “Detención del pensamiento”**. *“Esta técnica se basa en el hecho de que un estímulo suficientemente potente atraerá la atención sobre él, haciendo que se deje de prestar atención a los pensamientos negativos. Ese estímulo potente puede ser un acto sencillo, una palabra concreta, etc. que debemos determinar antes de poner en práctica la estrategia. Para ello seguiremos los siguientes puntos (el monitor los apunta en la pizarra):*

1. Identificar la aparición de estos pensamientos.
2. Una vez identificados los pensamientos negativos hay que expresarlos verbalmente.
3. Aplicar el estímulo que se va a utilizar para detener el pensamiento.
4. Generar pensamientos alternativos y/o realizar tareas distractoras”.

→ **Tabla:** Detención del pensamiento



A continuación, el monitor practica con los participantes el desarrollo de la técnica. Como estímulo se podría elegir, por ejemplo, una palabra sencilla (por ejemplo, STOP). La situación para practicar podría ser la siguiente: *“imagina que estás en el parque con tus amigos sentados en un banco. Enfrente de ustedes hay otro grupo de chicos que están tomando y están algo alterados. Empiezan a meterse con ustedes, los insultan y a ti, personalmente, te dicen que eres una gallina. Tus amigos te dicen que no tengas miedo, que son unos tontos y que deberías darles su merecido. Entonces, piensas que no puedes dejar que se rían de ti así, que vas a quedar mal, que tienes que enfrentarte a ellos”*. Tras ponerse en situación, los participantes deberán identificar los pensamientos distorsionados y aplicar el estímulo elegido, así como plantear pensamientos alternativos o tareas a realizar en ese momento.

El monitor comenta: *“lo importante es que utilicen estímulos que sean válidos para ustedes, es decir, si en vez de utilizar la palabra STOP les resulta más sencillo dar un golpe con el pie al suelo o con la mano en una mesa, deben utilizar lo que sea más fácil de hacer para ustedes. También deben tener en cuenta que no es lo mismo hacerlo en casa o aquí, tranquilamente, que hacerlo en la calle, donde deben buscar actos más sutiles, como un elástico en la muñeca que les permita dar un pequeño latigazo. ¿Qué otro estímulo se les ocurre que podrían utilizar? (se van anotando las respuestas en la pizarra para que cada participante elija el que más se ajuste a su situación)”*.

Seguidamente, el monitor enfatiza lo siguiente: *“no tienen que olvidar que igual de importante que detener el pensamiento distorsionado es sustituirlo después por otro alternativo. Es decir, una vez que aplicamos el estímulo elegido, tenemos que sustituir ese pensamiento distorsionado por otro más adaptativo o iniciar alguna actividad o tarea que nos distraiga de dicho pensamiento”*.

A continuación, se les entrega la **hoja de recursos**: “Practicando la detención de pensamientos negativos” y se pide a los participantes que respondan a las preguntas señaladas y que describan el procedimiento de la detención del pensamiento, indicando los pensamientos alternativos o tareas distractoras que se podrían aplicar. En el último ejemplo, además, deberán describir ellos mismos la situación de su caso concreto en la comisión del delito actual.

→ **Hoja de recursos:** Practicando la detención de pensamientos negativos

Instrucciones: lee los ejemplos y responde a las preguntas que aparecen a continuación.

Situación 1: Estás jugando un partido de fútbol. El partido es de máxima rivalidad ante el equipo contrario por cercanía. En un momento del partido chocas con un jugador (tu marcador) el cual está constantemente haciéndote “entradas” sin que el árbitro las considere sancionables. En una de ellas, insultas a tu contrincante creando un enfrentamiento de empujones entre ambos equipos. Una vez calmada la situación, tú eres el único expulsado y eres recriminado por el entrenador y tus compañeros por tu forma de comportarte. Ante tal respuesta, abandonas el estadio desconcertado con la reacción de tus compañeros y te llevas el dinero que han obtenido de la venta de las entradas.

¿Qué pensamientos negativos pudiste tener?

Describe la aplicación de la detención del pensamiento en este caso, indicando los pensamientos alternativos o actividades que podrías hacer.

Situación 2: Eres un estudiante de 2do año de enseñanza media al que le cuesta mucho estudiar. Tras comprometerte en pasar de curso, en el segundo semestre te presentas a las pruebas sin que en ellos se vea reflejado el esfuerzo que has hecho. Tus profesores te comentan que las técnicas de estudio que utilizas puede que no estén dando el resultado esperado. Ante tal afirmación, te sientes molesto y no dudas en tirar uno de tus libros contra tu profesor.

¿Qué pensamientos negativos pudiste tener?

Describe la aplicación de la detención del pensamiento en este caso, indicando los pensamientos alternativos o actividades que podrías hacer.

Mi caso:

¿Qué pensamientos negativos pudiste tener?

Describe la aplicación de la detención del pensamiento en este caso, indicando los pensamientos alternativos o actividades que podrías hacer.

Finalmente, se debate de forma conjunta sobre las dos primeras preguntas, trabajándose de forma individual el procedimiento de la detención del pensamiento en los dos casos ficticios y en el caso real.

Actividad N° 3: Otras posibilidades

Esta dinámica se dirige, principalmente, a plantear la posibilidad de poder utilizar otras estrategias enseñadas en otros módulos pero que también podrían encontrar cabida en el control de pensamientos negativos.

Para ello, se pregunta a los participantes que si, además de los procedimientos trabajados, conocen la existencia o se les ocurre alguna otra idea para poder cambiar nuestros pensamientos negativos. Las ideas se van apuntando en la pizarra. Finalmente, se les explica que también podemos ayudar a controlar nuestros pensamientos mediante las estrategias recogidas en la **hoja de recursos**: “Otras posibilidades para controlar los pensamientos negativos”.

→ **Hoja de recursos**: Otras posibilidades para controlar los pensamientos negativos

ESTRATEGIA	UTILIDAD
Relajación, respiración	Centramos nuestra atención en el estado de relajación, por lo que bloqueamos el pensamiento negativo.
Auto-instrucciones	Detenemos el pensamiento negativo mediante otro más positivo y adaptativo que nos sirve de guía para manejar esa situación.
Auto-refuerzo	Nos damos un refuerzo verbal (“lo has conseguido, eres genial”) cuando logramos cambiar un pensamiento negativo o cuando, de forma anticipada, detenemos el pensamiento distorsionado y lo sustituimos por otro más adecuado.

En base al ejemplo personal descrito por cada participante en la actividad previa, se pide que vayan poniendo ejemplos de estos procedimientos. Dependiendo del tiempo requerido, podría ponerse en práctica algunos de los procedimientos descritos por los participantes.

Actividad N° 4: Mirando hacia el futuro

Para finalizar se ha pensado en realizar una actividad que ayude a los jóvenes a tomar conciencia de la aplicación de estas técnicas de reestructuración cognitiva tanto en situaciones íntimas como en otro tipo de situaciones. Se pretende que planifiquen posibles situaciones de riesgo en las que pueden surgir pensamientos distorsionados/negativos en diversos ámbitos de su vida, diferenciando cómo aplicar cada procedimiento en cada contexto. Tras explicar esta idea, se entrega la **hoja de recursos**: “Situaciones en las que puedo tener pensamientos distorsionados” y se les pide que la rellenen. Finalmente, se exponen las ideas y se hace una conclusión final.

→ **Hoja de recursos**: Situaciones en las que puedo tener pensamientos distorsionados

Instrucciones: piensa en qué otras situaciones puedes tener pensamientos distorsionados y contesta a las siguientes preguntas.

1. **¿En qué situaciones puedo volver a tener mis pensamientos negativos?**
 - ❖ Personal:
 - ❖ Con mi familia:
 - ❖ Con mis amigos:
 - ❖ Con mis compañeros de estudio o de trabajo:
 - ❖ En la calle, con algún desconocido:
 - ❖ En el programa:
2. **¿Puedo aplicar los procedimientos aprendidos de igual manera estando en mi casa o en mi habitación que estando en medio de la calle o en el parque?**
 - ❖ ¿Cuáles cambiarían?
 - ❖ ¿Qué parte de los procedimientos debería cambiar?
 - ❖ ¿Cuáles podría aplicar de igual manera?

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. La detención del pensamiento consiste simplemente en identificar mis pensamientos negativos y pararlos mediante una palabra o gesto (FALSO). 2. La relajación o respiración no van a ayudarme a controlar mis pensamientos negativos, son estrategias para tranquilizarme y esto no puede influir en mis pensamientos (FALSO). 3. Con el aprendizaje de técnicas para modificar mis pensamientos negativos he comprendido que, lo más importante de todo, es sustituir mis pensamientos negativos por otros alternativos (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



MÓDULO Nº 5

“MODIFICACIONES DE HÁBITOS AGRESIVOS”



OBJETIVO

Que el/la joven analice el inicio y consolidación de sus actos delictuales desarrollando estrategias de cambio de comportamiento antisocial.

Desde el ámbito de la psicología, la explicación del comportamiento delictivo se ha centrado en el análisis de los factores de riesgo, que hacen que un/a joven sea más propenso a desarrollar este tipo de conductas desviadas que suelen iniciarse en la infancia, se consolidan en la adolescencia, y se generalizan en el inicio de la juventud. Estas conductas desviadas, en su inicio suelen manifestarse de forma esporádica pero a medida que se siguen repitiendo se van consolidando y generalizando hasta que la vida de un/a adolescente gira en torno a ellas.

La investigación sobre carreras delictivas o criminología del desarrollo concibe la delincuencia en conexión con las diversas etapas vitales por las que pasa el individuo, especialmente durante los períodos de su infancia, adolescencia y juventud (Benson 2006, Farrington 2008). Se considera que muchos/as jóvenes realizan actividades antisociales de manera estacional, durante la adolescencia, pero que las abandonan pronto de modo “natural”. Sin embargo, la prioridad para el análisis psicológico son los delincuentes “persistentes” que constituyen un pequeño porcentaje de jóvenes, que tienen un inicio muy precoz en el delito y van a cometer muchos y graves delitos durante períodos largos de su vida (Howell, 2003).

Es por esto que en el presente módulo el joven va a analizar el proceso mediante el cual se adquiere, desarrolla y mantiene el comportamiento antisocial/delictivo, desarrollando la deshabitación psicológica de la conducta antisocial/delictiva, tanto para la fase de búsqueda como para la de comisión de un acto delictivo, mediante la aplicación de técnicas de exposición y de modificación del estilo de vida⁶.

⁶ Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 CARACTERIZACIÓN DEL COMPORTAMIENTO AGRESIVO: ADQUISICIÓN Y DESARROLLO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca el concepto de agresión, comprendiendo los procesos por los cuales se inicia y desarrolla el comportamiento agresivo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce el concepto de agresión y su aplicación a delitos contra las personas y la propiedad. ✓ El/la joven comprende el proceso global mediante el cual se inicia y desarrolla un comportamiento agresivo. ✓ El/la joven analiza el proceso psicológico mediante el cual se inicia y desarrolla un comportamiento agresivo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumón.
CARPETA DE MATERIALES	✓ Hoja de recursos: Concepto de agresión. ✓ Hoja de recursos: Aplicando el concepto de agresión. ✓ Hoja de recursos: Caracterización del comportamiento agresivo. ✓ Hoja de recursos: Características de mi comportamiento agresivo. ✓ Hoja de recursos: ¿Cómo se aprende la agresión? ✓ Hoja de recursos: Consecuencias de la conducta agresiva. ✓ Hoja de recursos: ¿Por qué se mantiene mi comportamiento agresivo? ✓ Hoja de recursos: ¿Por qué he aprendido a comportarme de forma agresiva? ✓ Hoja de recursos: Analizando contingencias de conductas agresivas. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión se pretende que los participantes tomen conciencia sobre la ocurrencia de conductas antisociales/delictivas y cómo se desarrollan en cada una de las dos fases características de un comportamiento delictivo como son la fase de búsqueda y la de comisión del delito. Nos centraremos, fundamentalmente, en aquellos delitos que tienen como denominador común el desarrollo de conductas agresivas hacia la propiedad y/o hacia las personas. Para ello, se revisará de forma breve y a nivel teórico el concepto de agresión y luego se aplicarán dichos conceptos a la situación concreta de cada participante. Además, se analizarán los principales factores que influyen en el desarrollo de este tipo de comportamientos. Los conceptos principales a trabajar en esta sesión son: ✓ Agresión: cualquier conducta que tiene como objetivo causa daño a la persona a la que se dirige. Puede ser verbal, física o sexual. ✓ Adquisición: pasos necesarios a seguir para aprender cualquier comportamiento. En la delincuencia estas conductas son desviadas por apartarse de lo esperable socialmente. ✓ Mantenimiento: proceso mediante el cual se consolida un determinado comportamiento. En el caso de la delincuencia se refiere a comportamientos de los/as jóvenes que por su repetición a los largo del tiempo se configuran como un estilo de vida desviado socialmente. ✓ Refuerzo: es la relación que se establece entre una conducta y la consecuencia que produce, favoreciendo que ésta vuelva a repetirse.

DESCRIPCIÓN

Actividad N° 1: ¿Qué es la agresión?

Esta actividad tiene por objetivo que los jóvenes tomen conciencia de las diversas formas que tiene de manifestarse un comportamiento agresivo. Se empieza la actividad con el análisis del comportamiento agresivo en dos supuestos y, a continuación, se pide a los participantes que recuerden, de nuevo, los hechos delictivos que hayan cometido y por los que están aquí. Se trabaja con los jóvenes en la **hoja de recursos: “Concepto de agresión”** y se van exponiendo las distintas formas y características que tiene este tipo de comportamiento.

→ **Hoja de recursos:** “Concepto de agresión”

Agresión: Es cualquier secuencia de conductas cuyo objetivo es causar daño a la persona a la que se dirige.

El comportamiento agresivo puede clasificarse de la siguiente forma:

1. Naturaleza de la agresión:

- ✓ Agresión verbal, por ejemplo, insultos, amenazas, humillaciones, desprecios, gritar, hacer rabiar a alguien.
- ✓ Agresión física, por ejemplo, puñetazo, patadas, empujones, bofetadas, usar cuchillo o armas contra alguien.
- ✓ Agresión sexual, por ejemplo, obligar a alguien a tener una relación sexual cuando no quiere, obligar a mantener una relación sexual sin preservativo, obligar a una persona a mantener sexo oral o anal cuando no quiere, amenazar o usar la fuerza contra alguien para mantener una relación sexual.

2. Por la intencionalidad:

- ✓ Directa: ataque directo contra alguna persona que por el daño causado la convierte en víctima. Por ejemplo, golpes, heridas, insultos, amenazas, gritos, patadas.
- ✓ Indirecta: ataque indirecto contra alguna persona que por el daño causado la convierte en víctima, cuando se destruye su propiedad o se difunde una imagen distorsionada. Por ejemplo, difamaciones, hablar mal a sus espaldas, destrucción de objetos personales, de propiedades, pincharle las ruedas del auto.

3. Por la forma:

- ✓ Reactiva: el objetivo principal es dañar a la víctima. Este tipo de agresión es más impulsiva. Por ejemplo, empujar, insultar, amenazar, humillar.
- ✓ Proactiva: además de dañar a la víctima, se pretende resolver un problema u obtener algún beneficio.

Este tipo de agresión es más premeditada y planificada. Por ejemplo, golpear a una persona para robarle, pelearse para demostrar que se es superior o para sentirse valorado, destrozarse cosas o pegar a alguien por diversión, amenazar a alguien para que haga lo que yo quiero.

A continuación se aplican los conceptos teóricos a distintas conductas agresivas realizadas por los jóvenes para que entiendan la dimensión de su comportamiento y la relación con el entorno. Se trabaja la **hoja de recursos: “Aplicando el concepto de agresión”** con un supuesto sencillo, realizándose la actividad entre todos los miembros del grupo.

→ **Hoja de recursos:** Aplicando el concepto de agresión.

Daniel tiene 15 años y ha sido castigado dos fines de semana sin salir de casa. Dice que no soporta a su hermana pequeña de 12 años y comenta que es una niña malcriada y que cada vez que la ve no puede resistir el impulso de insultarla, tirándola del pelo o dándole alguna que otra patada. Además, a Daniel le encanta espiar su habitación, destrozándole su póster preferido cada vez que su hermana lo arregla como puede. También cuenta a sus amigos que es muy mentirosa y que no se siente querido por ella desde un día que estaba enferma con fiebre y sus padres le pidieron que la cuidara, pero la dejó sola cuando lo llamó un amigo para que fueran a jugar fútbol. Cuando sus padres llegaron a casa la encontraron en un estado de deshidratación como consecuencia de la fiebre y tuvieron que llevarla a urgencias.

Se va comentando con los jóvenes el supuesto de Daniel asegurándonos de que entiendan los conceptos explicados mediante los ejemplos recogidos en la historia. Una vez leído el caso, el monitor plantea las preguntas de la **Tabla: "Preguntas sobre el supuesto de Daniel"**.

→ **Tabla: Preguntas sobre el supuesto de Daniel**

- ¿Qué conductas agresivas observas en Daniel y qué tipo constituyen cada una? Insultar (verbal, directa, reactiva), tirar del pelo (física, directa, reactiva), patadas (física, directa, reactiva), destrozar el póster (física, indirecta, reactiva), contar que es una mentirosa (verbal, indirecta, reactiva), dejarla sola cuando estaba enferma (pasiva).
- ¿Hay alguna forma de agresión pasiva? (dejarla sola cuando estaba enferma)
- Antes de todo lo que les he explicado, ¿realmente creían que estos comportamientos eran agresivos? ¿Qué les ha hecho cambiar de opinión?
- ¿Quién sufre las consecuencias de la agresión de Daniel?
- ¿Y sus padres? (por el hecho de que su hermana se deshidrate y peligre su salud).

Se finaliza esta actividad con una síntesis sobre el concepto de agresión y su clasificación.

Actividad N° 2: ¿Es mi comportamiento agresivo?

En esta actividad vamos retomar las características de los hechos antisociales de los jóvenes que se han descrito en la sesión 1 del Módulo 1 y a lo largo del todo el programa.

El monitor indica a los jóvenes que rellenen la **hoja de recursos: "Caracterización del comportamiento agresivo"**, pidiéndoles que describan los hechos antisociales cometidos por ellos, tanto por los que están en el programa (o cumpliendo medida en la actualidad) como otros previos, y analizándolos en este caso como conductas agresivas. Para facilitar la tarea los dos primeros supuestos hacen referencia a hechos hipotéticos relacionados cada uno con situaciones de agresión de tipo intrapersonal e interpersonal. Si los jóvenes ya han verbalizado en sesiones anteriores sus delitos o conductas agresivas se puede empezar la tarea haciendo una puesta en común, recordando en voz alta cada uno su situación concreta, y el monitor les ayudará a describir con todo tipo de detalle las características conductuales de un acto agresivo.

Una vez finalizada la presentación de la actividad, se les indica que anoten su caso concreto a continuación en la **hoja de recursos: "Caracterización del comportamiento agresivo"**.

→ **Hoja de recursos:** Caracterización del comportamiento agresivo

Instrucciones: describe los comportamientos agresivos que observas en los supuestos y en tu caso personal.

SITUACIONES	DESCRIPCIÓN
1. Antonio es un adolescente de 16 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que le gusta y que llevan sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada mucho, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo.	
2. Pedro le ha pedido a su hermano que le deje sus zapatillas nuevas, pero le ha dicho que no. Discute con él, le parece injusto pues él siempre le deja todo lo que le pide. Pero su hermano no cede. Pedro se enfada mucho, no se lo esperaba. Al final, Pedro acaba dando un puñetazo a su hermano.	
3. Describe los hechos transgresores por los que estás aquí.	
4. Describe otros hechos antisociales que hayas cometido anteriormente.	

A continuación se hace una clasificación de los hechos delictivos de cada joven según las características de la agresión vistas en la **hoja de recursos**: “*Concepto de agresión*”. Se pide a los jóvenes que vayan exponiendo sus situaciones y luego entre todos los miembros del grupo vayan analizando los distintos comportamientos agresivos.

Se finaliza esta actividad con una síntesis por parte de cada joven en la que tienen que escribir las características de su comportamiento agresivo en la **hoja de recursos**: “*Características de mi comportamiento agresivo*”, describiendo las características del mismo en función de todo lo aprendido.

→ **Hoja de recursos**: Características de mi comportamiento agresivo

Instrucciones: piensa en todo lo que hemos analizado y describe cómo es realmente tu comportamiento agresivo.

Actividad N° 3: ¿Cómo se desarrolla el comportamiento agresivo?

En esta actividad se pretende que los participantes, una vez que han tomado conciencia de la existencia de actos agresivos en su comportamiento habitual, comprendan cómo se han podido desarrollar esas conductas. Para ello, el monitor puede introducir la actividad de la siguiente manera: “*una vez que hemos visto que podemos estar realizando actos agresivos con conductas aparentemente normales, vamos a ver qué factores pueden influir en que esas conductas se vuelvan a repetir*”. Se trabaja con la **hoja de recursos**: “*¿Cómo se aprende la agresión?*” y se les explica dos conceptos fundamentales:

→ **Hoja de recursos**: ¿Cómo se aprende la agresión?

A continuación, se trabaja entre todos las situaciones descritas en la **hoja de recursos**: “*Consecuencias de la conducta agresiva*” y se resalta la importancia que tiene haber tenido éxito y cómo la repetición hace más probable que se vayan consolidando y repitiendo cada vez con mayor frecuencia esta forma de comportarse.

→ **Hoja de recursos:** Consecuencias de la conducta agresiva

Instrucciones: analiza las posibles consecuencias (ejemplo, reforzamiento positivo y reforzamiento negativo) que han tenido las conductas agresivas que se describen y explica la relación entre conducta agresiva y la consecuencia que producen.

SITUACIONES	¿QUÉ CONSECUENCIAS TIENEN ESTAS CONDUCTAS?
Pegarle a un profesor porque me ha dicho que soy un irresponsable por portarme mal en clase y no hacer las tareas.	
Dar una patada a un compañero porque dice que soy niña y que no tengo valor para hacer un lanzazo en la calle.	
Insultar o faltar el respeto a mis padres cuando me apagan el computador cuando estoy jugando en Internet.	
Robar un computador en la casa de alguien sin ser descubierto.	

Tras realizar los ejemplos, el monitor sintetiza los conceptos de reforzamiento positivo y negativo y los explica de la siguiente forma: *“como ven, el motivo principal por el que una conducta agresiva se sigue repitiendo es por las consecuencias que produce para el que la realiza. Este hecho se conoce como refuerzo positivo y se explica cómo el proceso mediante el cual un determinado comportamiento se ve reforzado, es decir, aumenta la probabilidad de que vuelva a ocurrir y a repetirse por las consecuencias que tiene. Los refuerzos positivos pueden ser cosas materiales o la realización de actividades agradables (por ejemplo, dinero, jugar a la Wii y a los videojuegos, comprar ropa de marca), reconocimiento social (por ejemplo, ser considerado el mejor en el grupo de amigos, una alabanza, tener la sensación de poder). Por ejemplo, cuando pego a un compañero, el resto de la clase me anima y me elogia por haberlo hecho, gano fama entre mis compañeros. O cuando robo y obtengo una cantidad de dinero suficiente para comprar lo que quería.*

El otro proceso importante que también hace que uno siga comportándose de forma inadecuada se conoce como refuerzo negativo, que consiste en deshacerse de algo que es desagradable. Por ejemplo, cuando pego a un compañero y evito que él me pegue a mí o cuando me escapo de casa por la noche para evitar el castigo que me pusieron mis padres”.

A continuación, se les entrega la **hoja de recursos** “¿Por qué se mantiene mi comportamiento agresivo?”, explicándoles que deben indicar en cada una de las situaciones personales vistas en la Actividad N° 2 de esta sesión, cuáles han sido las consecuencias para que se siguieran realizando ese tipo de comportamientos agresivos, especificando si ha sido por un reforzamiento positivo o negativo.

→ **Hoja de recursos:** ¿Por qué se mantiene mi comportamiento agresivo?

Instrucciones: analiza de nuevo los supuestos de la actividad N° 2 indicando qué tipo de reforzamiento ha influido en cada caso.

SITUACIONES	DESCRIPCIÓN DEL COMPORTAMIENTO AGRESIVO	REFUERZO POSITIVO	REFUERZO NEGATIVO
1. Antonio es un adolescente de 16 años cuya familia tiene muchos problemas económicos y no puede comprarle la ropa de marca que le gusta y que llevan sus amigos. Tras insistir a su madre para que le compre unas zapatillas que desea y ante la negativa de ésta a comprárselas, Antonio se enfada mucho, se pone muy nervioso y da un gran empujón a su madre, que cae al suelo.			

2. Pedro le ha pedido a su hermano que le deje sus zapatillas nuevas, pero le ha dicho que no. Discute con él, le parece injusto pues él siempre le deja todo lo que le pide. Pero su hermano no cede. Pedro se enfada mucho, no se lo esperaba. Al final, Pedro acaba dando un puñetazo a su hermano.			
3. Describe los hechos transgresores por los que estás aquí.			
4. Describe otros hechos antisociales que hayas cometido anteriormente.			

Una vez finalizada esta actividad, los jóvenes deben escribir en la **hoja de recursos** “¿Por qué he aprendido a comportarme de forma agresiva?” los motivos por los que esta forma de comportarse ante determinadas situaciones de su vida se ha mantenido a lo largo de los años y se está consolidando como una forma de entender su relación con el mundo en el que vive.

→ **Hoja de recursos** ¿Por qué he aprendido a comportarme de forma agresiva?

Instrucciones: indica los motivos por los que crees que tu comportamiento agresivo se ha podido mantener en el tiempo.

Mi comportamiento agresivo se ha desarrollado de forma repetida por factores como:

Actividad N° 4: Actividad complementaria

Se pide a los participantes que para la próxima sesión analicen las situaciones que se plantean en la **hoja de recursos**: “Analizando consecuencias de conductas agresivas”. Se hace una síntesis del concepto de consecuencia como la relación que se establece entre una conducta, en este caso agresiva, y sus consecuencias. Por ejemplo, si doy un empujón a alguien que me mira con mala cara, la contingencia estaría establecida por la relación entre la persona que me mira mal y mi conducta de empujarla. En este caso “el empujón que le doy” elimina un estímulo aversivo como es que “me miren con mala cara” que es desagradable para mí. Por tanto, estaríamos hablando de un reforzamiento negativo. Se pide a los miembros del grupo que analicen para la próxima sesión las dos situaciones que se le plantean en función de la relación existente entre lo que hace el joven y lo que consigue con lo que hace.

→ **Hoja de recursos:** Analizando consecuencias de conductas agresivas

SITUACION	DESCRIPCIÓN DE LA CONDUCTA AGRESIVA	REFUERZO POSITIVO	REFUERZO NEGATIVO
1. Laura es una joven de 15 años a la que le gusta beber alcohol los fines de semana. Se emborracha los sábados por la tarde y suele iniciar peleas con otras chicas. Además, le divierte mucho robar los bolsos de otras chicas mientras bailan en la disco.			
2. Juan está en el parque jugando con la pelota nueva que le han regalado recientemente. Su hermano Javier, sin que Juan se dé cuenta, le quita la pelota y se pone él a jugar. Juan no lo piensa y se dirige a Javier dándole una patada.			

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Sea cual sea el comportamiento agresivo que yo realice, el objetivo fundamental va a ser hacer daño a otra persona (VERDADERO). 2. Mi comportamiento agresivo se va a repetir o va a desaparecer en función de las consecuencias que yo obtenga con el mismo (VERDADERO). 3. Un refuerzo positivo de mi comportamiento agresivo implica que yo evito algo desagradable con la realización de la conducta agresiva (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 2

CARACTERIZACIÓN DEL COMPORTAMIENTO AGRESIVO MANTENIMIENTO

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca el inicio, desarrollo y consolidación del comportamiento agresivo, planteando alternativas para romper con el desarrollo de las mismas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven reconoce que todo comportamiento, incluido el agresivo, tiene un inicio, un desarrollo y una consolidación o mantenimiento. ✓ El/la joven analiza la evolución del comportamiento agresivo desde su inicio hasta la actualidad. ✓ El/la joven plantea alternativas para romper las cadenas de conducta que conducen al desarrollo de comportamientos agresivos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Papelógrafo o pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE MATERIALES	✓ Hoja de recursos: Cómo se ha desarrollado mi conducta agresiva. ✓ Hoja de recursos: Evolución de distintas conductas agresivas. ✓ Hoja de recursos: Planteando conductas agresivas. ✓ Hoja de recursos: Buscando alternativas a la agresión en una situación intrapersonal. ✓ Hoja de recursos: Buscando alternativas a la agresión en una situación interpersonal. ✓ Hoja de recursos: Buscando alternativas a la agresión para la conducta transgresora por la que estoy aquí. ✓ Hoja de recursos: Generalizando el aprendizaje de búsqueda de alternativas. ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para que los participantes comprendan el modo en que su comportamiento agresivo ha evolucionado hasta la actualidad, en primer lugar, se pretende que entiendan que su agresividad ha ido evolucionando con el tiempo debido a que las motivaciones para comportarse así han ido cambiando también. Por ello, la forma de agredir tanto a personas como a objetos es diferente en la actualidad en comparación con cómo se producía con anterioridad. Los parámetros de la respuesta agresiva han ido cambiando con su repetición: inicialmente estas conductas tenían una frecuencia baja y la gravedad de las mismas era mínima. Con el tiempo se fueron produciendo con mayor frecuencia y la gravedad también ha ido aumentando. Con los ejercicios planteados se pretende conseguir comparar los motivos o consecuencias para comportarse de forma agresiva desde hace un tiempo a como se produce en la actualidad. Intentaremos enseñar a los jóvenes que el comportamiento humano si se sigue realizando, cada vez es más complejo y difícil de cambiar. Esta forma de comportarse configura un estilo de vida que deja una profunda huella en nuestro cerebro al haberse repetido muchas veces durante días, semanas, meses y años. A medida que esa forma agresiva de comportarse va cambiando, también cambian los motivos o consecuencias que producen para el que lo hace. Por eso, si no se interviene para cambiar esta forma de comportamiento la vida de un adolescente que se ha iniciado en la comisión de hechos delictivos será seguir realizando esas conductas transgresoras que cada vez son más graves y harán que ese joven acabe en un centro penitenciario.

Con los ejercicios planteados para la sesión se intenta explicar cómo las conductas agresivas se inician, desarrollan y consolidan a lo largo del tiempo. Se analizará qué características tenían en su inicio, qué elementos fueron incorporando, cómo se manifiestan en la actualidad y qué consecuencias (por ejemplo, refuerzo positivo, refuerzo negativo) están manteniéndolas.

Finalmente, el monitor irá guiando todo el proceso de autoanálisis del comportamiento agresivo de los jóvenes y, mediante un debate dará ocasión a los participantes a desarrollar una serie de alternativas a sus respuestas de agresividad con el fin de que puedan utilizarlas en diferentes contextos de su vida.

Los conceptos principales a trabajar en esta sesión son:

- ✓ **Agresividad:** cualquier conducta que tiene como finalidad causar daño a la persona a la que se dirige. Puede ser verbal, sexual o física.
- ✓ **Aprendizaje:** es el proceso mediante el que adquirimos conocimientos, habilidades, actitudes o valores, mediante el estudio y/o las vivencias que se hayan tenido.
- ✓ **Mantenimiento:** proceso mediante el cual diversos factores favorecen la ocurrencia repetida y a lo largo del tiempo de un determinado comportamiento.
- ✓ **Refuerzo:** es la relación que se establece entre una conducta y la consecuencia que produce, favoreciendo que se vuelva a repetir.

DESCRIPCIÓN

Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria

Se revisa la tarea complementaria de la sesión anterior resaltando los mecanismos mediante los que se aprende una conducta agresiva.

Actividad N° 2: Aprendizaje y desaprendizaje

Con esta actividad se pretende comprender que todos nuestros comportamientos que desarrollamos a lo largo de nuestra vida se deben a procesos de aprendizaje.

El monitor explica: *“aprendimos a comer, a vestirnos, aprendimos a tener cuidado en sitios peligrosos para no hacernos daño. Con la experiencia fuimos trasformando y dando forma a esos aprendizajes. Por ejemplo: para jugar al fútbol, lo primero fue saber dar patadas a la pelota y ser capaces de dirigirlo hacia un arco. Después nos dimos cuenta que era necesario desarrollar otras habilidades para mejorar nuestro juego como saber regatear, sacar la pelota y coordinarnos con los demás y, con el paso del tiempo y con la práctica gradual, fuimos perfeccionando nuestras capacidades hasta conseguir jugar perfectamente. A lo largo de ese proceso aprendimos a diferenciar conductas adecuadas de juego de las inadecuadas (por ejemplo, agarrar a los compañeros, hacer zancadillas, etc.)”.*

Para ver si han comprendido la idea, se hace entrega de la **hoja de recursos**: *“Cómo se ha desarrollado mi conducta agresiva”* y les pedimos que rellenen el cuadro. El monitor realizará con ellos los dos primeros ejemplos y luego les pedirá que analicen sus conductas agresivas desde la adquisición hasta el mantenimiento.

→ **Hoja de recursos:** *Cómo se ha desarrollado mi conducta agresiva*

SITUACIÓN CON CONDUCTA AGRESIVA	INICIO O ADQUISICIÓN	CONSOLIDACIÓN O MANTENIMIENTO
Conducta agresiva con reforzamiento positivo	Robar bolsos en la calle para obtener dinero, amenazando con una cuchilla.	Robar a personas, en tiendas, bencineras, casas, autos, etc. con cuchilla o pistola.
Conducta agresiva con reforzamiento negativo	Insultar a una persona que me mira de forma desafiante para que deje de mirarme y no me sienta molesto.	Insultar y agredir físicamente a otras personas en situaciones en las que me siento molesto/a o disgustado/a.

Conductas características de mi conducta transgresora actual.		

Actividad N° 3: Evolución de la agresión

Esta actividad se dirige a que los participantes comprendan que las conductas agresivas, para que se sigan realizando, tienen una motivación que las hace cada vez más complejas. Para ello se trabajan los ejemplos de la **hoja de recursos**: “Evolución de distintas conductas agresivas” y la actividad se puede realizar entre todos los miembros del grupo dirigiendo el monitor la actividad y apuntando en la pizarra las respuestas. La última fila se refiere al comportamiento antisocial por el que cumplen medida en la actualidad. Sólo se rellenará cuando ese comportamiento no se englobe dentro de alguna de las categorías previas o cuando su carácter revista especial gravedad o importancia.

El monitor explica: “las consecuencias de una conducta son las que van a motivar que se sigan repitiendo desde su inicio hasta el momento actual, por eso a la hora de analizar por qué se mantiene una conducta agresiva, hay que analizar qué es lo que pretendemos conseguir con su realización”.

Una de las preguntas que se puede plantear a los participantes del grupo puede ser: ¿por qué se ha mantenido mi conducta agresiva a lo largo de los años?, ¿qué conseguía con ella y que sigo consiguiendo en la actualidad?

→ **Hoja de recursos**: Evolución de distintas conductas agresivas

CONDUCTAS	EDAD INICIO	¿QUÉ CONSEGUÍA CON ELLOS?	EDAD ACTUAL	¿QUÉ CONSIGO AHORA?
Robos a personas y en tiendas.	12	Objetos deseados	16	Objetos deseados, admiración de mis amigos. Impresionar a chicas.
Agresiones a personas cuando estaba enojado/a.				
Humillaciones a compañeros o personas que me caen mal.				
Incumplimiento de normas en el colegio, en casa o en el programa.				
Desafiar a los profesores, educadores, tutores, etc.				
Consumir drogas				
Mi conducta antisocial				

Actividad N° 4: Alternativas a los comportamientos agresivos

La importancia de analizar en sus detalles el comportamiento agresivo desde su inicio hasta su mantenimiento en el momento actual consiste en que los jóvenes tomen conciencia de los pasos que han ido dando a lo largo del tiempo y así estar en condiciones de poder desarrollar estrategias que le ayuden a generar comportamientos alternativos a la agresión desde el inicio de ésta hasta el momento actual.

Para ello el monitor explica: “como ya conocemos cómo funciona nuestro comportamiento agresivo, ahora vamos a buscar alternativas para aprender a cambiarlo por otro alternativo y más adaptativo para un adecuado funcionamiento personal y social”.

Para conseguir realizar este ejercicio en la **hoja de recursos**: “*Planteando conductas agresivas*”, en primer lugar, se describe una situación intrapersonal que ha llevado a una conducta agresiva, en segundo lugar, otra relacionada con una situación interpersonal y, por último, la propia conducta antisocial de cada joven en el momento que cometieron el delito por el que están aquí. Se describen en la columna de la derecha las mismas conductas en pasos sucesivos separados con un guion hasta que llegamos a la conducta agresiva. Se incluye un primer ejemplo analizado. Para medidas cautelares, se analizarán los supuestos hechos u otros previos.

→ **Hoja de recursos**: Planteando conductas agresivas

Instrucciones: analiza la cadena de conducta para cada supuesto tal y como has hecho con el primer ejemplo.

SITUACIÓN TRANSGRESORA	CADENA DE CONDUCTA EN PASOS SUCESIVOS O ESLABONES
1. Jorge lleva 6 meses fuera del CRC. Está acudiendo a terapia de grupo y está muy contento y motivado. Hoy se ha levantado muy animado, hoy cobra su sueldo y va a ir a comprarle un regalo a su polola porque es su cumpleaños. Tras salir de terapia de grupo, va al banco para sacar dinero y se lleva una gran desilusión, pues todavía no le han depositado el sueldo. Piensa en pedirle dinero prestado a uno de sus mejores amigos y va a buscarlo. Su amigo vive en el barrio donde solía robar, allí es muy fácil hacerlo. Mientras lo espera, ansioso, no deja de pensar en que no le puede fallar a su polola, se enfadaría mucho si no le regala nada. El problema es que su amigo no puede prestarle dinero. Saliendo de casa de su amigo, decide robar el bolso a una señora mayor que pasa por su lado. Aunque no ha servido para nada, pues la señora no llevaba más que \$1.000 pesos en el monedero. Vuelve a casa sin comprar el regalo. Su polola advierte que algo le ha pasado, pero él lo niega, motivo por el que discuten.	(1) → Al levantarse, pensar en comprar un regalo a su polola tras cobrar su sueldo → (2) ir a terapia de grupo y al salir dirigirse al banco a cobrar su sueldo, experimentando una gran desilusión al ver que no le han depositado el dinero → (3) ir a una zona de alto riesgo para el desarrollo de comportamientos delictivos donde vive un amigo al que pedirle dinero → (4) piensa que no puede fallar a su polola en su cumpleaños, se siente nervioso → (5) su amigo no puede prestarle dinero y decide robar a alguien → (6) se fija en una señora mayor que pasa por su lado → (7) le roba el bolso → (8) vuelve a casa sin comprar el regalo → (9) su polola advierte que ha pasado algo malo → (10) discuten ante su negativa.
2. Sergio y sus amigos han salido a dar una vuelta por las afueras de su barrio. Se lo están pasando bien, comienzan a pintar en paredes viejas y tirar piedras a los focos de la calle. La noche sería perfecta y la excitación máxima si se colaran en la casa del viejo Pepe y le robaran la moto para darse una vuelta. Lo piensan, se animan y acaban entrando en su garaje para robar la moto y salir conduciendo a toda velocidad.	
3. Describe los hechos antisociales por los que estás aquí:	

Una vez que se han comentado y descrito en cadenas de conducta los tres ejemplos, ahora intentamos buscar alternativas para cada uno de los ejercicios propuestos. En la **hoja de recursos**: “*Buscando alternativas a la agresión en una situación intrapersonal*”, “*Buscando alternativas a la agresión en una situación interpersonal*” y “*Buscando alternativas a la agresión para la conducta transgresora por la que estoy aquí*”, se pide a los miembros del grupo que piensen en alternativas distintas que tenía disponibles el joven a la conducta agresiva que ha

realizado en cada uno de los ejemplos anteriores. Se puede hacer en grupo los dos primeros ejemplos y de forma individual el tercer supuesto y el caso concreto de cada uno, anotándose en la **hoja de recursos**: *"Buscando alternativas a la agresión para la conducta transgresora por la que estoy aquí"*.

Una vez finalizada la búsqueda de alternativas en los dos primeros ejemplos, a continuación se puntúa cada una de las alternativas en cada uno de los pasos utilizando una escala de "0" a "10", considerando ¿cuál sería la mejor de ellas para un joven que está aprendiendo a vivir sin delincuencia? El paso siguiente consistirá en escribir una alternativa de comportamiento uniendo las mejores alternativas en cada uno de los pasos enumerados (las que obtengan una puntuación igual o mayor a 8).

El monitor finaliza la sesión planteando a todo el grupo cuáles serían las condiciones que harían más probable el que pudieran en un futuro responder a las situaciones de agresión personal tanto en situaciones intrapersonales como interpersonales siguiendo los pasos enumerados a lo largo de la sesión.

→ **Hoja de recursos**: Buscando alternativas a la agresión en una situación intrapersonal

Instrucciones: piensa y describe las alternativas que podrían plantearse para cada eslabón de conducta.

Situación: Jorge lleva 6 meses fuera del CRC. Está acudiendo a terapia de grupo y está muy contento y motivado. Hoy se ha levantado muy animado, hoy cobra su sueldo y va a ir a comprarle un regalo a su polola porque es su cumpleaños. Tras salir de terapia de grupo, va al banco para sacar dinero y se lleva una gran desilusión, pues todavía no le han depositado el sueldo.

Piensa en pedirle dinero prestado a uno de sus mejores amigos y va a buscarlo. Su amigo vive en el barrio donde solía robar, allí es muy fácil hacerlo. Mientras lo espera, ansioso, no deja de pensar en que no le puede fallar a su polola, se enfadaría mucho si no le regala nada. El problema es que su amigo no puede prestarle dinero. Saliendo de casa de su amigo, decide robar el bolso a una señora mayor que pasa por su lado. Aunque no ha servido para nada, pues la señora no llevaba más que \$1.000 pesos en el monedero. Vuelve a casa sin comprar el regalo. Su polola advierte que algo le ha pasado, pero él lo niega, motivo por el que discuten.

CONDUCTA AGRESIVAS EN PASOS O ESLABONES	ALTERNATIVAS A CADA PASO O ESLABON DE LA CADENA	0 - 10
1) Al levantarse, pensar en comprar un regalo a su polola tras cobrar su sueldo.	1) <i>Planificar la compra del regalo otro día</i> 2) <i>Pensar en la posibilidad de hacer un tipo de regalo distinto, como escribir una carta de amor, hacerle una pulsera de hilo, etc.</i>	6 10
2) Ir a terapia de grupo y al salir dirigirse al banco a cobrar su sueldo, experimentando una gran desilusión al ver que no le han depositado el dinero.	1) <i>Mantener la calma, lo puedo comprar otro día</i> 2) <i>Comprender que los que depositan su sueldo necesitan su tiempo y a lo mejor yo me he anticipado en un día</i>	5 7
3) Ir a una zona de alto riesgo para el desarrollo de comportamientos delictivos donde vive un amigo al que pedirle dinero tentación	1) <i>Quedar con su amigo en otro sitio para evitar la tentación.</i> 2) <i>Pensar que su amigo anda mal de dinero y aprender a resolver mis problemas de otra forma</i> 3) <i>Al estar con su amigo preocuparse por él y preguntarle cómo le va la vida y explicarle los cambios que estoy consiguiendo con la terapia</i>	8 7 9

4) Piensa que no puede fallar a su polola en su cumpleaños, se siente nervioso	1) Si le explico lo que ha pasado, lo entenderá 2) Siempre existe la posibilidad de que un regalo que se compra con dinero muchas veces no es la mejor solución, sino que es mejor hacer algo por uno mismo	7 9
5) Su amigo no puede prestarle dinero y decide robar a alguien	1) Decirse a sí mismo que está optando por la solución más fácil	9
6) Se fija en una señora mayor que pasa por su lado	1) Cuando se acerca a ella pensar que le va a dar un susto muy grande y se va a sentir muy mal por ser egoísta y no saber cómo hacer un regalo distinto a su polola 2) Pensar cómo se sentiría él si cuando cobre su sueldo alguien le roba el dinero	7 9
7) Le roba el bolso	1) Al dar el tirón y con el bolso en la mano pensar que está tirando por tierra todo lo que ha trabajado, darse cuenta y devolver lo robado pidiendo disculpas 2) Preguntarse ¿puede uno ser tan feliz haciendo un regalo distinto sin necesidad de tener que robar a alguien?, ¿puedo devolverle el bolso a la señora?, ¿cómo me sentiría si fuese capaz de poner en práctica esta alternativa?	10 10

Mi forma alternativa de comportamiento no transgresor sería:

- 1) Siempre existe la posibilidad de que un regalo que se compra con dinero muchas veces no es la mejor solución, sino que muchas veces es mejor hacer algo por uno mismo.
- 2) Comprender que los que hacen la nómina necesitan su tiempo y a lo mejor yo me he anticipado en un día.
- 3) Al estar con su amigo preocuparse por él y preguntarle cómo le va la vida y explicarle los cambios que estoy consiguiendo yendo a terapia.
- 4) Cuando toma la decisión de robar decirse a sí mismo que está optando por la solución más fácil y que es la forma que ha aprendido para resolver sus problemas.
- 5) Pensar cómo se sentiría él si cuando cobre la nómina alguien le vigila y cuando salga del cajero automático le roba con una cuchilla.
- 6) En el momento de dar el tirón y con el bolso en la mano pensar que está tirando por tierra todo lo que ha trabajado, darse cuenta y devolver lo robado pidiendo disculpas por haberlo hecho.
- 7) Preguntarse ¿puede uno ser tan feliz haciendo un regalo distinto sin necesidad de tener que robar a alguien?, ¿puedo devolverle el bolso a la señora?, ¿cómo me sentiría si fuese capaz de poner en práctica esta alternativa?

→ **Hoja de recursos:** Buscando alternativas a la agresión en una situación interpersonal

Instrucciones: piensa y describe las alternativas que podrían plantearse para cada eslabón de conducta.

Situación: Sergio y sus amigos han salido a dar una vuelta por las afueras de su barrio. Se lo están pasando bien, comienzan a pintar en paredes viejas y tirar piedras a los focos de la calle. La noche sería perfecta y la excitación máxima si se colaran en la casa del viejo Pepe y le robaran la moto para darse una vuelta. Lo piensan, se animan y acaban entrando en su garaje para robar la moto y salir conduciendo a toda velocidad.

CONDUCTA AGRESIVAS EN PASOS O ESLABONES	ALTERNATIVAS A CADA PASO O ESLABON DE LA CADENA	0-10
1) Salir a dar una vuelta con los amigos por las afueras del barrio	1) <i>Ir al cine, hacer alguna actividad</i> 2)	
2) Se divierte pintando paredes viejas y tirando piedras a los focos de la calle.	1) <i>Pasear o jugar a algún juego divertido</i> 2)	
3) Piensa que sería muy excitante entrar en la casa de Pepe	1) 2)	
4) Planifica entrar en la casa y robar la moto	1) 2)	
5) Roba la moto	1) 2)	
<i>Mi forma alternativa de comportamiento no transgresor sería:</i>		

→ **Hoja de recursos:** Buscando alternativas a la agresión para la conducta transgresora por la que estoy aquí

Instrucciones: piensa y describe las alternativas que podrían plantearse para cada eslabón de la cadena de conductas y puntúa de "0" a "10" cada una de las alternativas tomando como referencia el aprendizaje de conductas alternativas a la agresión.

Situación:		
CONDUCTA AGRESIVAS EN PASOS O ESLABONES	ALTERNATIVAS A CADA PASO O ESLABON DE LA CADENA	0 - 10
1)	1) 2)	
2)	1) 2)	
3)	1) 2)	
4)	1) 2)	
5)	1) 2)	
6)	1) 2)	
7)	1) 2)	
8)	1) 2)	
<i>Mi forma alternativa de comportamiento no transgresor sería:</i>		

Otra tarea alternativa podría consistir en ver una película en la que puedan observarse comportamientos agresivos y analizarlos siguiendo el esquema planteado.

Actividad complementaria

Con el fin de afianzar la comprensión del proceso de inicio, desarrollo y consolidación/mantenimiento de los comportamientos agresivos, se recomienda como tarea complementaria que valoren un nuevo ejemplo de comportamiento agresivo. Deberán analizarlo, primero, en cadenas de conducta y, en segundo lugar, buscando alternativas de comportamiento distintas para cada paso o eslabón de la cadena de conducta, tal y como se ha hecho con los ejercicios previos. En la **hoja de recursos**: “Generalizando el aprendizaje de búsqueda de alternativas”, se presenta el ejemplo que deberán rellenar los participantes para la siguiente sesión.

En este caso concreto se le pide que piensen en un plan de acción para llevar a cabo la alternativa final al comportamiento agresivo que se describe en la tarea.

→ En la **Hoja de recursos**: Generalizando el aprendizaje de búsqueda de alternativas

Instrucciones: piensa y describe las alternativas que podrían plantearse para cada eslabón de la cadena de conductas. Puntúa de “0” a “10” cada una de las alternativas tomando como referencia el aprendizaje de conductas alternativas a la agresión. Al final, uniendo todas las alternativas que tienen en cada paso la puntuación más alta, se unen entre sí y se elabora un plan de acción alternativo a la conducta agresiva original.

Situación: Natalia lleva 6 meses sin consumir Marihuana, desde que la policía la detuviera por consumo de drogas en el parque de su barrio. El sábado pasado sufrió un accidente de tráfico y está muy dolorida, tiene una pierna quebrada. Natalia sabe que, si se fumara un pito, el dolor disminuiría y lo llevaría mucho mejor, motivo por el que comienza a fumar Marihuana de nuevo. Como tiene la pierna enyesada, no puede salir de casa y sale a fumar al balcón. Ayer, su madre la pilló fumando y empezó a recriminarle su comportamiento. Natalia se enfada mucho, pues su madre debería entender su situación, pero no es así. Ante sus reclamos, Natalia enfurece y pega a su madre con la muleta.

CONDUCTA AGRESIVAS EN PASOS O ESLABONES	ALTERNATIVAS A CADA PASO O ESLABON DE LA CADENA	0-10
1)	1) 2)	
2)	1) 2)	
3)	1) 2)	
4)	1) 2)	
5)	1) 2)	
6)	1) 2)	
7)	1) 2)	
8)	1) 2)	

Mi forma alternativa de comportamiento no transgresor sería:

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Da igual que cambien las consecuencias o los motivos, mi comportamiento agresivo actual va a seguir siendo el mismo que cuando se inició (FALSO). 2. Al igual que cualquier conducta, mi comportamiento agresivo ha evolucionado a lo largo del tiempo, transformándose en una conducta más compleja y, por tanto, más fácil de cambiar (FALSO). 3. Plantear alternativas no agresivas a cada uno de los eslabones de conducta de mi comportamiento agresivo me permite desarrollar un patrón de comportamiento alternativo o contrario a la agresión (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual MIESP

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3 DESHABITUACIÓN DEL COMPORTAMIENTO AGRESIVO (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca situaciones intrapersonales e interpersonales asociadas al desarrollo del comportamiento antisocial/delictivo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El joven reconoce situaciones intrapersonales e interpersonales asociadas al comportamiento antisocial/delictivo. ✓ El joven analiza la conexión existente entre estas situaciones y el desarrollo de comportamientos antisociales/delictivos. ✓ El joven practica pensamientos y emociones alternativos al comportamiento antisocial/delictivo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE MATERIALES	✓ Hoja de recursos "Mis situaciones intrapersonales e interpersonales de violencia". ✓ Hoja de recursos "Rompiendo la asociación entre situaciones y conductas antisociales". ✓ Hoja de recursos "Practicando un estilo de vida no infractor". ✓ Hoja de recursos "Me comprometo a realizar un cambio en mi estilo de vida". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión se busca que los/as participantes aprendan a deshabituarse o romper la conexión psicológica existente entre sus conductas agresivas y las situaciones que las producen, de forma que cada vez que tengan que afrontar o se encuentren inmersos en esos contextos puedan dar respuestas no agresivas y mucho más adaptativas para aprender a vivir sin violencia, en esta sesión, empezaremos desarrollando un listado de situaciones personales en las que la forma habitual de responder consiste en utilizar comportamientos agresivos como los que hemos analizado. En segundo lugar, se plantearán algunos supuestos para poner en práctica el análisis de situaciones desencadenantes. En último lugar, los participantes analizarán sus propias situaciones de la jerarquía, analizándolas en términos de pensamientos y emociones y se expondrán a las mismas practicando respuestas alternativas. Los conceptos principales a trabajar en esta sesión son: ✓ Deshabitación: proceso mediante el cual dejamos de asociar una determinada conducta con unas situaciones concretas, de tal manera que cuando se produzcan esas situaciones, la conducta no volverá a ocurrir. ✓ Exposición: estrategia psicológica a través de la cual nos enfrentamos a aquellas situaciones que nos generan miedo, ansiedad, o cualquier tipo de comportamiento desadaptativo.
DESARROLLO	Actividad Nº 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el análisis de la cadena de conductas que llevan a la agresión en el supuesto planteado, analizando tanto los eslabones de conducta descritos como las alternativas a cada uno de los mismos y, finalmente, se revisan los planes de acción alternativos al comportamiento agresivo.

Actividad N° 2: Mis situaciones

En esta actividad lo que se pretende es que los participantes elaboren una jerarquía de situaciones tanto intrapersonales como interpersonales en las que han aprendido a responder de forma agresiva o antisocial. Pueden ser situaciones pasadas o presentes, del día a día, en las que ellos saben que van a comportarse de forma agresiva porque siempre lo han hecho así. Si no son capaces de recordar esas situaciones se puede consultar la “Escala de episodios agresivos en jóvenes para situaciones intrapersonales e interpersonales”.

El monitor explica: “lo que hemos visto hasta el momento en este módulo es que el comportamiento agresivo, al igual que cualquier otra conducta, se aprende. Este aprendizaje sigue unas fases que se conocen como inicio/adquisición, desarrollo y mantenimiento o consolidación. Por lo tanto, el siguiente paso sería ver cuáles son las situaciones intrapersonales e interpersonales en las que es más probable que cada joven se comporte de forma violenta”.

Para ello, intentaremos identificar tres situaciones intrapersonales y tres interpersonales de la historia de cada joven y se listan en la hoja de recursos “Mis situaciones intrapersonales e interpersonales de violencia”.

→ **Hoja de recursos** “Mis situaciones intrapersonales e interpersonales de violencia”

Instrucciones: describe las tres situaciones intrapersonales y las tres situaciones interpersonales en que consideras que es más probable que te comportes de manera agresiva o antisocial.

Tipo de Situación	Descripción de la situación
Intrapersonales	1.
	2.
	3.
Interpersonales	1.
	2.
	3.

Actividad N° 3: Analizando mis situaciones

En esta actividad elegimos una situación de cada categoría de la hoja de recursos “Mis situaciones intrapersonales e interpersonales de violencia” (“Escala de episodios agresivos en jóvenes en situaciones intrapersonales e interpersonales”) y se desarrollan una serie de estrategias que den lugar a una forma alternativa de respuesta de afrontamiento. El monitor comenta: “a esta altura del programa ya somos capaces de analizar pensamientos y sentimientos asociados al comportamiento agresivo para cada una de las situaciones descritas previamente. A continuación vamos a analizar dos situaciones una perteneciente a la categoría intrapersonal y otra a la interpersonal y vamos a desarrollar formas alternativas de pensar, sentir y comportarse en esa situación”.

Para ello en la hoja de recursos “rompiendo la asociación entre situaciones y conductas antisociales” se trabaja con los jóvenes las alternativas a la conducta antisocial y a continuación se plantea un debate entre todos sobre: ¿qué puedo hacer yo para romper la conexión existente entre las situaciones descritas y la conducta antisocial asociada a ellas? La respuesta necesariamente requiere que se sigan los siguientes pasos: a) buscar alternativas a los pensamientos, sentimientos y conducta agresiva; b) explicar a los jóvenes el concepto de deshabitación o ruptura de la asociación entre la conducta antisocial en sus distintas manifestaciones (pensamientos, sentimientos y conducta) y las situaciones intrapersonales

e interpersonales en las que desarrolla su vida cotidiana, c) qué estrategias de intervención se pueden adoptar, de todas las que hemos visto hasta ahora, para conseguir que con la práctica diaria consigan establecer una nueva asociación entre estas situaciones cotidianas y la conducta no delictiva y, d) poner en práctica las alternativas planteadas considerando que el cambio se consigue repitiendo el comportamiento alternativo una y otra vez hasta que el joven siente que esa nueva forma de comportarse es consonante con su nuevo estilo de vida.

El monitor hace con los participantes un primer ejemplo de cada categoría y el resto de situaciones las analizan los participantes de forma individual.

→ **Hoja de recursos** “Rompiendo la asociación entre situaciones y conductas antisociales”

Tipo	Situación	Pensamientos	Emociones	Conducta
Delictiva	En la disco una persona me empuja y me da vuelta la bebida encima.	“Lo ha hecho a propósito, quería reírse de mí y dejarme en ridículo”	Rabia, ira, enfado.	Le insulto y le doy una cachetada.
No delictiva	En la disco una persona me empuja y me da vuelta la bebida Encima.	“No me ha visto, ha sido sin querer”, “le puede pasar a cualquiera”.	Tranquilidad	Hablo con la persona y acepto sus disculpas.

Esta actividad se completa con un plan de acción personal durante las próximas semanas en el que el joven hará una programación diaria para practicar las conductas alternativas características de un estilo de vida no delincuente. Para ello, en la hoja de recursos “Practicando un estilo de vida no infractor” deberá exponerse a la realización de esas actividades al menos durante 15 minutos y puntuar en una escala de “0” a “10” cómo cree que ha realizado la nueva forma de comportarse y el grado de placer experimentado. Se sigue practicando con todas las situaciones de la Hoja de recursos “Rompiendo la asociación entre situaciones y conductas antisociales”.

→ **Hoja de recursos** “Practicando un estilo de vida no infractor”

CONDUCTA NO DESVIADA	HORA DEL DÍA Y LUGAR PARA PRACTICAR	¿CÓMO LA HE REALIZADO? (0 – 10)	GRADO DE PLACER (0 – 10)

Actividad Nº 4: Actividad complementaria

Con el fin de practicar un estilo de vida alternativo a la agresión cada joven deberá seguir practicando al menos durante las dos próximas semanas conductas no delictivas tal como se ha especificado en la **hoja de recursos**: “Practicando un estilo de vida no infractor”. El monitor resaltará la importancia que tiene practicar estas actividades con el fin de romper la asociación aprendida durante años entre las situaciones de su vida que previamente desencadenaban comportamientos antisociales/delictivos.

Para que aumente la probabilidad de que se realice con éxito este tipo de actividades sería recomendable realizar un contrato conductual tal como se especifica en la **hoja de recursos**: “*Me comprometo a realizar un cambio en mi estilo de vida*”, enumerando las conductas que va a practicar, en qué momentos del día y durante cuánto tiempo.

	→ Hoja de recursos “Me comprometo a realizar un cambio en mi estilo de vida” Instrucciones: rellena el siguiente compromiso de cambio especificando los comportamientos no desviados que vas a practicar, así como los horarios para su realización. Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Un paso importante para poder cambiar mi comportamiento antisocial es conocer en qué situaciones suele ocurrir (VERDADERO). 2. Para romper la asociación entre mi comportamiento antisocial y las situaciones de mi vida diaria, lo único que debo hacer es buscar alternativas para las conductas transgresoras (FALSO). 3. Los pensamientos asociados a mi comportamiento antisocial cambiarán cuando cambien mis conductas transgresoras (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 4 DESHABITUACIÓN DEL COMPORTAMIENTO AGRESIVO (II)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven sea capaz de identificar y analizar conductas de búsqueda del delito, generando nuevas alternativas de respuesta para consolidar un estilo de vida no infractor.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica y analiza conductas de búsqueda del delito. ✓ El/la joven se expone a situaciones asociadas con las conductas de búsqueda para generar nuevas alternativas de respuesta. ✓ El/la joven practica las conductas alternativas para consolidar un estilo de vida no infractor.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz y Lápices de colores. ✓ Mapa de su barrio o comuna.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales. ✓ Hoja de recursos: Actividades de ocio prosocial. ✓ Hoja de recursos: Mi compromiso personal para desarrollar actividades alternativas a la transgresión. ✓ Hoja de recursos: Mapa del territorio donde viven los participantes (desarrollado por cada programa). ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Generalmente, los jóvenes infractores tienen un estilo de búsqueda del delito específico, que suele variar en función del tipo de acto antisocial que cometen. Aunque no suelen especializarse en un tipo específico de delitos y lo más normal es que sean versátiles, sin embargo, suele darse una preferencia en la comisión de un tipo de delitos frente a los demás. Así, por ejemplo, si un joven comete delitos contra las personas de forma más frecuente, en un momento dado puede cometer delitos contra la propiedad, dependiendo de las posibilidades que tenga en cada caso para delinquir. Lo más probable es que en la fase de elaboración de un delito se vayan especializando cada vez más en la comisión de un acto antisocial concreto que puede llevar asociado otras formas de comportamiento características de otra tipología delictiva. En realidad, se produce una generalización con el tiempo de los comportamientos antisociales a distintas formas de delinquir, ya que estas conductas se ven mantenidas por las consecuencias que producen. Para ello, se trabajará a nivel cognitivo los mapas de ruta para la comisión de un hecho antisocial, exponiéndose a los mismos para romper la asociación aprendida entre estos contextos y la conducta transgresora. Si intervenimos en esta primera fase de elaboración del delito estaremos incrementando la probabilidad de que el joven aprenda a romper la secuencia de conductas que empiezan meses, semanas y días antes de poner en marcha la comisión de uno o varios actos desviados. Una vez que el joven sea capaz de reconocer cuáles son sus mapas cognitivos del delito, se les entrenará en el desarrollo de mapas alternativos y, finalmente, se creará un repertorio de comportamientos incompatibles con la desviación. Los conceptos principales a trabajar en esta sesión son: ✓ Deshabitación psicológica: proceso mediante el cual se deja de asociar una determinada conducta con las situaciones en las que se produce.

	✓ Exposición: estrategia psicológica mediante la cual se hace frente a situaciones que generan miedo, ansiedad o cualquier otro tipo de comportamiento desviado. ✓ Conducta de búsqueda del delito: secuencia de comportamientos que se aprenden para dar lugar a la comisión de un comportamiento antisocial/ delictivo.																	
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa cómo han realizado los jóvenes las actividades programadas para desarrollar conductas alternativas al delito a lo largo de la última semana. El monitor enfatiza la importancia que tiene realizar estos comportamientos alternativos como una forma de modificar el estilo de vida por uno más adaptativo e incompatible con la delincuencia. Actividad N° 2: Identificando zonas del barrio o de la ciudad en que he cometido mis actos antisociales y/o delictivos Con esta actividad se pretende ayudar al joven a identificar, en primer lugar, sus propios comportamientos antisociales/delictivos en los últimos tres años e identificar los tres más importantes. Para ello se pueden retomar sus propios comportamientos delictivos analizados en las sesiones anteriores y a continuación se les pide que identifiquen las zonas características de su barrio o ciudad en que los han cometido en la hoja de recursos: “Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales”. Se retoma la hoja de recursos: “Mis situaciones intrapersonales e interpersonales de violencia” y se identifican las zonas de su barrio o ciudad en que hayan realizado ese tipo conductas. → Hoja de recursos: Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales Instrucciones: describe las tres situaciones intrapersonales y las tres situaciones interpersonales en que consideras que es más probable que te comportes de manera agresiva o antisocial. Luego describe qué comportamientos transgresores desarrollaste y las zonas de tu barrio o ciudad en las que los desarrollabas. <table><tr><th>TIPO DE SITUACIÓN</th><th>DESCRIPCIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS</th><th>ZONAS DEL BARRIO O CIUDAD EN QUE SE REALIZAN</th></tr><tr><td rowspan="3">Conductas de violencia en situaciones intrapersonales.</td><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td rowspan="3">Conductas de violencia en situaciones interpersonales</td><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr></table> El monitor puede tomar alguno de los hechos antisociales de uno de los jóvenes del grupo y, después de hacer una descripción precisa de los hechos o conductas que ha realizado el joven para transgredir la ley. El monitor también intenta describir cómo ha elaborado el delito y a continuación escribe en la pizarra este ejemplo siguiendo el siguiente esquema: - Situación en que se ha producido el hecho. - Cómo ha sido la elaboración previa del delito. - Conductas o hechos que ha realizado el joven y que se consideran actos antisociales. - Que describa la zona de su barrio o ciudad en la que ha realizado este tipo de conductas.	TIPO DE SITUACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS	ZONAS DEL BARRIO O CIUDAD EN QUE SE REALIZAN	Conductas de violencia en situaciones intrapersonales.	1.		2.		3.		Conductas de violencia en situaciones interpersonales	1.		2.		3.	
TIPO DE SITUACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS	ZONAS DEL BARRIO O CIUDAD EN QUE SE REALIZAN																
Conductas de violencia en situaciones intrapersonales.	1.																	
	2.																	
	3.																	
Conductas de violencia en situaciones interpersonales	1.																	
	2.																	
	3.																	

Una vez que hayan comprendido el procedimiento se les pide que rellenen la **hoja de recursos**: “*Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales*”, sobre todo las zonas del barrio o ciudad en que hayan realizado ese tipo de conductas antisociales. Se deja que los participantes aporten algún ejemplo propio.

Actividad N° 3: Dibujando el mapa de mi barrio y/o ciudad en la que he cometido mis conductas transgresoras

Una vez que conozcamos los comportamientos antisociales más característicos de los jóvenes, a continuación deben dibujar un mapa del barrio y/o de la ciudad en que los hayan realizado. El monitor dará a cada uno de los participantes una hoja en blanco y les indicará que deberán dibujar, aproximadamente, el mapa de su ciudad y/o de su barrio y que coloreen las rutas características para cada uno de los comportamientos transgresores en colores diferentes para cada uno de ellos, siguiendo la descripción realizada para cada comportamiento delictivo de la **hoja de recursos**: “*Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales*”.

Una vez que han dibujado los mapas de forma individual con sus rutas delictivas, cada uno de los participantes va explicando en voz alta sus rutas favoritas para realizar conductas que conducen a la comisión de un delito. El monitor puede preguntar a cada joven qué características tiene su forma de buscar el delito y entre todos los miembros del grupo pueden plantear alternativas de conducta para romper la asociación entre esos contextos y el hecho delictivo.

Lo más importante de esta actividad consiste en que los participantes tengan una visión general sobre cómo se inserta su conducta desviada en el entorno en el que viven.

Actividad N° 4: Exposición en imaginación a mis rutas de búsqueda del delito

En esta actividad el monitor retomará el contenido de la hoja de recursos: “*Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales*”, y ante cada una de ellas se hará una exposición en imaginación y el monitor pedirá a cada uno de los jóvenes que sigan el siguiente procedimiento:

- Leer la primera escena delictiva de la tabla.
- Identificarla en el mapa que han dibujado.
- Cerrar los ojos e imaginarse la última vez que han realizado ese comportamiento, intentando ponerse en la escena e identificando sus pensamientos, cómo se sentían en esa situación y cómo fueron realizando las conductas antisociales descritas.
- El monitor intenta que los jóvenes se pongan en escena con el máximo de realismo y les va dando señales para que se mantengan concentrados.

Se les va pidiendo que verbalicen en voz alta cómo se sienten en esa situación y con qué grado de realismo la están viviendo. Por ejemplo, que digan en una escala de “0” a “10” cómo lo viven (siendo “0” una experiencia poco vívida y “10” una experiencia muy vívida). La exposición a esa situación dura aproximadamente el tiempo necesario hasta que los jóvenes van perdiendo intensidad en la vivencia. Se pueden hacer paradas y retomar la escena tantas veces como sea necesario para que tengan una prueba de realidad sobre la fuerza que tiene este tipo de comportamientos desviados.

Esta actividad se va haciendo con cada una de las escenas de la **hoja de recursos**: “*Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales*” a lo largo de varias sesiones hasta que cada joven haya sido capaz de visualizar sus situaciones y tomar conciencia de cómo funcionamos cuando nos ponemos de nuevo en las escenas en las que se ha cometido el delito.

Para facilitar el desarrollo de esta actividad, el monitor, primero, se asegura de que todos los jóvenes hayan completado la **hoja de recursos** “*Identificando las zonas geográficas de mis actos antisociales*” y luego cada uno de los participantes va visualizando su propia escena.

Actividad N° 5: Diseñando actividades alternativas al comportamiento antisocial en mi barrio y/o ciudad

Con esta actividad se pretende conseguir que los jóvenes aprendan a desarrollar actividades alternativas al comportamiento antisocial en su barrio y/o ciudad. Para ello, se les entrega una hoja en blanco y, de nuevo, se les pide dibujen un mapa de su barrio y/o ciudad y que intenten diseñar al menos 4 actividades alternativas al comportamiento antisocial que guarden relación con la forma de utilizar el ocio en el entorno en el que viven. Se puede utilizar algún ejemplo de las actividades de ocio prosocial que se especifican en la **hoja de respuestas**: “*Actividades de ocio prosocial*”.

Diseñan en el mapa de su ciudad la ruta en la que desarrollarán esas actividades y las escribirán al final de la tabla. Luego propondrán cuándo piensan realizarlas y con qué frecuencia. Si esta actividad la comprende y la desarrolla de forma frecuente, estaremos ayudándoles a desarrollar una nueva concepción de su entorno asociada con actividades alternativas al mundo de la delincuencia.

→ **Hoja de respuestas:** Actividades de ocio prosocial

- Ir a un pub, bar o cafetería a tomar un café o una bebida
- Estar en la calle, plaza o parque con los amigos, charlando y pasando el rato
- Ir al cine o teatro
- Practicar deportes habituales en grupo o individuales (fútbol, baloncesto, tenis, ciclismo, etc.)
- Ir a conciertos o eventos deportivos
- Ir a casa de un amigo o familiar (cumpleaños, cena, jugar play, etc.)
- Participar en una asociación o grupo
- Ir de excursión (campo, montaña, ciudad, etc.)
- Hacer una acampada, pesca, senderismo
- Realizar actividades culturales como ir a un parque temático, planetario, museos, etc.

Actividad N° 6: Actividad complementaria

Con esta actividad se pretende reforzar el desarrollo de actividades alternativas al comportamiento antisocial, tal como se ha trabajado en la actividad anterior. Si intenta llegar a un compromiso mediante un contrato conductual que se especifica en la **hoja de recursos**: “Mi compromiso personal para desarrollar actividades alternativas a la transgresión”.

→ **Hoja de recursos:** Mi compromiso personal para desarrollar actividades alternativas a la transgresión

Instrucciones: rellena el siguiente compromiso indicando las actividades de ocio alternativas al comportamiento antisocial que vas a realizar.

Yo,....., me comprometo a realizar las siguientes actividades para fortalecer una visión del barrio y/o de la ciudad alternativa a la asociada al comportamiento antisocial.

Actividad 1:

Actividad 2:

Actividad 3:

Actividad 4:

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Con los mapas que he dibujado en esta sesión me he dado cuenta de que, para poder cambiar mi comportamiento antisocial, no sólo es importante conocer las situaciones en las que suelo desarrollar comportamientos agresivos o delictivos, sino que también es importante saber en qué zonas de mi barrio o ciudad suelo cometerlos (VERDADERO). 2. Conocer las zonas de mi barrio o ciudad en las que suelo cometer actos antisociales me va a ayudar a cambiar mi comportamiento transgresor. Lo que tendré que hacer es no acudir a esos lugares nunca más (FALSO). 3. Una forma eficaz de cambiar mi comportamiento antisocial es desarrollar actividades alternativas a la delincuencia en los lugares donde he cometido mis delitos (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.



MÓDULO Nº 6

"PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LA DESVIACIÓN SOCIAL"



OBJETIVO

Que el/la joven conozca aspectos de su personalidad y como esta se relaciona con la conducta delictiva, a fin de que pueda desarrollar aspectos que le ayuden a la modificación de su estilo de vida por uno más adaptativo a su entorno.

Varios de los factores individuales en los que se basa la psicología para explicar la delincuencia juvenil guardan relación con las variables de personalidad y la evidencia empírica existente pone de manifiesto una clara relación entre personalidad y delincuencia (López 2006, Villar, Luengo, Romero, Gomez - Fraguera y Sobral 2008), siendo la impulsividad y la búsqueda de sensaciones un ejemplo claro de este tipo de relación (Redondo, 2008). En consecuencia, los jóvenes que tengan una fuerte necesidad de riesgo y excitación serán los que tendrán una mayor predisposición hacia el desarrollo de conductas antisociales (Arnett, 2004, López, 2006).

En lo referente a la impulsividad, un número considerable de investigaciones señala que el/la joven infractor/a actúa de forma impulsiva, y esa tendencia conlleva un fallo en el establecimiento de límites autoimpuestos para aprender a regular su forma de comportarse en cuanto a la forma de pensar (que se caracteriza por una ausencia de forma consistente) y de tomar el tiempo necesario para analizar las circunstancias momentáneas para demorar la acción, si es necesario, o considerar las consecuencias que pueden derivarse de dicha acción. Así, por ejemplo, puede ser que hayan aprendido que ante situaciones conflictivas que generan ansiedad, ésta se reduce (al menos, temporalmente) con la acción rápida o impulsiva en lugar de con el análisis de la situación (Garrido 2005).

Un último factor observado es la presencia de una baja autoestima o una autoestima inflada, variable implicada en el desarrollo de la conducta desviada, ya que se ha observado que un pobre Autoconcepto y una imagen negativa de uno mismo se asocian con diversas conductas desviadas y de riesgo en la adolescencia (McGee y Williams 2000, Peña y Graña 2006, Parker y Benson 2004, Wild et al., 2004).

Lo que se pretende en este módulo es que los y las jóvenes desarrollen una autoimagen de sí mismos más ajustada a sus circunstancias personales, aprendan a considerar el papel que juega la impulsividad y el afán de aventura en su forma de comportarse y qué pueden hacer para conseguir que este tipo de variables de personalidad le ayuden a alcanzar la modificación de su estilo de vida de delincuente por otro más consonante y adaptativo con su entorno⁷.

⁷ Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 AUTO CONCEPTO Y AUTOESTIMA (I)	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven pueda evaluar su imagen personal e identificar aquellas características que le hacen diferente a los demás.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven se define a sí mismo tanto de forma positiva como negativa, describiendo sus características y cualidades. ✓ El/la joven analiza los sentimientos y emociones que se asocian con sus cualidades personales. ✓ El/la joven conoce pautas de control para pensamientos y emociones que se asocian con situaciones de autoestima negativa.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Definiéndome a mí mismo". ✓ Hoja de recursos "Analizando mis cualidades". ✓ Hoja de recursos "Así pienso, así me siento". ✓ Hoja de recursos "Pautas para sentirme mejor". ✓ Hoja de recursos "Trabajando mi autoestima". ✓ Hoja de recursos "Si yo fuera...". ✓ Hoja de recursos "El elefante encadenado". ✓ Hoja de recursos "Conociéndonos". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	La primera sesión de este módulo tiene como finalidad que los jóvenes aprendan a evaluar cómo es su imagen personal, que aspectos son positivos o negativos, y comprendiendo, además, que la existencia de características que les hace diferentes a los demás no implica necesariamente que se trate de un déficit o de un aspecto negativo o problemático. Para ello, tras una breve introducción teórica sobre el autoconcepto y la autoestima, los participantes realizarán diversas dinámicas encaminadas a conseguir los objetivos planteados. En primer lugar, se definirán a sí mismos tanto de forma positiva como negativa, describiendo sus características y cualidades. Seguidamente, analizarán los pensamientos y emociones que se asocian con esas cualidades personales, así como las conductas que suelen tener lugar en cada una de las situaciones planteadas. En último lugar, se propondrán una serie de pautas para controlar los pensamientos y emociones que se asocian con situaciones de autoestima negativa. Los conceptos clave a tener en cuenta son: ✓ Autoconcepto: concepto o representación mental que una persona tiene de sí misma. Se relaciona con la posibilidad de describirse de la forma más real y objetiva posible en los aspectos esenciales del ser humano (gusto, preferencias, habilidades, fortalezas, debilidades). ✓ Autoestima: valoración, juicio que una persona tiene acerca de sí misma. Tiene que ver con la aceptación de sí mismo, con quererse y aceptarse con sus propias cualidades, defectos y limitaciones. La autoestima puede plantearse en relación a distintos aspectos de la persona como son físicos, emocionales, de relación con los demás, de competencia académica, etc.

DESCRIPCIÓN

Actividad N° 1: Definiéndome a mí mismo

Esta primera actividad se dirige a que los participantes comprendan lo que es el autoconcepto y la autoestima para, después, elaborar una definición de sí mismos. El monitor explica lo siguiente: “lo primero que vamos a hacer es partir de una definición del autoconcepto y de la autoestima. ¿Alguien sabría decirme algo sobre estos conceptos? Se deja tiempo para que contesten, apuntándose en la pizarra las respuestas aportadas a cada concepto. A continuación el monitor intenta ver en qué medida las descripciones aportadas por los jóvenes coinciden con la definición de autoconcepto.

El autoconcepto es el concepto o representación mental que una persona tiene de sí misma. Se relaciona con la posibilidad de describirse de la forma más real y objetiva posible en aspectos esenciales del ser (gusto, preferencias, habilidades, fortalezas, debilidades, etc.). El autoconcepto se relaciona con todo lo que uno ha aprendido a lo largo de la vida y, por lo tanto, es acumulativo en el sentido de que cuantas más cosas haya hecho uno por desarrollarse y crecer como ser humano, será mejor.

La autoestima, por el contrario, es un juicio o valoración que una persona hace de sí misma y de sus capacidades en relación a varios criterios como, por ejemplo, las demás personas (cómo creo yo que me valoran otras personas), a nivel emocional, físico y/o intelectual. Tiene que ver con la aceptación de uno mismo y con quererse y aceptarse. También puede hacer referencia a la valoración que hago yo de mis propias cualidades, defectos o limitaciones que tengo para relacionarme con los demás y para aceptarme o rechazarme a mí mismo. Por lo tanto, la autoestima tiene como base para poder hacer un juicio o valoración el autoconcepto, que se refiere a todo lo que se ha aprendido en las distintas vertientes de la vida”.

A continuación, se entrega a los participantes la hoja de recursos “Definiéndome a mí mismo” y se les indica que se definan de forma general y luego en los ámbitos indicados.

→ **Hoja de recursos** “Definiéndome a mí mismo”

Instrucciones: defínete de forma general y en cada uno de los apartados que se indican.

- Me defino como una persona:
- Físicamente soy:
- Emocionalmente soy:
- Cuando me relaciono con los demás soy:
- En mi trabajo o estudios soy:
- Mis cualidades positivas son:
- Mis cualidades negativas son:

En último lugar, se analizará la mayor carga negativa o positiva de los conceptos que los participantes tienen de sí mismos, además de trabajar con sus cualidades negativas, en el sentido de que constituyan una simple diferencia con los demás o un aspecto negativo en sí, enfatizando la idea de que hay ciertas características que nos diferencian de los demás pero que no implican cualidades negativas.

Actividad N° 2: Analizando mis cualidades

Con esta actividad se pretende que los participantes sean capaces de analizar los pensamientos y emociones que se asocian con las valoraciones que uno hace de sí mismo. Se introduce la actividad de la siguiente manera:

“Quizá no se hayan dado cuenta de que su cerebro está siempre en constante actividad, pensando. Muchas veces, ni somos conscientes de ello. En ocasiones, ante algo que nos pasa, algo que hacemos, o en una determinada situación, nos decimos cosas a nosotros mismos, tenemos como un monólogo interior. Incluso, a veces, llegamos a decirlo en voz alta. No sé si se han dado cuenta. Por ejemplo, alguien puede ir andando por la calle tranquilamente y tropezar con una baldosa del suelo que está levantada, entonces, puede empezar a pensar “qué torpe soy, la gente va a decir que soy un pavo, estoy ciego, mira que no haber visto la maldita baldosa...”

¿Les suena?, ¿alguna vez les ha pasado algo parecido? Bueno, lo que uno puede decirse a sí mismo es tan diverso como seres humanos estamos sobre la faz de la tierra, así que vamos a hacer un ejercicio para ver qué se pueden decir a ustedes mismos en distintas situaciones, ¿de acuerdo?”

Se entrega la hoja de recursos “analizando mis cualidades”, indicándoles que deben responder a la pregunta en las diversas situaciones que se plantean.

→ **Hoja de recursos** “Analizando mis cualidades”

Instrucciones: responde a la pregunta que aparece en cada una de las situaciones que se proponen.

Situación 1: cuando faltas a una prueba, ¿Qué te dices a ti mismo?
Situación 2: cuando te equivocas, ¿Qué te dices a ti mismo?
Situación 3: cuando ganas un partido de baby fútbol con tus amigos, ¿qué te dices a ti mismo?
Situación 4: cuando haces algo que sabes que no está bien, ¿Qué te dices a ti mismo?

Una vez que hayan terminado, se exponen las ideas y se comentan. Seguidamente, se eligen dos de las situaciones (a ser posible, una que implique aspectos negativos y otra que implique aspectos positivos) y se pide a los participantes que rellenen la hoja de recursos “Así pienso, así me siento”, indicando los pensamientos, emociones y conductas que correspondan en cada caso. El monitor puede utilizar el ejemplo recogido en la Tabla “Ejemplo sobre análisis de situaciones positivas y negativas”.

→ **Hoja de recursos** “Así pienso, así me siento”

Instrucciones: indica los pensamientos, emociones y conducta que tendrías en cada caso.

Situación 1		
Pensamientos	Emociones	Conducta
Situación 2		
Pensamientos	Emociones	Conducta

→ **Tabla:** ejemplo sobre análisis de situaciones positivas y negativas

Situación: cuando tu profesor te llama la atención en clase.		
Pensamientos	Emociones	Conducta
“Soy un tonto, ahora me acusará a mis padres que me portó mal en clase. Todo el mundo se dará cuenta de que me han retado y pensarán que soy tonto”	Miedo, vergüenza, temor	Agacho la cabeza y no me concentro en el resto de la hora.

"Me la puedo jugar, así que dejaré una explicación para el recreo"	Tranquilidad, alegría, seguridad en mí mismo	Me callo y sigo la clase con normalidad

Finalmente, se comentan los resultados obtenidos, apuntándose las cadenas de conducta en la pizarra y enfatizando la idea de la secuencia de pensamiento-emoción-conducta, es decir, de cómo la forma de pensar (pensamientos positivos o negativos sobre lo que ocurre o sobre las situaciones en las que nos encontramos) nos llevan a experimentar emociones diversas y formas diferentes de comportarnos. El cambio se consigue repitiendo una y otra vez una forma adecuada de comportamiento ante las demandas del entorno. La repetición de una conducta alternativa adecuada conlleva un cambio en la forma de sentir y de pensar y con el tiempo suele ser consonante con el cambio generado.

Actividad N° 3: ¿Cómo sentirme mejor?

Con esta actividad, lo que se pretende es dotar a los participantes de una serie de pautas sencillas que puedan utilizar en situaciones de autoestima negativa. El monitor explica:

"Efectivamente, como acabamos de ver en la actividad anterior, para sentirnos mejor tendremos que cambiar nuestros pensamientos si son negativos o desagradables por otros más agradables ya que son los pensamientos los que generan nuestros sentimientos. Vamos a intentar sacar algunos trucos para que esto nos salga bien, puesto que a veces cambiar nuestra forma de pensar o cambiar las cosas que nos decimos a nosotros mismos, no es tan fácil".

Seguidamente, se pide a los jóvenes que aporten ideas sobre esos trucos que podemos utilizar, apuntándose en la pizarra las aportaciones que hagan para cada caso concreto. A continuación, se les entrega la hoja de recursos "Pautas para sentirme mejor" y el monitor las va explicando, indicándoles que deben aplicarlas al caso que sigue a continuación.

→ Hoja de recursos "Pautas para sentirme mejor"

Instrucciones: lee los consejos que se dan a continuación y que nos pueden ayudar a sentirnos mejor. Luego, aplícalos a la situación de Carlos.

1. Recuerda éxitos pasados en situaciones similares (por ejemplo, me caí en las escaleras del Metro y me ayudó un chico o chica guapísimo).
 2. Piensa algo que quite importancia a la situación (por ejemplo, si me miran y piensan que soy torpe, ¿qué me importa, acaso lo conozco de algún lugar?).
 3. No pienses en términos de todo o nada (por ejemplo, no estoy siempre torpe, a veces soy habilidoso).
 4. No generalice a todo lo que es sólo una parte o un aspecto (por ejemplo, tengo la nariz torcida pero no soy feo o fea, soy tímido pero no soy un personaje raro).
 5. Cambia tu pensamiento basado en un sentimiento por uno que se base en una conducta (por ejemplo, no es que sea una aburrida, sino que no salí de casa porque no me daba ganas).
 6. Piensa en algo que facilite que cambies lo que no te gusta (por ejemplo, si venzo mi timidez y me acerco a aquel grupo, conseguiré amigos y lo pasaré mejor).
 7. No fijar ideales imposibles.
 8. Sacar siempre algo positivo con lo que esté relacionado.
- Situación: Carlos sale el fin de semana con sus amigos como es habitual. Cerca de ellos hay un grupo de jóvenes en la que hay una que le gusta mucho. Se cruzan miradas y alguna sonrisa. Por fin, Carlos decide declararse. Ella no le corresponde. Él no puede dejar de pensar a partir de ese

momento que es un tonto, que no debería haberle dicho nada y piensa: “me miraba porque soy ridículo y se reía de mí, ahora las amigas se burlarán de mí porque no supe ni qué decir, a cualquiera se le hubiese ocurrido algo, pero no soy ingenioso”; “no me ha dado ni una oportunidad, claro, soy el más feo porque a mis amigos sí les han dicho que sí alguna vez...”.

- ¿Cómo se siente Carlos?
- ¿Cómo podría cambiarlo? (cambiando sus pensamientos)
- ¿Cuáles serían los pensamientos alternativos o trucos que podría utilizar?
- ¿Qué sentimientos le generarían esos nuevos pensamientos?

Actividad N° 4: Actividad complementaria

Con esta actividad, los participantes seguirán trabajando lo aprendido en la sesión sobre cómo sentirse mejor en situaciones de valoración personal. Para ello, se les entrega la hoja de recursos “Trabajando mi autoestima” y se les explica que deben rellenarla con situaciones similares a las trabajadas hoy, que les ocurran hasta la próxima sesión o que les hayan ocurrido con anterioridad, indicando el pensamiento negativo sobre sí mismo, el alternativo u otros trucos que les hayan servido, y el sentimiento y comportamiento que generaría ese nuevo pensamiento.

→ **Hoja de recursos** “Trabajando mi autoestima”

Instrucciones: describe situaciones similares a las trabajadas en la sesión e indica el pensamiento negativo sobre ti mismo, el pensamiento alternativo y el sentimiento y conducta que generaría ese nuevo pensamiento.

Situación	Pensamiento negativo	Pensamiento alternativo	Nuevo sentimiento	Nueva conducta

Actividades opcionales

De forma alternativa a alguna de las actividades propuestas, se podría trabajar alguna de las siguientes dinámicas:

a) “Si yo fuera. . .”: se rellenan cada uno de los enunciados con respecto a sí mismos y con respecto a uno de sus compañeros, argumentando sus respuestas.

→ **Hoja de recursos** “Si yo fuera. . .”

Instrucciones: rellena los huecos del cuestionario pensando realmente lo que contestas y por qué. Recuerda que debes hacerlo con respecto a ti mismo y con respecto a un compañero.

CON RESPECTO A MÍ MISMO	
1. Si yo fuera un árbol sería	porque
2. Si yo fuera un estado climático (lluvioso, soleado, nublado, viento, etc.) sería	porque
3. Si yo fuera un animal sería.....	porque
4. Si yo fuera una fruta sería	porque
5. Si yo fuera un color sería	porque
6. Si yo fuera una estación del año sería.....	porque

CON RESPECTO A UN COMPAÑERO

1. Si fuera un árbol sería..... porque
2. Si fuera un estado climático (lluvioso, soleado, nublado, viento, etc.) sería
porque
3. Si fuera un animal sería porque
4. Si fuera una fruta sería porque
5. Si fuera un color sería porque
6. Si fuera una estación del año sería porque

b) Cuento “El elefante encadenado”: con este cuento de Jorge Bucal se pretende reflexionar y tomar conciencia sobre la procedencia e importancia de las emociones, así como sobre la importancia de las conductas aprendidas durante nuestra infancia, haciéndoles ver a los participantes que el pasado influye aunque lo podemos cambiar. Tras leer el cuento y contestar a las preguntas que se plantean para iniciar el debate, se pueden realizar las siguientes preguntas: ¿cómo influye la opinión de los demás en nuestro autoconcepto? y ¿crees que el conocimiento de nosotros mismos se modifica a lo largo de la vida?

→ **Hoja de recursos** “El elefante encadenado”

Instrucciones: lee el siguiente cuento y contesta a las preguntas.

“Cuando yo era chico me encantaban los circos, y lo que más me gustaba eran los animales. También a mí, como a otros, después me enteré, me llamaba la atención el elefante.

Durante la función, la enorme bestia hacía despliegue de su peso, tamaño y fuerza descomunal pero después de su actuación y hasta un rato antes de volver al escenario, el elefante quedaba sujeto solamente por una cadena que aprisionaba una de sus patas a una pequeña estaca clavada en el suelo.

Sin embargo, la estaca era sólo un minúsculo pedazo de madera apenas enterrado en la tierra. Y aunque la cadena era gruesa, me parecía obvio que ese animal, capaz de arrancar un árbol de cuajo con facilidad, no arrancara la estaca y huyera”.

- ¿Qué le sucede al elefante para que se mantenga encadenado?

- ¿Por qué no huye?

c) “Conociéndonos”: actividad encaminada a la identificación de cualidades y defectos.

→ **Hoja de recursos** “Conociéndonos”

Instrucciones: lee el siguiente texto y rellena las columnas que aparecen a continuación.

Muchos hemos crecido con la idea de que decir lo que hacemos bien, nuestras cualidades, es un fallo y que significa que no somos humildes. ¿Por qué?, ¿Es malo tener virtudes?

También tenemos defectos, fallos y limitaciones. Debemos darnos cuenta que el ser humano es imperfecto y tiene que aprender a aceptar sus debilidades, sabiendo que se está haciendo lo mejor que se puede. Por eso, debemos ser conscientes de nuestros fallos, porque eso no nos hace más valiosos y gracias a ese conocimiento de nuestros defectos podemos buscar cómo superarlos.

“El propio conocimiento de nuestras virtudes y nuestros defectos nos ayuda a mejorar nuestra autoestima y a saber “con qué cartas jugamos”

Mis cualidades	A que me ayudan	Mis defectos	Como puedo cambiarlos

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Las cualidades personales que me hacen diferente a los demás son defectos o aspectos negativos de mí mismo (FALSO). 2. Si pienso de forma negativa sobre mí mismo o sobre mis capacidades, estoy mejorando mi autoestima (FALSO) 3. Para sentirme mejor conmigo mismo, uno de los primeros pasos que debo dar es cambiar mis pensamientos negativos (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 2 AUTO CONCEPTO Y AUTOESTIMA (II)	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca cualidades positivas de sí mismo y de los demás.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce estrategias sencillas para mejorar la autoestima. ✓ El/la joven reconoce cualidades positivas de él/ella mismo/a y de los demás.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Mis cualidades positivas". ✓ Hoja de recursos "Conociendo positivamente a los demás". ✓ Hoja de recursos "Cualidades positivas". ✓ Hoja de recursos "Repasando las cualidades". ✓ Hoja de recursos "Registrando cualidades". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Con esta sesión se pretende que los participantes trabajen las cualidades positivas tanto de sí mismos como de los demás, con el fin de alcanzar una valoración más positiva de sí mismos. Para ello, comenzaremos trabajando la verbalización de cualidades positivas de uno mismo. A continuación, dicho contenido se centrará en las cualidades de los demás y en la recepción de elogios. Finalmente, se realizará una actividad de debate sobre los aspectos trabajados previamente. Los conceptos claves de la sesión son: ✓ Autoconcepto: concepto o representación mental que una persona tiene de sí misma. Se relaciona con la posibilidad de describirse de la forma más real y objetiva posible en los aspectos esenciales del ser (gusto, preferencias, habilidades, fortalezas, debilidades). ✓ Autoestima: valoración, juicio que una persona tiene acerca de sí mismo. Tiene que ver con la aceptación de sí mismo, con quererse y aceptarse con las propias cualidades, defectos y limitaciones. Se puede tener en referencia a un nivel físico, emocional, de relación con los demás, de competencia o académica, etc. ✓ Estrategias para mejorar la autoestima: técnicas que favorecen la valoración positiva y aceptación de uno mismo.
DESCRIPCIÓN	Actividad Nº 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro de autoestima planteado en la sesión anterior, centrando la atención en los pensamientos alternativos y en los trucos empleados para mejorar las situaciones descritas, sin olvidar cómo influyen dichos pensamientos alternativos en la génesis de emociones y conductas más adaptativas. Actividad Nº 2: Mis cualidades positivas Con esta actividad se pretende que los participantes mejoren su capacidad para expresar cualidades sobre uno mismo. El monitor les explica lo siguiente: "hoy vamos a seguir hablando de autoconcepto y autoestima. Hemos visto lo que son y la importancia que tienen nuestros pensamientos en ambos conceptos y, también, hemos hablado de algunos trucos que son útiles para poder mejorarlos. Ahora, vamos a profundizar aún más en estos conceptos y desarrollaremos otra actividad".

El monitor les entrega la **hoja de recursos** “Mis cualidades positivas” y les explica que deben completar las frases incompletas que aparecen en la misma.

→ **Hoja de recursos** “Mis cualidades positivas”

Instrucciones: completa las frases que aparecen con respecto a ti mismo.

1. Yo soy mable porque	
2. Yo soy guapo/a porque	
3. Yo soy simpático/a porque	
4. Yo soy servicial porque	
5. Yo soy divertido/a porque	
6. Yo soy	porque
7. Yo soy	porque
8. Yo soy	porque

En las últimas 5 frases, se les indica que deben incluir aquellas cualidades positivas que ellos consideren que tienen y que no aparecen reflejadas en las primeras 5 frases. Todos los participantes leen sus respuestas y el monitor hace una síntesis al final de las exposiciones. A continuación, se pide a los participantes que, de uno en uno, representen el papel de un vendedor de feria y que intenten vender su producto a los demás compañeros. Para ello, deberá resaltar sus mejores cualidades.

Es importante considerar que con este tipo de población no es infrecuente encontrar adolescentes que tienen una autoestima inflada y que por su manifestación no se ajusta a la realidad. Aquí de nuevo el monitor tiene que estar atento a este tipo de jóvenes y cuando se dé este tipo de situaciones ayudar a los jóvenes a ajustar sus pensamientos, emociones y conductas.

Actividad N° 3: Las cualidades de los demás

Con esta actividad lo que se pretende, también, es favorecer la expresión de cualidades positivas de los demás, aspecto importante, sobre todo, de cara a aprender a manejar diversas situaciones interpersonales a las que tienen que enfrentarse. Para comenzar, el monitor entrega la **hoja de recursos** “Conociendo positivamente a los demás” a los participantes y les explica cómo deben rellenarla siguiendo las instrucciones:

→ **Hoja de recursos** “Conociendo positivamente a los demás”

Instrucciones: realiza la actividad que se propone teniendo en cuenta los siguientes criterios:

Se recogen las hojas y se mezclan y cada miembro del grupo coge una al azar y con ella realiza, o bien en voz alta o bien por escrito, una definición hipotética de ese compañero, sin que se sepa a quien pertenece.

Después, el monitor entrega la **hoja de recursos** “Cualidades positivas” para que los participantes lean en voz alta cada una de las cualidades del cuadro. Para cada una de las cualidades, los participantes deberán dar el nombre de un compañero que considere que tiene esa característica. Si alguno de los participantes no obtuviera ninguna cualidad positiva, se preguntaría directamente a los miembros del grupo que digan alguna.

Actividad N° 5: Actividad complementaria

Con el fin de afianzar los conocimientos adquiridos sobre el tema tratado, hasta el desarrollo de la siguiente sesión, los participantes deberán rellenar la **hoja de recursos** “registrando cualidades”, indicando en cada una de las columnas de la tabla los aspectos planteados (las cualidades positivas que ven en sí mismos y las que ven los demás en ellos). El monitor puede explicarlo de la siguiente forma: “ya hemos visto a lo largo de estos días cómo nos sentimos mejor cuando decimos las cosas positivas que tenemos. También nos hemos dado cuenta cómo nosotros mismos no vemos nuestras cualidades pero sí las de los demás, y hemos aprendido a decirlas con menos vergüenza que antes. Hay una tabla en la hoja que les voy a dar y que deben rellenar con esas cualidades positivas. Si no saben qué cualidades positivas ven los demás en ustedes, pregúntenles directamente. Aquí algunos nos han dicho cualidades positivas que ven en nosotros, pueden también preguntar a otros compañeros, amigos y adultos”.

→ **Hoja de recursos** “Registrando cualidades”

Instrucciones: sigue registrando cualidades positivas que veas en ti mismo y en los demás.

Cualidades que yo veo	Cualidades que ven los demás

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

1. Una manera muy sencilla de mejorar mi autoestima es expresando cualidades positivas de mí mismo (VERDADERO).
2. Con el ejercicio de expresar cualidades positivas de los demás me he dado cuenta de que, si yo le hago saber a alguien lo que me gusta de él, estoy favoreciendo que lo mantenga (VERDADERO).
3. Cuando una persona expresa lo positivo que tienen los demás, está mejorando su autoestima pero eso no va a influir sobre la relación que mantengan (FALSO).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 IMPULSIVIDAD (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique y tome conciencia de los propios comportamientos impulsivos.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven es capaz de detectar su propio comportamiento impulsivo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos ¿Cómo respondo yo? ✓ Hoja de recursos "Valorando las consecuencias de un acto impulsivo y de un acto reflexivo". ✓ Hoja de recursos "Mi comportamiento impulsivo". ✓ Pauta de evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Con el objetivo de identificar y tomar conciencia de los propios comportamientos impulsivos, así como diferenciarlos de los reflexivos, en esta sesión se realizará un ejercicio dirigido a comprender el concepto de impulsividad. Seguidamente, se trabajará el contenido del concepto de impulsividad mediante un caso ficticio sobre el cual los participantes analizarán respuestas impulsivas y reflexivas. A este análisis se unirá el de las propias consecuencias que dichas conductas pueden tener, para que los jóvenes obtengan una visión más completa de lo inadecuado que pueden ser los comportamientos impulsivos. Los conceptos claves que se trabajarán son: ✓ Impulsividad: "no pararse a pensar", tendencia a responder de forma rápida a situaciones y demandas de nuestro entorno, sin valorar lo adecuado o impropio de nuestros comportamientos y sin considerar las consecuencias de dichas conductas. ✓ Reflexividad: por oposición a la impulsividad, es la tendencia a pensar y diferenciar qué tipo de comportamientos se pueden dar en una situación y qué consecuencias tendrá dichos comportamientos.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro de cualidades positivas, comprobándose la interiorización de los conocimientos adquiridos en las sesiones previas, así como la mejora de la capacidad de verbalización de estas cualidades. Actividad N° 2: Conociendo la impulsividad Esta actividad tiene por objetivo que los participantes comprendan lo que es un comportamiento impulsivo y otro reflexivo, y a continuación poder analizarlos con ejemplos concretos cada uno de ellos. El monitor introduce el tema de la siguiente manera: <i>"En las dos últimas sesiones hemos hablado de la autoestima, como la valoración que hacemos de nosotros mismos en relación a diferentes criterios y de cómo mejorarla. En esta sesión vamos a hablar de la impulsividad. ¿Saben lo que significa ser impulsivo o, a alguno de ustedes, le han dicho alguna vez que son impulsivos?"</i>

Se deja un tiempo para que aporten ideas o para que cuenten ejemplos personales de situaciones relacionadas. Seguidamente, el monitor explica lo que es la impulsividad:

“La impulsividad es lo que conocemos como “no pararse a pensar”, la tendencia a responder de forma rápida sin considerar las consecuencias de una determinada conducta. Lo contrario de impulsividad sería la reflexividad, la tendencia a pensar y diferenciar qué tipo de comportamientos se pueden dar en una situación y qué consecuencias tendrán dichas conductas. ¿Podrían darme ejemplos de situaciones con cada uno de los dos conceptos que he explicado?”.

Se debe recalcar la idea de que un comportamiento impulsivo y reflexivo no significa que uno es malo y el otro bueno (un comportamiento reflexivo puede estar equivocado también y llevar a consecuencias negativas) aunque, normalmente, el comportamiento impulsivo conlleve consecuencias negativas y el reflexivo consecuencias positivas.

Tras analizar los ejemplos que aporten los participantes, se presenta un breve ejemplo. El monitor ofrece un premio o regalo al primero que dé una palmada cuando diga “YA”. Se les deja preparar las manos y se empieza a contar ¡UNO... DOS... y... TRES! Todos los participantes se habrán lanzado a dar la palmada y es, tras esta pequeña pausa, cuando se les dice “YA”, siendo en este momento cuando se dan cuenta de que no han controlado su impulsividad.

Finalmente, se pide a los participantes que expongan dos situaciones personales en las que consideren que han actuado de forma impulsiva.

Actividad N° 3: ¿Cómo respondo yo?

Esta actividad tiene por objetivo ayudar a los jóvenes a conseguir una mayor conciencia sobre su forma de comportarse. Para ello, el monitor entrega a los participantes la hoja de recursos “¿Cómo respondo yo?” para que la rellenen de forma individual a partir del ejemplo que se les plantea. El monitor explica lo siguiente: “es posible que alguno de ustedes no tenga hermanos mayores, pero imaginen que los tienen.

Ahora lean la situación y, cuando terminen, tienen que escribir en la hoja lo antes posible lo que harían ustedes en esa situación y, en cuanto lo tengan levantando la mano para darme en el orden en que lo hayan hecho”.

→ **Hoja de recursos** ¿Cómo respondo yo?

Instrucciones: lee la siguiente situación y escribe cómo responderías tú en esa situación.

Individualmente, los participantes van escribiendo en la hoja lo que harían. Cuando hayan terminado todos, se ordenan en función del tiempo que hayan tardado en responder; el monitor va leyendo las hojas en voz alta y va apuntando las respuestas en la pizarra. De todas ellas, el monitor escogerá dos, una considerada como comportamiento impulsivo y otra como comportamiento reflexivo. En el caso de que no exista ninguna respuesta reflexiva, la aportará el propio monitor. No se comentará nada sobre las dos respuestas elegidas, es decir, no se hará alusión a que una es un comportamiento impulsivo y el otro reflexivo. A ser posible, el comportamiento impulsivo se elegirá de las primeras respuestas entregadas y el reflexivo

de las últimas, ya que en lógica los impulsivos responderán los primeros y los reflexivos los últimos. El monitor les remite ahora a la hoja de recursos “Valorando las consecuencias de un acto impulsivo y de un acto reflexivo” y les pide que escriban los dos comportamientos elegidos, así como las posibles consecuencias de cada uno de ellos, tanto a corto como a largo plazo.

→ **Hoja de recursos** “Valorando las consecuencias de un acto impulsivo y de un acto reflexivo”

Instrucciones: valora las consecuencias que podría tener cada uno de los comportamientos elegidos.

Si hago...	Posibles consecuencias positivas	Posibles consecuencias negativas

Cuando los participantes terminen, se hace una puesta en común apuntando en la pizarra las consecuencias que vayan surgiendo. Finalmente, se debate sobre cada uno de los tipos de comportamiento trabajados (impulsivo y reflexivo), analizando la adecuación de cada uno de ellos (los que tienen consecuencias negativas y los que las tienen positivas), y lo que implica para su desarrollo personal aprender y poner en práctica “pensar y analizar antes de actuar”.

Actividad N° 4: Actividad complementaria

Para que los jóvenes profundicen en el análisis de conductas impulsivas, se les pide que para la siguiente sesión rellenen la hoja de recursos “Mi comportamiento impulsivo” indicando algunas situaciones en las que se hayan comportado de forma impulsiva. Es importante recalcarles que este ejercicio será necesario para la siguiente sesión, de ahí la importancia en que lo traigan hecho. En el caso de que no fuera posible, se realizará como última actividad de la sesión.

El monitor les explica que deben reflejar alguna situación en la que hayan reaccionado sin pensar y que luego se hayan arrepentido, o alguna situación en la que se hayan enfadado por algo y que con su forma de comportarse se les ha ido la situación de las manos. En la hoja deben describir la situación, la conducta impulsiva y sus consecuencias, así como la posible conducta reflexiva que podrían haber realizado y sus posibles consecuencias.

→ **Hoja de recursos** “Mi comportamiento impulsivo”

Instrucciones: describe situaciones en las que hayas reaccionado de forma impulsiva, la conducta impulsiva en sí y las consecuencias que tuvo esa forma de comportarte.

SITUACIONES	DESCRIPCION
Situación 1:	
Conducta impulsiva y consecuencias	
Conducta reflexiva y consecuencias	
Situación 2:	
Conducta impulsiva y consecuencias	
Conducta reflexiva y consecuencias	

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. En esta sesión he comprendido que, cuando actúo sin pensar en las posibilidades que tengo de comportarme, estoy desarrollando un comportamiento impulsivo (VERDADERO). 2. La única diferencia entre un comportamiento impulsivo y uno reflexivo es que el reflexivo, siempre, va a ser adecuado (FALSO). 3. Normalmente, las consecuencias que va a tener mi comportamiento impulsivo van a ser negativas (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 IMPULSIVIDAD (II)	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca estrategias para el control de la impulsividad.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce estrategias para el control de la impulsividad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Javier y sus conductas impulsivas". ✓ Hoja de recursos "Aplicando la reflexividad a mi vida". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Como continuación de la sesión anterior, en la presente sesión se pretende establecer un hábito de autocontrol y reflexividad en los/as participantes, mediante la práctica de estrategias y hábitos de conducta para conseguir su adquisición y mantenimiento tanto en casos ficticios como en la vida personal de cada uno de ellos, así como para conseguir una mayor generalización de las técnicas utilizadas en la vida diaria. Los conceptos clave que se trabajarán son: ✓ Impulsividad: "no pararse a pensar", tendencia a responder rápidamente a los estímulos sin detenerse a pensar o deliberar sobre la conveniencia o las consecuencias de realizar dicha conducta. ✓ Reflexividad: por oposición a la impulsividad, es la tendencia a pensar y diferenciar qué tipo de comportamientos se pueden dar en una situación (con alto grado de incertidumbre o no) y qué consecuencias tendrían dichos comportamientos. ✓ Autocontrol: capacidad para manejar los propios sentimientos y regular la conducta ante demandas del entorno.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el autorregistro intersesiones sobre situaciones relacionadas con comportamientos impulsivos y se analizan las características de esas conductas, así como las consecuencias asociadas a esa forma de comportarse. En relación a cada uno de los comportamientos impulsivos que los jóvenes hayan identificado, el monitor plantea, cuál hubiera sido el mejor comportamiento reflexivo y sus posibles consecuencias. Se recuerda a los participantes que, posteriormente, estas situaciones se volverán a trabajar en una de las actividades, puesto que el objetivo de la sesión de hoy es aprender estrategias mediante las cuales podamos controlar nuestras conductas impulsivas, aprendiendo a utilizar comportamientos reflexivos de una forma normalizada en nuestra vida diaria. Actividad N° 2: Javier y sus conductas impulsivas Con esta actividad se pretende que los participantes desarrollen lo máximo posible su capacidad de reflexividad. Para ello, el monitor comenta que va a leer una situación que tendrán que analizar desarrollando el mayor número de comportamientos reflexivos que en esa situación hubiesen sido más positivos para la persona. Les hace entrega de la hoja de

recursos “Javier y sus conductas impulsivas” y lee en voz alta el texto que se recoge en la misma. Una vez leída la situación, el monitor analiza el texto con los participantes extrayendo y subrayando los desencadenantes, el comportamiento impulsivo y las consecuencias del mismo. Una vez analizado el texto, se realiza una lluvia de ideas sobre las posibles formas de actuar en dicha situación y que planteen un comportamiento de tipo reflexivo. Se apuntan todas las posibles respuestas en la pizarra y se debate sobre las mismas. El monitor debe resaltar aquellas respuestas que sean asertivas, recalcando las consecuencias negativas de las respuestas agresivas.

→ **Hoja de recursos** “Javier y sus conductas impulsivas”

Instrucciones: lee el siguiente texto con tu monitor y subraya los desencadenantes, el comportamiento impulsivo y las consecuencias que ha tenido ese comportamiento.

“Javier, un alumno del instituto de 14 años, no había tenido un buen día. Por la mañana, antes de salir de casa para ir al Liceo había discutido con su madre. Para colmo, se le había olvidado el trabajo que tenía que entregar y los materiales para la clase. Estaba en la clase de artes y tras haberle retado el profesor por “no hacer el trabajo” le había llamado la atención por hablar un par de veces. La compañera de atrás empezó a preguntarle por la tarea de matemáticas cuando, de pronto, el profesor se dirigió a él otra vez:

- Javier, sal de clase.
- ¿Yo?, ¿por qué?, respondió Javier indignado.
- Te he dicho que salgas de clase, repitió el profesor.
- Pero si yo no he hecho nada, contestó Javier con desparpajo al profesor.
- ¿Qué no has hecho nada? Primero, no traes el trabajo terminado y, segundo, es la tercera vez que te llamo la atención en esta hora.

Javier estalló, tomó el libro y lo tiró con fuerza sobre la mesa, saliéndose las tapas y doblándose varias hojas. Al salir le dio una patada a la mochila y dio un portazo. Javier tuvo que ir a ver al Inspector general y el Orientador tuvo una charla con él. Sus padres se enteraron del suceso y lo castigaron dos semanas sin salir y sin poder tocar el computador. Al darle la patada a la mochila, había roto la pantalla del celular, además, tuvo que arreglar el libro, que continuamente durante se despegaba y era más difícil de usar”.

Dentro de las posibles respuestas, se debe incluir la utilidad del uso de estrategias de autocontrol como las siguientes (en alguna de ellas, la clave está en ganar tiempo para pensar y decidir qué es lo que se quiere hacer, “retrasar lo impulsivo”):

- ✓ Retirarse de la situación antes de llegar al punto de explosión y aprovechar para reflexionar sobre lo que le puedo decir al profesor.
- ✓ Contar de uno a diez despacio antes de responder (de ese modo se corta, se da un tiempo en el que se puede pensar).
- ✓ Darse instrucciones a sí mismo de lo inadecuado de la conducta y del pensamiento, y de las consecuencias negativas que se derivarían de llevar a cabo ese comportamiento.
- ✓ Relajarse respirando hondo 5 veces.
- ✓ Distraerse con otra cosa durante unos minutos.

Una vez analizadas las distintas alternativas de respuesta, el monitor junto con los participantes, elegirá cuidadosamente las respuestas reflexivas o no impulsivas adecuadas, seleccionando las dos más votadas para que se representen en formato role-playing.

Actividad N° 3: Mis situaciones

Para el desarrollo de esta actividad será necesario el autorregistro de la actividad complementaria de la sesión anterior (hoja de recursos “Mi comportamiento impulsivo”). Se repasarán de nuevo las situaciones descritas por los participantes y se escogerán las cinco que se consideren como respuestas claramente impulsivas, o las que más adecuadas le parezcan al monitor según las características de los participantes. Los participantes harán una representación mediante role-playing, aplicando las estrategias de autocontrol enseñadas. El monitor, si lo considera oportuno, guiará y moldeará las respuestas que van dando los jóvenes durante la realización del role-playing, para que las respuestas reflexivas y las estrategias de autocontrol puedan desarrollarse de forma satisfactoria.

Actividad 4: Actividad complementaria

Con objetivo de generalizar todo lo posible la adquisición del hábito sobre comportamientos reflexivos, se entrega la hoja de recursos “Aplicando la reflexividad a mi vida” y se pide a los jóvenes que rellenen el registro con todas aquellas situaciones de su vida diaria en las que vayan aplicando la reflexividad frente a la impulsividad y la puesta en práctica de las estrategias enseñadas.

→ **Hoja de recursos** “Aplicando la reflexividad a mi vida”

Instrucciones: registra aquellas situaciones de tu vida diaria en las que apliques la reflexividad a la impulsividad mediante las estrategias aprendidas.

Desencadenante	Conducta reflexiva realizada	Consecuencias

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

1. Para controlar mi comportamiento impulsivo, una estrategia sencilla es pararme a pensar en lo que puedo hacer, ver las distintas alternativas de comportamiento que tengo (VERDADERO).
2. En ningún caso, debo retirarme o escapar de una situación en la que puedo actuar impulsivamente, eso no va a favorecer mi comportamiento reflexivo (FALSO).
3. La mejor manera de controlar mi comportamiento impulsivo es intentando solucionar las consecuencias negativas que tenga (FALSO).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 BÚSQUEDA DE SENSACIONES (I)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique sensaciones límite asociadas a su contexto personal y social.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica sensaciones límites asociadas a su contexto personal y social.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Analizando las sensaciones". ✓ Hoja de recursos "Mis sensaciones". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para conseguir el objetivo planteado, se comenzará la sesión con una explicación del concepto de sensación límite, y con una lluvia de ideas realizada por los/as propios participantes. Asimismo, se trabajará sobre la diferencia existente entre sensaciones positivas y agradables frente a negativas y desagradables. A continuación, los participantes analizarán algunas situaciones concretas desglosándolas en términos de pensamientos, emociones y sensaciones fisiológicas asociadas. El concepto clave a trabajar en esta sesión es: ✓ Sensación límite: percepción sensorial o emocional extrema por el nivel de excitación, placer y/o activación fisiológica que produce y que llama poderosamente la atención de la persona que la experimenta.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisan los comportamientos reflexivos registrados en la actividad complementaria de la sesión anterior, analizándose tanto la adecuación de los desencadenantes previos como las consecuencias que tuvieron dichos comportamientos. Se comprueba así como se va generalizando la adquisición de la reflexividad y se motiva a los participantes a que sigan practicando este tipo de comportamientos para lograr consolidarlos en su vida. Actividad N° 2: Las sensaciones límite Esta actividad va dirigida a que los/as participantes comprendan de forma adecuada el concepto de sensación límite, así como sus principales características y los factores que influyen en la misma. El/la monitor puede introducir el tema de la siguiente manera: "Hoy comenzamos un nuevo tema, un tema diferente pero que también se relaciona con los que hemos visto en este módulo, es otra característica que podemos tener las personas y que puede llevarnos a comportarnos de forma inadecuada. Hoy vamos a hablar de las sensaciones límite, del gusto por la aventura o la búsqueda de excitación y nuevas experiencias. Todos alguna vez hemos utilizado la expresión "sensaciones límite" pero, ¿saben lo que son las sensaciones límite? Intentaremos definirlo ¿qué es para ustedes una sensación límite?"

El/la monitor anota, las ideas de los participantes en la pizarra y va dirigiendo el debate hacia aportaciones correctas. Seguidamente, el/la monitor explica el concepto *“una sensación límite es una percepción sensorial o emoción que se considera extrema por el nivel de excitación, de placer y/o activación fisiológica que produce y que llama poderosamente la atención”*.

Es importante saber que:

- No se debe confundir una actividad a través de la cual se consiguen las sensaciones límite con lo que son las sensaciones límite en sí.
- Una sensación límite puede ser agradable o desagradable.
- Una sensación límite no es dañina por sí misma, ni peligrosa, ni de riesgo, son las conductas a través de las cuales se consigue, las que pueden ser dañinas, peligrosas o de riesgo.

A continuación el/la monitor, pide a los/as participantes que aporten ejemplos de sensaciones límite y se analizan en función de las características explicadas previamente. Se van apuntando en la pizarra para seguir trabajando con ellas la próxima sesión.

Actividad Nº 3: Analizando las sensaciones

En esta actividad lo que se pretende es que los participantes desglosen dichas sensaciones en pensamientos, emociones y síntomas fisiológicos, con el fin de obtener una mayor capacidad de identificación de las mismas. Para ello, se buscarán actividades o situaciones donde los participantes experimenten lo que hemos definido como sensación límite. Se trabajarán los ejemplos apuntados en la pizarra en la anterior actividad. En la Tabla “Ejemplos de situaciones o actividades asociadas a sensaciones límite” se recogen ejemplos de tales situaciones o actividades.

→ **Tabla:** “Ejemplos de situaciones o actividades asociadas a sensaciones límite”

- Ser perseguido por alguien.
- Un examen final.
- El primer beso con la persona que te gusta.
- Recibir una excelente o pésima noticia.
- Subirse al Raptor (atracción de fantasilandia).
- Consumir drogas.
- Hacer deportes de riesgo como escalada, parapente, ala delta, airesurfing, etc.
- Ganar alguna competición o partido importante.
- Recibir un premio.
- Yoga, taichí, etc.
- Montar en una montaña rusa.
- Conducir a 170 km/h.

De todas los ejemplos que se planteen, el monitor elegirá dos, uno en el que la sensación límite sea considerada como positiva o agradable, y otro en el que la sensación límite se perciba como negativa o desagradable, siendo los dos ejemplos además lo más parecidos posible en cuanto a activación producida o en cuanto a la respuesta corporal que constituye la sensación límite. Además, se intentará escoger dos que sean conocidas para el grupo y que hayan sido experimentadas por todos o por la mayoría. Por ejemplo, recibir un premio o ganar una competición y tener un examen. Para esto, se puede realizar una votación para ver cuáles son las más frecuentes entre los participantes.

Posteriormente se entrega a los/as jóvenes la hoja “Analizando las sensaciones”, y se pide que de las situaciones elegidas, describan los pensamientos que tienen en ellas, así como las emociones y sensaciones fisiológicas que les generan (¿qué sensaciones percibo, cómo responde mi cuerpo?).

→ **Hoja de recursos:** Analizando las sensaciones

Instrucciones: analiza los pensamientos, emociones y sensaciones fisiológicas que tendrías en las dos situaciones elegidas.

Situación 1:		
Pensamientos	Emociones	Sensaciones Fisiológicas
Situación 2:		
Pensamientos	Emociones	Sensaciones Fisiológicas

Tras realizar el registro, se ponen en común las respuestas dadas por los jóvenes, resaltando el monitor la idea de que, en ambos casos, las respuestas fisiológicas o sensaciones e, incluso, las respuestas motoras que se tienen son iguales en los dos casos (aumento del ritmo cardíaco, sudoración, temblores, bloqueo, torpeza motriz), aunque una de las situaciones se perciba como agradable y otra como negativa. El monitor les hará la siguiente pregunta: “entonces, ¿qué diferencia a ambas situaciones?”.

La respuesta que se busca en los participantes es que lo que diferencia a ambas situaciones son las atribuciones que se hacen de una u otra y los pensamientos que generamos en función del contexto o situación vivida, pero la sensación límite es idéntica aunque se perciba de forma distinta.

Actividad N° 4: Actividad complementaria

Con el objetivo de seguir profundizando en el reconocimiento y análisis de sensaciones límite, se entrega a los participantes la hoja de recursos “Mis sensaciones” indicándoles que deben continuar registrando actividades o situaciones que conlleven sensaciones límite, analizándolas de forma similar a como lo hemos hecho en la sesión.

→ **Hoja de recursos:** Mis sensaciones

Instrucciones: continúa registrando actividades o situaciones que te generan sensaciones límite, analizándolas de la misma forma que hemos hecho durante la sesión.

Situación	Pensamientos	Emociones	Sensaciones Fisiológicas

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. En esta sesión he comprendido que ejemplos de sensaciones límite son tener un examen final muy importante, hacer bungee, o montar en parapente o subir a la montaña rusa (FALSO). 2. Las situaciones límite no son peligrosas por sí mismas, el peligro está en lo que yo hago para conseguir las (VERDADERO). 3. Voy a percibir una sensación límite como agradable o desagradable en función de los pensamientos y atribuciones que tenga en cada situación concreta (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual MIP



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 6 BÚSQUEDA DE SENSACIONES (II)

OBJETIVO	✓ Que el/la joven relacione las sensaciones límite con actividades pro sociales.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven conoce que se pueden obtener las mismas sensaciones con diferentes tipos de actividades.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Situaciones de riesgo". ✓ Hoja de recursos "Sensaciones límite con y sin riesgo". ✓ Hoja de recursos "Buscando alternativas sin riesgo". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En la presente sesión se trabajará la concienciación de que se pueden obtener las mismas sensaciones con diferentes actividades, para facilitar que se opte por actividades alternativas a las de riesgo a la hora de sensaciones límite. Una vez analizadas las situaciones de riesgo, se potenciará la realización de actividades alternativas para alcanzar las mismas sensaciones que con las de riesgo, analizando su adecuación y las posibles consecuencias y comparándolas con las obtenidas anteriormente con las de riesgo. Los conceptos clave que se trabajarán son: ✓ Sensación límite: percepción sensorial o emocional extrema por el nivel de excitación, placer y/o activación fisiológica que produce y que llama poderosamente la atención del que la realiza. ✓ Actividad de riesgo: acción que conlleva una alta probabilidad de daño y de consecuencias negativas a largo plazo.
DESARROLLO	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa el registro de actividades que generan sensaciones límite, analizando los pensamientos y las sensaciones que produjeron en el momento de realizarlas. Se resaltan las ideas trabajadas en la sesión anterior, en el sentido de que diferentes situaciones pueden dar lugar a las mismas sensaciones, y la influencia que tienen nuestros pensamientos y atribuciones para que las situaciones produzcan esas sensaciones. Actividad N° 2: Situaciones de riesgo Con el análisis realizado en la actividad previa introducimos la presente actividad, explicando el monitor lo siguiente: "como comentábamos en la última sesión, las sensaciones límite no son dañinas por sí mismas. Son determinadas actividades o situaciones las que van a conllevar el riesgo de producir algún daño o peligro. Vamos a ver qué posibles consecuencias tienen esas actividades de riesgo mediante las que se alcanzan las sensaciones límite". El monitor entrega a los participantes la hoja de recursos "Situaciones de riesgo" donde deben rellenar los espacios indicando las posibles consecuencias que pueden tener las actividades de riesgo reflejadas, así como indicar otras actividades de riesgo y sus consecuencias. El monitor podrá incluir en este cuadro situaciones de riesgo vividas por los jóvenes del grupo.

→ **Hoja de recursos:** “Situaciones de riesgo”

Instrucciones: indica las posibles consecuencias que pueden tener las actividades de riesgo indicadas. A continuación, piensa y describe otras actividades de riesgo y sus posibles consecuencias.

Actividad	Consecuencias positivas	Consecuencias negativas
Consumir drogas		
Hacer bungee (tirarse de un puente con cuerda)		
Conducir a 170 km/h		

Una vez que lo hayan rellenado, se exponen los resultados apuntándolos el monitor en un cuadro similar en la pizarra. Se debe llegar a la conclusión que estas actividades de riesgo generan mayores consecuencias negativas y que, además, representan una forma inadecuada de comportarse de los jóvenes. El monitor entonces preguntará “¿al que le gusten estas sensaciones que generan esas actividades de riesgo, ¿se tiene que quedar sin experimentarlas o realizar actividades peligrosas para conseguirlas?”. Se debate con los jóvenes mediante una lluvia de ideas para llegar a la conclusión de que esas sensaciones se pueden conseguir con otras actividades que no conlleven peligro o riesgo.

Actividad N° 3: Cómo alcanzar sensaciones límite con y sin riesgo

Con esta actividad se intenta que los participantes se conciencien sobre la existencia de otro tipo de actividades que no conllevan riesgo y con las que pueden alcanzar las mismas sensaciones. Para ello, el monitor les entrega la hoja de recursos “Sensaciones límite con y sin riesgo” y les explica lo siguiente: “como ya hemos visto, hay ciertas sensaciones que se pueden conseguir de distinta forma, unas peligrosas y dañinas para la salud y otras positivas o neutras para la salud y para las personas. Ambos tipos se acompañan de sensaciones excitantes. Lo que tenéis que hacer es analizar las consecuencias que pueden tener las siguientes actividades. Cada par de actividades (tomarse una pepa y ver una película en 3D; hacer alpinismo sin arnés y subir al raptor de fantasilandia) tiene una sensación límite similar pero unas posibles consecuencias muy distintas”.

→ **Hoja de recursos:** “Sensaciones límite con y sin riesgo”

Instrucciones: analiza las consecuencias que pueden tener las siguientes actividades.

Tomarse una pastilla	
Ver una peli en 3D	
Hacer alpinismo sin arnés	
Subir al raptor en fantasilandia	

Se analizan los resultados enfatizando la idea de que es posible obtener las mismas sensaciones con actividades que no conlleven riesgo.

Actividad N° 4: Buscando alternativas

Esta actividad se dirige a facilitar que los participantes desarrollen una serie de actividades neutras o no peligrosas para alcanzar las sensaciones límite. Para ello, el monitor explica lo siguiente: “como acabamos de comentar en la anterior actividad, podemos conseguir esas sensaciones que nos gustan con otras actividades que sean inicialmente neutras o no

peligrosas". Se entrega la hoja de recursos "Buscando alternativas sin riesgo" y se pide a los participantes que registren las posibles consecuencias de las 2 actividades sin riesgo que aparecen, así como 4 actividades nuevas y sus posibles consecuencias.

→ **Hoja de recursos:** "Buscando alternativas sin riesgo"

Instrucciones: registra las consecuencias que pueden tener las dos actividades sin riesgo indicadas. Además, añade otras cuatro actividades sin riesgo con las que puedas conseguir sensaciones límite y analiza sus posibles consecuencias.

Actividad	Consecuencias positivas	Consecuencias negativas
Jugar fútbol		
Montaña Rusa		

Se exponen los resultados, apuntándolos el monitor de forma seguida en el cuadro que realizó para la actividad previa. A continuación, se debate comparando las consecuencias obtenidas en las actividades de riesgo de la actividad previa y las consecuencias de las actividades sin riesgo. Se ha de llegar a la conclusión sobre la adaptabilidad de estas últimas actividades en relación con las primeras, y la posibilidad de obtener las mismas sensaciones con unas y otras.

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación:

1. Solo se pueden conseguir sensaciones límite con actividades de riesgo, peligrosas (FALSO).
2. Las sensaciones límite que consigo con actividades de riesgo son más fuertes que las que puedo conseguir con actividades no peligrosas (FALSO).
3. En esta sesión he comprendido que puedo experimentar sensaciones límite con actividades no peligrosas. Un ejemplo sería jugar a atracciones virtuales o en 3D sobre autos en vez de conducir a 150 Km./h. (VERDADERO).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

MÓDULO N° 7

“PREVENCIÓN, RECAÍDAS Y FORTALECIMIENTO DEL CAMBIO”



OBJETIVO

Que el/la joven analice factores que puedan inducir una recaída delictual y aprender a prevenirlas a través de un proyecto de vida alternativo pro social.

Se define una recaída como cualquier retorno al comportamiento antisocial/delictivo previo al inicio del programa o al estilo de vida anterior, después de un período inicial de cambio y de modificación del estilo de vida de infracción de ley.

Una recaída puede manifestarse de distintas formas como, por ejemplo, retomando el estilo de vida anterior, desarrollando otros comportamientos inadecuados, realizando actividades de riesgo en forma de conductas antisociales que son consideradas como errores o deslices. Estas manifestaciones iniciales en forma de deslices son el inicio, en muchos casos, de una recaída y podría analizarse a lo largo de un continuo estando el desliz en un extremo y la recaída en el otro. En este continuo el joven infractor desarrolla una serie de conductas cognitivas, emocionales y motoras que de no intervenir terapéuticamente acabarán configurando una auténtica recaída. Estas respuestas están presentes desde el momento en el que un joven desarrolla el primer desliz, aunque la frecuencia y la intensidad de estos componentes aumentan a medida que se acerca a la recaída.

Marlatt y Gordon (1985) definen un desliz como la violación de una regla autoimpuesta o conjunto de regulaciones que rigen una conducta determinada. En el ámbito de los/as jóvenes infractores/as, esta regla viene impuesta por el objetivo de modificar el estilo de vida delictivo por otro más adaptativo a su entorno socio familiar. Según los autores, en el momento que tiene lugar un desliz se viola esa regla, y la ocurrencia de un comportamiento antisocial puntual o “caída” es equivalente a la misma recaída, en el sentido que se está iniciando la cadena de conductas que llevan a la recaída. Por lo tanto, el proceso de intervención sobre el comportamiento delictivo implica una perspectiva temporal, en la que se pueden intercalar periodos de cambio con periodos de crisis caracterizados por el desarrollo de conductas antisociales. Así, el proceso de cambio terapéutico de un estilo de vida con delincuencia a otro sin ella, pasaría por tres fases: 1) asumir el compromiso de que el joven quiere cambiar; 2) llevar a cabo el cambio, y 3) mantener el cambio logrado. Cuando los participantes llegan a esta fase de la terapia, generalmente, se encuentran en la última fase en la que suele darse un retroceso en el proceso educativo y terapéutico que se había iniciado con la puesta en marcha de este programa de tratamiento. Aunque el proceso normal de recuperación consistiría en pasar por estas tres fases generales, sin embargo un joven puede tener deslices o recaídas en las anteriores etapas en las que el cambio terapéutico es frágil y todavía no se ha consolidado. Por lo tanto, con la prevención de recaídas se intenta seguir profundizando en el cambio alcanzado por los jóvenes con el fin de prevenir la vuelta al mundo de la delincuencia.

Esta última etapa se caracteriza por la aplicación de los procedimientos de intervención cognitivoconductuales característicos del modelo de prevención de recaídas, que persigue el objetivo de mantener y mejorar el proceso terapéutico alcanzado en las dos primeras etapas (Laws, 2001; Redondo, 2007).

Siguiendo el modelo propuesto por los autores (Marlatt y Gordon, 1985) su aplicación para conceptualizar una recaída en el campo de la delincuencia juvenil, se consideraría que ésta puede empezar en forma de pensamientos, sentimientos o conductas que, materializándose inicialmente en un simple desliz, dan lugar a una recaída completa; es decir, una recaída puede empezar con la toma de una decisión aparentemente irrelevante (TDAI), cuando un joven adopta una decisión de esta clase, sin ser consciente de lo que está haciendo, está incrementando su vulnerabilidad a la recaída. Por ejemplo, un joven que lleva en tratamiento 6 meses, sin haber vuelto a delinquir, un día cuando vuelve del instituto decide pasar por su antiguo barrio, donde se dedicaba a robar coches. Esta decisión, sin ser consciente de ella, le ha situado ante una situación de alto riesgo para volver a delinquir. Se ha producido un cambio ambiental significativo en el proceso de recaída, ya que se ha puesto a sí mismo ante un riesgo que hacía tiempo que no tenía que afrontar. Al encontrarse en esta situación tiene dos opciones de respuesta: 1) darse cuenta de la decisión que ha tomado y del riesgo que está corriendo por lo que decide salir de ella y no volver a este sitio hasta que lleve tiempo recuperado. Esta respuesta le llevará a fortalecer su autoeficacia y su proceso de recuperación terapéutica y se sentirá más fuerte y mejor consigo mismo; 2) si el joven permanece durante un tiempo en la situación de alto riesgo, comenzará a racionalizar el dilema de volver a delinquir con pensamientos como “por hacerlo una vez más no va a pasar nada”, “no creo que me pillen”, “me sentiré mejor si no cedo a la tentación”, “tengo que ponerme a prueba”. También empezará a anticipar los efectos positivos del comportamiento antisocial/delictivo, pensando que si vuelve a hacerlo se sentirá muy bien, como antes, y esta decisión hace que empiece a disminuir el control que había alcanzado sobre sus conductas antisociales y dará lugar a una disminución de la autoeficacia.

Estos dos hechos, la anticipación de efectos positivos (ej., “si robo conseguiré dinero que no tengo”) y la disminución de la autoeficacia (ej., “otra vez me vuelvo a encontrar donde estaba hace tiempo, no seré capaz de salir de este mundo”), suponen un paso más en el proceso de recaída. Si no se interviene en este punto, el joven volverá a robar. Si se descubre lo ocurrido, lo ocultará y lo negará, siendo lo más probable que continúe transgrediendo la ley. Se está produciendo lo que Marlatt (1985) definió como el “Efecto de Violación de la Abstinencia”, que se caracteriza por:

- 1) Generación de una disonancia cognitiva y de una autoimagen negativa, así como la atribución de una incapacidad personal para lograr la recuperación. La disonancia cognitiva se genera como consecuencia de una discrepancia entre las cogniciones del menor y las creencias sobre sí mismo (como no infractor ya que había conseguido cambiar en los últimos meses) y la ocurrencia de la conducta que es incongruente con esta autoimagen (volver a delinquir). La disonancia se experimenta en forma de conflicto o culpabilidad por lo que acaba de hacer, motivando que el menor emprenda conductas (o cogniciones) que eliminen o reduzcan esta disonancia. En la medida en que la conducta problema (seguir robando) se haya utilizado en el pasado como una respuesta de afrontamiento para superar situaciones conflictivas, es muy probable que el menor desarrolle de nuevo las conductas desviadas (comportamientos delictivos) con el fin de eliminar o reducir esos sentimientos y sensaciones desagradables (ej., haber tomado como meta superar la delincuencia y volver a encontrarse de nuevo delinuyendo). También podrá reducirse la disonancia alterando de forma cognitiva la nueva autoimagen (no delincente) que había aprendido en los meses previos de terapia e intentará ponerla en consonancia con la conducta delictiva que ha retomado (ej., “pensaba que lo había superado pero me doy cuenta que después de un tiempo caigo una y otra vez en la misma trampa, no sé que voy hacer para poder cambiar de forma definitiva”).
- 2) Desarrollo de autoatribuciones que favorecen que el menor ponga la causa de la recaída en un fracaso personal o en que es una persona débil, en vez de considerar la recaída como una respuesta situacional en un momento concreto y puntual de su vida. Si el desliz se considera un fracaso personal, la expectativa del menor de que va a seguir fracasando aumentará.

- 3) Un tercer componente vendría dado por las consecuencias que de nuevo vuelven a producir las conductas antisociales/delictivas, ya que si el menor tiene éxito con su realización y consigue lo de siempre, de nuevo habrá vuelto a obtener el refuerzo positivo y/o negativo que estaban presentes en el pasado y que son responsables de que vuelvan a repetirse este tipo de conductas desviadas.

En consecuencia, el presente módulo persigue el objetivo de integrar todos aquellos cambios que el programa ha ido elaborando para desarrollar un cambio en el estilo de vida de un/a joven infractor, dando lugar mediante la prevención de recaídas a un mejor conocimiento de uno mismo y de las circunstancias en las que uno vive que hacen probable que el/la joven regrese donde estaba. En las dos primeras sesiones se abordará la prevención de recaídas y en las dos siguientes el fortalecimiento de o de los cambios conseguidos a lo largo de la medida o sanción⁸.

Propiedad Intelectual MES

⁸ Fuente: Graña, J. y Rodríguez, M. (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para jóvenes infractores. Agencia de la comunidad de Madrid para la reeducación y reinserción del joven infractor. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 PREVENCIÓN DE RECAÍDAS: EVALUACIÓN

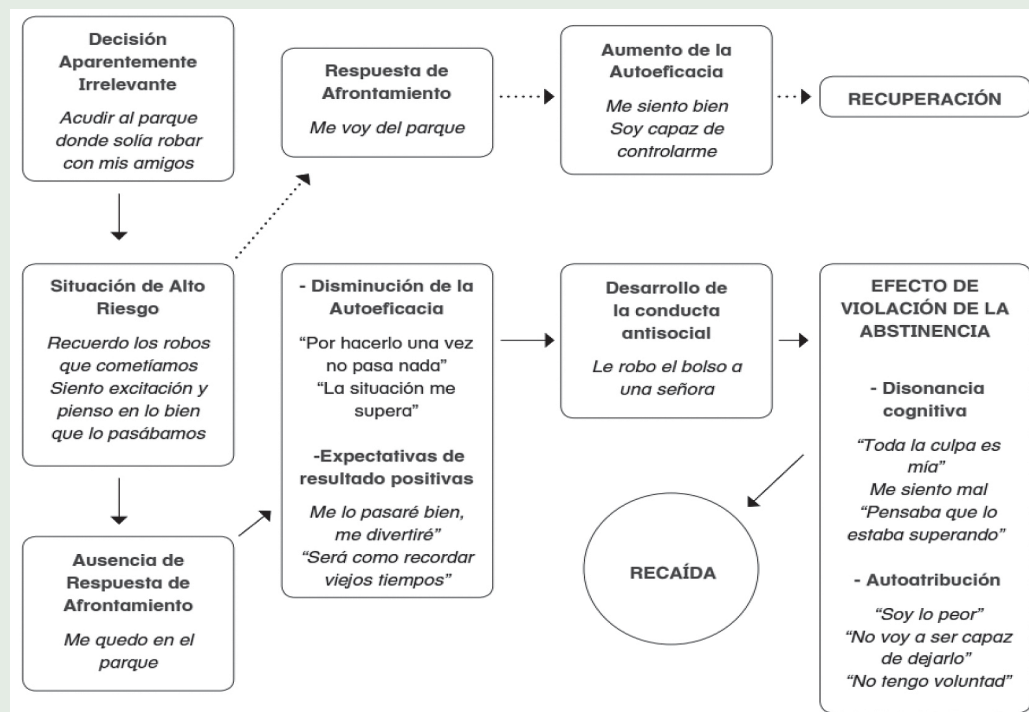
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique situaciones de riesgo que podrían llevarle a una recaída.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica situaciones de riesgo de reincidencia en la comisión de delitos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra y plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos ¿Cómo se produce una recaída? ✓ Hoja de recursos "Mi modelo de recaída". ✓ Hoja de recursos "Señales de riesgo y aviso en lo que pienso y siento". ✓ Hoja de recursos "Señales de riesgo y aviso en lo que hago". ✓ Hoja de recursos "Otras señales de riesgo y aviso". ✓ Hoja de recursos "Evitando recaídas". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En esta sesión se pretende que los participantes tomen conciencia de las posibles situaciones individuales que podrían llevarles a la recaída y, al mismo tiempo, que sean capaces de analizar los pensamientos, emociones y comportamientos que se dan en este tipo de situaciones, para cambiarlos por otros más adaptativos que sirvan para potenciar el cambio. Para ello se explicará a los jóvenes que son diversas las variables que influyen en un desliz y/o recaída y se realizará un entrenamiento en la identificación de este tipo de situaciones desencadenantes. Una vez identificadas esas situaciones se trabajarán en grupo para aprender estrategias de afrontamiento adecuadas a cada caso concreto. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Recaída: proceso mediante el cual se vuelve a repetir un comportamiento desviado después de un periodo de cambio. ✓ Situaciones de riesgo: son aquellas situaciones que hacen más probable que vuelva a aparecer un comportamiento antisocial/delictivo. ✓ Estrategias de detención del proceso de recaída: son las pautas que se dan a un joven para evitar que se produzca un desliz o recaída en el comportamiento antisocial/delictivo.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: ¿Cómo se produce una recaída? Esta actividad pretende que los participantes comprendan en qué consiste una recaída y cómo se desarrolla el proceso de la misma. El monitor explica: "en las siguientes dos sesiones vamos a hablar de la prevención de recaídas. ¿Saben lo que es una recaída? La recaída es un proceso mediante el cual se vuelve a repetir un comportamiento desviado después de un periodo de cambio, es decir, es la repetición de un comportamiento antisocial o delictivo tras un periodo de tiempo durante el cual no se ha realizado.

El proceso de la recaída es algo muy complejo, ya que hay una gran cantidad de factores que pueden llevarlos a recaer, sobre todo, cobran gran importancia los pensamientos, emociones y comportamientos que conducen a la recaída. Por ello, es muy importante aprender a captar esos factores y saber qué es lo que provoca ese comportamiento agresivo o delictivo, porque así nos será más fácil detenerlo. Por tanto, el fin de esta sesión es que aprendan a analizar la recaída para desarrollar estrategias que los ayuden a frenarla”.

A continuación, el monitor entrega la hoja de recursos “¿Cómo se produce una recaída?” y se analiza entre todos el ejemplo propuesto.

→ **Hoja de recursos:** ¿Cómo se produce una recaída?

Instrucciones: observa atentamente cómo se produce una recaída en el comportamiento antisocial y analiza el ejemplo propuesto con tus compañeros.



Para explicar adecuadamente el proceso de recaída, el monitor podrá hacer uso de la información teórica incluida en el apartado de planteamiento y justificación al inicio del presente módulo.

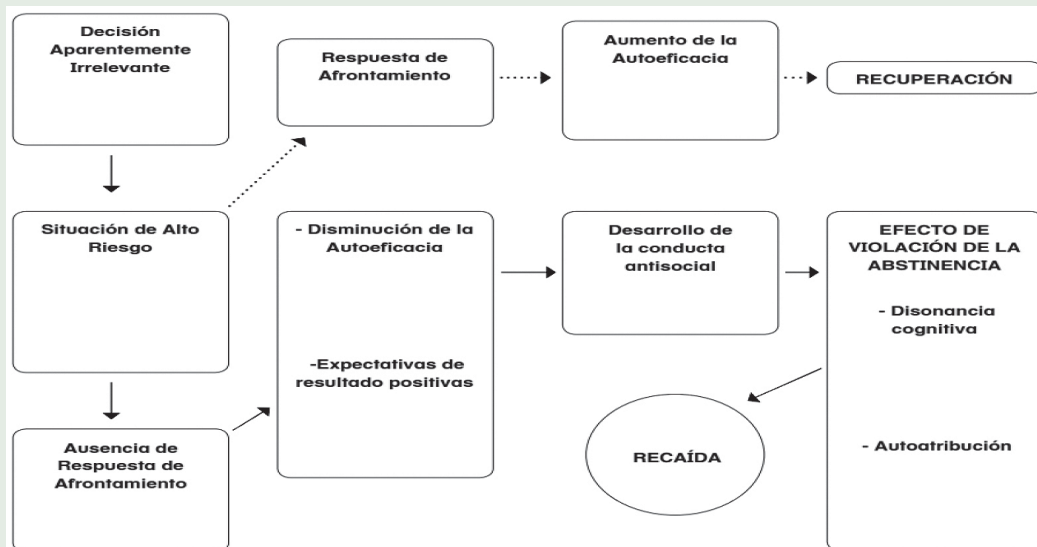
Actividad N° 2: Mi modelo de recaída

Con este ejercicio, siguiendo el mismo procedimiento que en la actividad previa, se pretende que los jóvenes analicen y comprendan cómo se ha producido su proceso de recaída, valorando cada uno de los pasos necesarios. Para ello, el monitor les entrega la hoja de recursos “Mi modelo de recaída”, explicándoles que deberán aportar la información necesaria en cada uno de los pasos que les han llevado a experimentar una recaída.

En el caso de jóvenes sancionados por su primer delito, el ejercicio se plantearía en el sentido de analizar el proceso que podría llevarse a cometer un nuevo acto antisocial y/o delictivo.

→ **Hoja de recursos** “Mi modelo de recaída”

Instrucciones: crea tu propio modelo de recaída para el comportamiento antisocial.



Tras la puesta en común del ejercicio por parte de cada uno de los participantes, se ha de enfatizar y asegurar la comprensión de las diferencias entre una caída y una recaída, resaltando la importancia de adquirir unas adecuadas habilidades de afrontamiento que nos permitan romper la cadena de pasos que pueden llevar a un joven a reincidir.

Actividad Nº 3: Señales de riesgo y aviso en el pensamiento y las emociones

Una vez que los participantes han comprendido el proceso o los pasos que pueden llevarlos a reincidir, el siguiente paso consiste en valorar qué elementos o situaciones pueden favorecer el proceso de recaída. El monitor puede introducir la actividad de la siguiente manera: “ahora que ya saben cómo se produce una recaída, lo que vamos a hacer es ver qué situaciones, pensamientos, emociones o conductas nos pueden colocar en una situación de riesgo para volver a desarrollar comportamientos antisociales. Como les acabo de decir, esos elementos de riesgo pueden estar en el ambiente, en lo que pensamos, en lo que sentimos o en lo que hacemos. Vamos a empezar viendo los elementos de riesgo que se encuentran en lo que pensamos y sentimos”.

Seguidamente, el monitor les reparte la hoja de recursos “Señales de riesgo y aviso en lo que pienso y siento”, explicándoles el contenido teórico de la misma, junto con los ejemplos aportados. Finalmente, tras la explicación de los factores y ejemplos, los jóvenes aportarán sus ejemplos personales en la última columna de la hoja de trabajo, pudiendo hacer referencia al presente o al pasado.

→ **Hoja de recursos** “Señales de riesgo y aviso en lo que pienso y siento”

Instrucciones: después de conocer el riesgo para reincidir que puede existir en nuestro pensamiento y en lo que sentimos, aporta tus propios ejemplos personales sobre cada uno de los elementos descritos.

Factores	Ejemplo	Mi ejemplo
Actitudes negativas: negar la existencia de cualquier problema, sentimiento negativo o, incluso, la probabilidad de reincidir. Por ejemplo, tener dudas sobre la recuperación, impaciencia, confiar demasiado en las propias capacidades, insatisfacción, tener actitudes y creencias rígidas.	“No haber cometido ningún delito durante estos tres últimos meses no ha sido tan difícil” “Creo que ya puedo controlarme solo” “Ya he superado mi problema” “Es cuestión de voluntad”	

Idealizar el efecto del delito: continuar idealizando las consecuencias y recompensas positivas que se obtenían con el comportamiento antisocial.	“Me encuentro con un amigo con el que solía robar y empezamos a recordar con euforia lo que hacíamos”	
Sentimientos y estados de ánimo negativos: sentimientos de aburrimiento, depresión, soledad, infelicidad, tristeza, ira, ansiedad, culpa o cambios bruscos en el estado de ánimo.	“Estaba tan enfadado que salí a la calle y agredí a un hombre que me llamó la atención por haberle empujado” “No tiene sentido que yo cambie, siempre voy a tener problemas”	
Poner a prueba el control personal: fantasías sobre tener una alta capacidad de control, racionalizando y negando el peligro de encontrarse en situaciones de alto riesgo.	“En estos momentos, si vuelvo a cometer un robo, uno solo, no supondrá ningún problema para mí. Así sabré si tengo controlado el problema”	
Estados emocionales positivos: generar un sentido falso de seguridad sobre el proceso de recuperación por la presencia de un estado de ánimo positivo un tanto exagerado.	“Estoy muy contento con mi situación, todo va muy bien. Realmente, yo sería capaz de realizar delitos esporádicos sin perder el control”	
Sueños relacionados con la recaída: tener sueños muy vívidos y recurrentes sobre la comisión de actos antisociales.	“Ya he vuelto a soñar que robaba un coche, tengo la sensación de que he vuelto a caer” “Este sueño significa que no estoy del todo motivado para continuar con el tratamiento”	

Actividad N° 4: Señales de riesgo y aviso en la conducta

Continuando con el tipo de análisis realizado en la actividad previa, en este ejercicio los jóvenes van a valorar y analizar factores de riesgo y aviso relacionados con la realización de conductas de alto riesgo. Para ello, el monitor explica: “ahora vamos a ver qué riesgo de volver a desarrollar comportamientos antisociales podemos encontrar en lo que hacemos, en nuestras conductas”. Se reparte la hoja de recursos “Señales de riesgo y aviso en lo que hago”, procediéndose de igual manera que en la anterior actividad.

→ **Hoja de recursos** “Señales de riesgo y aviso en lo que hago”

Instrucciones: después de conocer el riesgo para reincidir que puede existir en lo que hacemos, aporta tus propios ejemplos personales sobre cada uno de los elementos descritos.

Factores	Ejemplo	Mi ejemplo
Reaccionar de forma exagerada ante deslices o recaídas: la reacción ante un desliz hace que se produzca una auténtica recaída.	“He fracasado, todo lo que había conseguido ya no sirve para nada. No tiene sentido que siga cambiando”	
Conductas impulsivas: tomar decisiones inmediatas, sin pensar, como en una especie de arrebatos de ira o de frustración.	Abandonar el tratamiento Dejar el trabajo o a la pareja Inversiones arriesgadas	
Otras conductas inadecuadas: realización de conductas no antisociales pero que se encuentran al límite de incumplir la ley o se consideran faltas menores.	“Cuando tenga un problema con alguien, en vez de pegarle, solo me reiré de él, lo insultaré”	
Cambios graduales en el estilo de vida: se empiezan a producir cambios graduales en la vida diaria durante la recuperación.	Dejar de hacer las actividades programadas Disminuir la participación en el programa de intervención Cambiar algunos hábitos diarios	

Actividad N° 5: Otras señales de riesgo y aviso

Para finalizar con el análisis de factores y situaciones de riesgo, en esta actividad los jóvenes analizarán otro tipo de señales que también pueden influir en el proceso de recaída. El monitor reparte la hoja de recursos “Otras señales de riesgo y aviso”, procediéndose de la misma manera que en las dos últimas actividades.

→ **Hoja de recursos** “Otras señales de riesgo y aviso”

Instrucciones: después de conocer estas otras señales de riesgo, aporta tus propios ejemplos personales sobre cada uno de los elementos descritos.

Factores	Ejemplo	Mi ejemplo
Presencia de trastornos mentales: existe de forma previa o simultánea a la conducta antisocial y alteran la forma de pensar, sentir y comportarse de la persona. Por ejemplo, trastornos de ansiedad, del estado de ánimo, de consumo de drogas, de la personalidad, etc.	“Estaba muy alterado, no pude controlarme y le pegué” “Tuve que robar a esa señora, necesitaba el dinero para pagar la cocaína que tomé ayer”	
Eventos vitales: cambios negativos, importantes e inesperados en la vida de la persona que producen una reacción de estrés exagerada.	Muerte de un ser querido Problemas económicos Perder el trabajo	
Permisividad familiar: el círculo familiar o de amistades relajan las normas de convivencia e ignoran las señales de recaída que tienen lugar en la conducta de la persona.	“Siempre que he vuelto a delinquir, mi familia y amigos han estado a mi lado. Nunca me han rechazado”	

Finalmente, entre todos se hará un resumen de todos los tipos de situaciones y elementos de riesgo que pueden favorecer que, en un determinado momento, un joven vuelva a cometer un acto antisocial/ delictivo.

Actividad complementaria

Con el fin de que vayan practicando sobre la temática de la próxima sesión, se les entrega la hoja de recursos “Evitando recaídas” indicándoles que deben pensar sobre qué se podría haber cambiado en cada caso para evitar las recaídas de los personajes que aparecen en la hoja.

→ **Hoja de recursos** “Evitando recaídas”

Instrucciones: Aquí tienes dos ejemplos de posibles formas de tener una recaída. Identifica en cada una de las situaciones qué cosas se podrían haber cambiado para evitar la recaída.

- **Caso 1:** Juan acaba de volver al colegio después de un tiempo en el centro de menores. Cuando está entrando por la puerta oye detrás de él risitas y murmullos. Juan intenta seguir andando como si no pasara nada, pero las risas cada vez son más altas y siente cómo le palpita el corazón cada vez más deprisa. Juan piensa “se están riendo de mí, no puedo permitirlo o no me tendrán ningún respeto”, entonces da media vuelta, se dirige hacia tres chicos que estaban detrás de él y empuja a uno de ellos contra la pared, dándole un golpe en la cabeza que le produce una corte. Le llevan al hospital.

- ¿Qué cosas se podrían haber cambiado para evitar la recaída de Juan?

- **Caso 2:** Sandra está muy contenta de volver a su antiguo barrio y ver a sus amigos. Cuando va de camino a casa se encuentra con sus tres mejores amigas quemando una papelera al lado de la parada de autobús. Se alegran mucho de verla y corren hacia ella para saludarla. “Qué bacán, Sandra,

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. El riesgo para volver a cometer un comportamiento antisocial está en lo que yo pienso, siento y hago, nunca puede existir un riesgo en el ambiente o en los demás (FALSO). 2. Tras analizar todos los tipos de señales de riesgo y aviso que pueden existir para volver a delinquir, me he dado cuenta de que pensar que uno mismo es capaz de superarlo sin ayuda es un pensamiento que favorece la recaída (VERDADERO). 3. Estoy seguro de que experimentar un estado de ánimo feliz, aunque sea exagerado, nunca va a influir en tener una recaída (FALSO).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 PREVENCIÓN DE RECAÍDAS, INTERVENCIÓN

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca y practique estrategias de prevención de recaída delictual.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven identifica y practica estrategias para la prevención de la comisión de un delito.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra. ✓ Plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos ¿Cómo prevenir la recaída de Jorge? ✓ Hoja de recursos "Afrontando mis recaídas". ✓ Hoja de recursos "Estrategias para prevenir recaídas". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Con esta segunda sesión, lo que se pretende es que los participantes conozcan y elaboren estrategias con las que poder enfrentarse en el futuro a situaciones o factores de riesgo para la recaída. Para ello, comenzaremos trabajando con un caso hipotético en el que los jóvenes tendrán que analizar las cadenas de conducta que llevaron a la recaída, planteando alternativas a la misma y dando una solución final de comportamiento sin recaída. Seguidamente, los participantes realizarán el mismo ejercicio pero en referencia a su propio caso. Finalmente, se comentarán una serie de estrategias útiles para prevenir recaídas. Los conceptos clave a trabajar en esta sesión son: ✓ Recaída: consiste en la repetición del comportamiento problemático, la conducta delictiva en este caso, tras un periodo sin haber realizado el mismo. ✓ Estrategias de detención del proceso de recaída: son las pautas que se le dan a la persona, en este caso al joven delincuente, para evitar que se produzca la reiteración del comportamiento problema y éste recaiga volviendo a delinquir. ✓ Prevención: anticiparse a un inconveniente, dificultad o perjuicio que se conoce de antemano, evitando así que se produzca.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisa la actividad de evitar las recaídas, analizando las soluciones que los participantes hayan aportado para evitar los procesos de los casos analizados. Las ideas se van apuntando en la pizarra, pues posteriormente podrán servir de ejemplo. Actividad N° 2: ¿Cómo prevenir recaídas? Con esta actividad se inicia el trabajo relacionado con la intervención sobre la prevención de recaídas. Para ello, los jóvenes van a trabajar con un caso ficticio para, después, analizar el suyo propio. El trabajo de este ejercicio consiste en dividir la cadena de comportamiento de recaída del protagonista en eslabones de conducta para, en última instancia, plantear alternativas en todos los eslabones. Con esto, los jóvenes tomarán conciencia de que es posible frenar una recaída en distintos momentos del proceso y que, cuanto antes se elimine el riesgo, mayor probabilidad de éxito va a existir.

El monitor les entrega la **hoja de recursos** “¿Cómo prevenir la recaída de Jorge?” y les explica la manera de realizar el ejercicio. Una vez que hayan planteado los eslabones de conducta y todas las alternativas posibles, valorarán su adecuación y/o eficacia con una escala de “0” a “10”, eligiendo las que presenten una puntuación igual o mayor a “8” para establecer su patrón de comportamiento alternativo a la recaída.

→ **Hoja de recursos** ¿Cómo prevenir la recaída de Jorge?

Instrucciones: describe los eslabones de conducta que llevaron a Jorge a recaer. Luego, plantea alternativas a cada uno de los eslabones. Finalmente, plantea un comportamiento alternativo a la recaída.

Situación: Jorge lleva casi un año sin haber vuelto a robar. Cree que la terapia está funcionando, aunque se siente algo cansado, es demasiado tiempo. Una tarde, aburrido en su casa, decide bajar a dar una vuelta al parque donde solía robar con sus amigos. Piensa que ya ha pasado mucho tiempo, no cree que vaya a pasar nada malo. Sentado en un banco, comienza a recordar los “viejos tiempos”, cuando robaban y se lo pasaban genial, se siente algo excitado. Ante esa emoción, piensa si debería salir del parque pero no lo considera peligroso, así que se queda allí sentado. Esa excitación ha despertado su curiosidad sobre qué pasaría si tuviese la oportunidad de robar y piensa que, por una vez, no pasaría nada y que, por lo menos, haría algo excitante y divertido. En ese mismo instante, una señora pasea a solas por el parque y Jorge no se lo piensa dos veces, se lanza sobre ella para robarle el bolso y salir corriendo hacia su casa. Cuando está en su habitación, se siente mal, piensa que es una mala persona, que ha perdido todo el trabajo que había conseguido con la terapia. Está muy nervioso, no sabe qué hacer. Pero está seguro de que no tiene remedio, motivo por el que llama a sus antiguos amigos y vuelve a cometer diversos robos.

Conductas de riesgo en pasos o eslabones	Alternativas a cada paso o eslabón de la cadena	Puntuación
1)	1) 2)	
Mi comportamiento alternativo a la recaída sería:		

Actividad N° 3: Afrontando mis recaídas

En este ejercicio y con un formato similar al de la actividad previa, los jóvenes tendrán que analizar su propio comportamiento de recaída, analizando los eslabones de conducta del mismo, las posibles alternativas a cada eslabón y elaborando un patrón final de comportamiento alternativo. El ejercicio se recoge en la hoja de recursos “Afrontando mis recaídas”. Se recuerda que, para jóvenes sancionados por su primer delito, el ejercicio se planteará en el sentido de cómo podría ser una futura recaída y cómo podrían prevenirla.

→ **Hoja de recursos** “Afrontando mis recaídas”

Instrucciones: describe la situación en la que ocurrió tu recaída y los eslabones de conducta que te llevaron a recaer. Luego, plantea alternativas a cada uno de los eslabones. Finalmente, plantea un comportamiento alternativo a la recaída.

Situación:		
Conductas de riesgo en pasos o eslabones	Alternativas a cada paso o eslabón de la cadena	Puntuación
1)	1) 2)	
Mi comportamiento alternativo a la recaída sería:		

Actividad N° 4: Estrategias para prevenir recaídas

Con el fin de empezar a aportar más soluciones para detener el proceso de recaída, el monitor pide a los participantes que comenten ideas que se pueden realizar al respecto. El monitor explica: “como vimos en la revisión de la actividad complementaria, algunas de las soluciones que podemos plantear para detener el proceso de la recaída son Ahora lo que tienen que hacer es pensar qué podemos hacer para prevenir las recaídas en general, es decir, no con respecto a un caso concreto, sino en cualquier situación de riesgo. No se callen ninguna idea que se les venga a la cabeza, pues puede resultar más útil de lo que piensen”.

Se van apuntando en la pizarra todas las ideas aportadas por los participantes y se debate sobre las mismas. Se pueden recoger algunas de las siguientes ideas: cambiar de pensamiento, pensar en cosas agradables o intensas, realizar otra actividad, decírselo a alguien con quien tengas confianza, pensar en las cosas que perdiste como consecuencia de la violencia.

A continuación, el monitor les entrega la hoja de recursos “Estrategias para prevenir recaídas” y les explica el contenido de la misma: “Podemos decir que para prevenir o frenar el proceso de recaídas hay que tener en cuenta varios factores clave”.

→ **Hoja de recursos** “Estrategias para prevenir recaídas”

Instrucciones: lee atentamente esta información para que tengas un mayor repertorio de estrategias para prevenir futuras recaídas. Coméntalas con tus compañeros.

1. Ser conscientes de aquellas situaciones y factores de riesgo que nos pueden conducir, poco a poco, a una recaída sin que nos demos cuenta de ello.
2. Saber identificar los pensamientos erróneos que se relacionan con la recaída (“por una vez no pasa nada”, “después seré capaz de controlarme”), y modificarlos para que nos sea más fácil salir airosos de esas situaciones.
3. Controlar los fallos ocasionales o deslices: si admitimos los deslices como un fracaso personal, a probabilidad de recaída aumentará. Por el contrario, si los consideramos como un error del que se puede aprender para el futuro, la probabilidad de recaer disminuirá.
4. Realizar un contrato de recaídas: establecer algún tipo de acuerdo firmado con el terapeuta o la familia sobre los pasos a seguir en caso de que se produzca una recaída o deslíz. Este contrato puede incluir castigos, multas si cometes una falta, así como alguna conducta a realizar antes de la recaída. Por ejemplo, esperar 15 minutos antes de realizar el acto antisocial y dedicar ese tiempo a reflexionar y reconsiderar la situación.
5. Puedes planificar crisis y recaídas: ensayando episodios de recaída, de forma imaginaria o simulada, para anticiparte y prepararte para afrontar situaciones reales y conducta de alto riesgo.
6. Intenta evitar, en la medida de lo posible, los entornos que pueden favorecer el riesgo de recaída, así como evitar recibir la influencia de otras personas con las que relacionamos el comportamiento antisocial.
7. Modifica tu estilo de vida: planifica, junto con tu terapeuta o familia, las actividades que puedes desarrollar a lo largo del día o en tu tiempo libre y que se ajusten a tus necesidades.

A lo largo del programa hemos ido desarrollando muchas habilidades y técnicas que podemos utilizar para prevenir las recaídas. Ahora es el momento de llevarlas a la práctica en su totalidad, y comprobar nosotros mismos los beneficios de ello.

En resumen, lo que podemos hacer para evitar una recaída es:

- Identificar las situaciones de riesgo concretas, ayudándose con preguntas como: ¿Cuándo pasan esas cosas? ¿Cómo pasan? ¿Cómo puedo darme cuenta antes?
- Anticipar. Pensar qué riesgos puede haber en una situación antes de estar ahí.
- Afrontar el impulso de cometer el acto
- Imaginarse frente a una señal de STOP:

	Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Si un proceso de recaída no lo detienes en su inicio, no hay manera de detenerlo (FALSO). 2. Es muy importante plantear alternativas a la recaída en cada uno de los eslabones de conducta que nos pueden llevar a recaer (VERDADERO). 3. Cuantas más situaciones y señales de riesgo conozca e identifique, joven será el riesgo de que vuelva a reincidir (VERDADERO).
CIERRE	Se agradece su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 CONOCIÉNDOME MEJOR A MÍ MISMO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven establezca metas futuras integrando los elementos trabajados a lo largo del programa.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven planifica metas futuras en diversas facetas de su vida personal.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Pizarra y plumones.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos "Sintetizando el programa". ✓ Hoja de recursos "Resumen final". ✓ Hoja de recursos "Mi escalera". ✓ Hoja de recursos "Otras metas en mi vida". ✓ Pauta de Evaluación.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para conseguir los objetivos planteados, se desarrollarán unas dinámicas encaminadas, fundamentalmente, a integrar toda la información trabajada en el programa así como a la elaboración de futuras metas personales. Para ello, en primer lugar, se recordarán los contenidos del programa, elaborándose un resumen de las capacidades y recursos relevantes en cada uno de los temas tratados. Seguidamente se desarrollarán metas personales en las distintas áreas de vida, indicando las metas intermedias necesarias y las habilidades o recursos a tener en cuenta. Los conceptos clave que se trabajarán son: ✓ Emoción: proceso afectivo multidimensional, que suele ser breve, intenso y temporalmente asociado con un estímulo desencadenante externo o interno. Tiene 4 componentes: subjetivo (sentimiento), cognitivo (valoración de la situación y pensamientos relacionados con la misma), fisiológico (funciones somáticas) y motor expresivo (expresión facial, voz, movimientos del cuerpo). ✓ Pensamiento: actividad y creación de la mente, es decir, todo aquello que es traído a la realidad mediante la actividad del intelecto. Todo aquello que sea de naturaleza mental es considerado pensamiento, bien sean abstractos, racionales, creativos, artísticos, etc. ✓ Comportamiento: acciones y respuestas que las personas realizamos.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Sintetizando el programa Con la presente actividad se persigue que los jóvenes repasen y, al mismo tiempo, resuman todos los aspectos más relevantes que se han trabajado a lo largo del programa. Para ello, el monitor introduce la actividad de la siguiente manera: "para fortalecer y consolidar los cambios que han conseguido a lo largo del programa vamos hacer un resumen de aquellas cosas que ustedes consideran que le han ayudado al cambio en las siguientes áreas: reconocimiento del delito, análisis de las emociones y su influencia en la conducta, el papel de las emociones negativas y el manejo de la ira, cómo se cambian pensamientos distorsionados, cómo se inicia, desarrolla, consolida y se cambia la agresión implicada en un delito, el papel de la personalidad en el comportamiento antisocial/delictivo y cómo prevenir recaídas. Esta síntesis del programa les va permitir plantearse nuevas metas y objetivos para seguir creciendo a nivel psicológico en las distintas áreas de su vida".

El monitor les entrega la **hoja de recursos** “Sintetizando el programa” y les indica a los participantes que deben ir rellenando cada apartado con los aspectos que recuerden se han trabajado en el programa.

→ **Hoja de recursos** “Sintetizando el programa”

Instrucciones: para fortalecer y consolidar los cambios que han conseguido a lo largo del programa vamos a hacer un resumen de aquellas cosas que ustedes consideran que le han ayudado a conseguir un cambio en su estilo de vida.

- Reconociendo el delito	
- Análisis de las emociones y su influencia en la conducta delictiva	
- El papel de las emociones negativas como la ira	
- Cambio de pensamientos distorsionados por otros más adaptativos	
- Cómo se inicia, desarrolla y consolida el comportamiento agresivo	
- Papel de la personalidad en el comportamiento desviado	
- Cómo prevenir recaídas	

Cuando terminen, se van apuntando todos los resultados en la pizarra. Si algún elemento no queda registrado, el monitor lo nombrará para que los participantes aporten alguna idea al respecto. Los contenidos se recogen en la Tabla “Contenidos del programa”.

→ **Tabla:** Contenidos del Programa

- El comportamiento delictivo: Definiciones del comportamiento delictivo, análisis funcional del comportamiento delictivo (antecedentes, conducta, consecuencias), pensamientos y emociones asociadas, motivos para delinquir (intrapersonales e interpersonales), motivación al cambio (precontemplación, contemplación, preparación, cambio, mantenimiento y recaída)
- Las emociones: Qué es una emoción, tipos de emociones (positivas, negativas), situación - pensamiento - emoción, empatía (qué es, en qué consiste y para qué nos sirve), ansiedad (qué es, componentes cognitivo, fisiológico y motor, desencadenantes y relación con la conducta agresiva) y su manejo (pensamientos negativos y alternativos, respiración abdominal)
- Emociones negativas: Qué es la ira, componente fisiológico, cognitivo y motor, modelo a-b-c, consecuencias de la ira, disparadores de ira, perfil de ira, análisis funcional de la ira, control de la ira (relajación, pensamientos alternativos, autoinstrucciones y autorrefuerzo)
- Pensamientos distorsionados: Tipos de pensamientos, pensamientos distorsionados, consecuencias, perfil de pensamientos, círculo de riesgo (a-b-c), atribuciones, consecuencias de mi forma de pensar, cómo cambiar mis pensamientos distorsionados (identificación, criterio de evidencia y utilidad, sustitución por pensamientos alternativos, detección del pensamiento)
- Caracterización del comportamiento agresivo: Definición de agresión, tipos de agresión (física, psicológica, sexual, directa e indirecta, pasiva o activa), desarrollo del comportamiento agresivo (refuerzo positivo y negativo), análisis evolutivo del comportamiento agresivo (cómo era cuando se inició, qué se ha incorporado, qué ha cambiado, etc.), comportamientos alternativos (autoinstrucciones, recursos), análisis funcional de situaciones personales de comportamientos agresivos, sustitución de mapas y rutas de riesgo por otros alternativos, prevención de recaídas (qué es una recaída, situaciones de riesgo y sustitución por alternativas)
- Personalidad: Autoestima y autoconcepto (qué es, definición de uno mismo, trucos para sentirse mejor, cualidades positivas de uno mismo y los demás), impulsividad (qué es, nuestra conducta impulsiva y sus consecuencias, análisis de situaciones con alternativas de autocontrol), búsqueda de sensaciones (sensaciones límite, ejemplos, casos personales, análisis de pensamientos, emociones y sensaciones asociadas, situaciones o actividades que las producen, actividades de riesgo y sustitución por otras que no conlleven peligro)
- Prevención de recaídas: definición de caída y recaída, modelo de recaída, identificación de señales de riesgo y aviso, estrategias para la prevención de recaídas.

Finalmente, se entrega la **hoja de recursos** “Resumen final” a los participantes en la que han de resumir lo más importante de todo lo comentado previamente considerando los distintos ámbitos. Se debate sobre ello, enfatizándose las habilidades y recursos alternativos que se hayan trabajado y aprendido.

→ **Hoja de recursos** “Resumen final”

Instrucciones: después de repasar todos los contenidos trabajados a lo largo del programa, indica para cada apartado los aspectos más importantes.

Contenidos	Aspectos más relevantes
Comportamiento delictivo	
Emociones	
Emociones negativas	
Pensamientos negativos	
Comportamiento agresivo	
Personalidad	
Prevención de recaídas	

Actividad N° 2: La escalera

Esta actividad persigue el objetivo de que los participantes, habiendo resumido previamente todo lo trabajado en el programa, establezcan metas personales adecuadas para diversos ámbitos de su vida. Para ello, el monitor les debe explicar que, para conseguir cosas importantes en nuestras vidas, primero hay que dar pequeños pasos que, conseguidos uno a uno, nos llevarán a plantear otros que son cada vez más adaptativos. Es decir, que para conseguir cosas importantes en nuestras vidas debemos pensar con perspectiva, establecer pequeños objetivos e irlos consiguiendo poco a poco.

El monitor puede explicar el ejemplo recogido en la Tabla “Pasos para ser mecánico/jardinero/auxiliar administrativo”. Se indican varios nombres para desarrollar esta actividad, con el objetivo de que el monitor elija el que considere más oportuno.

→ **Tabla:** Pasos para ser mecánico/jardinero/auxiliar administrativo

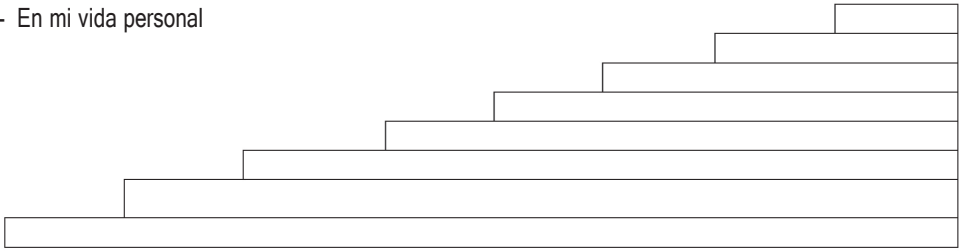
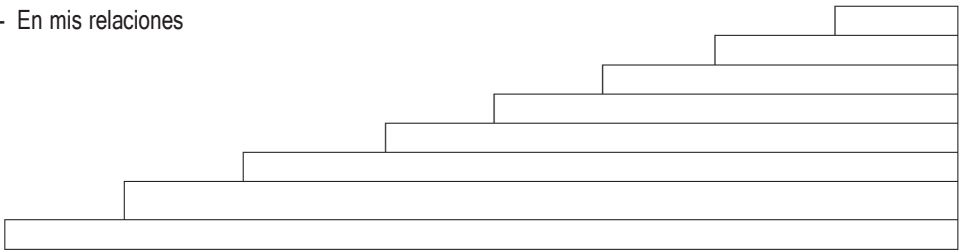
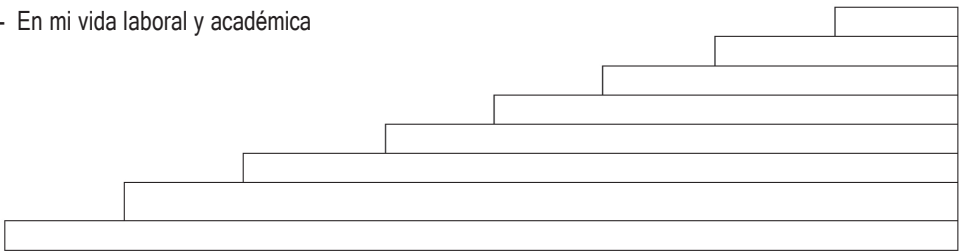
						Ser.....
					Egresar de E. Media	
				Aprobar 1° Año Medio		
			Matricularme en E. Media			
		Egresar de E. Básica				
	Aprobar 6° Año Básico					
Matricularme en un E. Educacional o Programa de Re-escolarización						
Aprobar 1 nivel de E. Básica						

Seguidamente, se entrega la hoja de recursos “Mi escalera”, en la cual deben proponer una meta en cada una de las áreas reflejadas, así como rellenar la escalera con los pasos necesarios para conseguirla.

Cuando finalicen, se analizan los resultados y se debate en relación a ello, teniendo en cuenta las habilidades o recursos que se podrían emplear.

→ **Hoja de recursos** “Mi escalera”

Instrucciones: piensa en una meta que puedas conseguir en cada una de estas áreas y describe en la escalera los pasos necesarios para conseguirla.

	- En mi vida personal  - En mis relaciones  - En mi vida laboral y académica 
EVALUACIÓN	Actividad complementaria Se propone que en la hoja de recursos “Otras metas en mi vida” sigan planteando metas en otros ámbitos de su vida que no se hayan trabajado en la sesión, indicando todos los pasos necesarios para alcanzarlas así como las habilidades o recursos necesarios. → Hoja de recursos “Otras metas en mi vida” Instrucciones: sigue planteando metas que puedas conseguir y describe en la escalera los pasos necesarios para conseguirla, así como las habilidades o recursos necesarios. Síntesis de la sesión Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.
CIERRE	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando las siguientes preguntas de evaluación: 1. Haciendo un resumen de todo lo que he trabajado a lo largo del programa, he recordado que únicamente puedo controlar mi ira mediante estrategias de control de la activación (FALSO). 2. También he recordado que los pensamientos negativos no influyen sobre mi forma de comportarme (FALSO). 3. Para alcanzar una meta importante en mi vida, lo más adecuado es que planifique los pasos que debo seguir para alcanzarla (VERDADERO). Se agradece a los asistentes su participación, se les motiva a asistir a la siguiente actividad programada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4

CÓMO POTENCIAR UNA VIDA ALTERNATIVA A LA AGRESIÓN Y A LA VIOLENCIA

OBJETIVO	✓ Que el/la joven construya un proyecto de vida alternativo a la comisión de delitos.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El/la joven realiza un proyecto de vida alejados de la comisión de delitos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos ¿Qué puedo hacer? ✓ Hoja de recursos “Un chico como yo”. ✓ Hoja de recursos “Mis metas en la vida”. ✓ Hoja de recursos “Mis planes de futuro”. ✓ Hoja de recursos “Mi compromiso final”.
DURACIÓN	1 o 2 sesiones de 45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para esta sesión se va a llevar a cabo un ejercicio que estimule la capacidad de pensar en el futuro, más allá del momento en que salgan del programa. Se trabajará constantemente la identificación de metas e ilusiones, se establecerá el esfuerzo que necesitarán para llevarlo a cabo y se les pedirá que reflexionen sobre sus propias cualidades y capacidades para que vean que serán capaces de hacer todo aquellos que quieran conseguir, con esfuerzo. Los conceptos clave que se trabajarán son: ✓ Futuro: lo que está por llegar o suceder. Lo que sucederá una vez salga de programa, cuando cumpla mi medida judicial. ✓ Meta: objetivo que se pretende alcanzar ya sea a nivel personal, familiar., etc. ✓ Esfuerzo: utilización de todos los medios de los que dispone una persona para conseguir algo que desea. Por ejemplo: me esfuerzo en mi trabajo porque quiero conservarlo.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Revisión de la actividad complementaria Se revisan las metas establecidas por los participantes en la actividad complementaria, analizándose tanto los pasos intermedios a determinar como la adecuación de los recursos que se podrían emplear para alcanzarlas. Estas metas nos servirán como ejemplo de forma posterior. Actividad N° 2: ¿Qué puedo hacer? Con esta actividad se pretende que los jóvenes sean capaces de ver sus capacidades, aquello que saben hacer, y que lo hacen bien, por ello se hará hincapié en los aspectos positivos de cada uno. El monitor les entrega la hoja de recursos ¿Qué puedo hacer? indicándoles que deben contestar a las preguntas, dejando más o menos cinco minutos para que lo contesten. Para ello se puede introducir de la siguiente manera: “a lo largo de todas las sesiones han aprendido mucho, de ustedes mismos, de sus sentimientos, de sus pensamientos... Hoy vamos a seguir trabajando para que puedan conocerse un poco mejor a ustedes mismos: vamos a ver qué esperan de su futuro, qué capacidades saben que tienen, y cuáles tienen pero aún no lo saben. Van a comenzar rellenando el siguiente cuadro que les voy a entregar ahora. Son sólo tres preguntas, y cuando lo tengan terminado vamos a pasar a comentarlo y vamos a buscar, entre todos, aquellas cosas que son capaces de hacer pero que ustedes no lo saben, o no quieren verlo”.

→ **Hoja de recursos** ¿Qué puedo hacer?

Instrucciones: reflexiona y contesta a las preguntas que aparecen a continuación.

¿Cuáles son mis aspectos positivos/virtudes?	
¿Qué soy capaz de hacer?	
Si me esfuerzo ¿Qué más sería capaz de conseguir?	

Se comenta de manera grupal las respuestas de los participantes a cada una de las tres preguntas, debatiéndose sobre la importancia de ser conscientes de nuestras propias capacidades y virtudes para poder organizar nuestra vida, alcanzar las metas deseadas y planificar nuestro futuro.

Actividad N° 3: Haciendo planes

Con esta actividad se pretende que los participantes sean capaces de hacer planes (positivos) acerca de su futuro, tanto a corto plazo dentro del programa, como a largo plazo cuando lo finalicen.

Para ello, el monitor les leerá el caso que se recoge en la hoja de recursos “Un chico como yo”. Una vez leído el caso, los participantes deberán ponerse en el lugar del protagonista para analizar cómo han evolucionado sus pensamientos, sentimientos, comportamientos y cómo con ello ha mejorado su vida notablemente. Los participantes deberán contestar a las preguntas reflejadas.

Para finalizar se les motivará para que sean capaces de cumplir sus sueños, integrándolos con sus capacidades del ejercicio anterior. “Estoy orgulloso de ustedes porque han sido capaces de encontrar sus virtudes y de encontrarlas también en los demás compañeros. Estoy seguro que todos vosotros van a ser capaces de cumplir todos sus sueños, y de que van conseguir todo lo que se propongan, con esfuerzo y dedicación, como hizo Alberto. Porque ustedes también pueden llegar a tener la vida que quieran”.

→ **Hoja de recursos** “Un chico como yo”

Instrucciones: lee la historia de Alberto y contesta a las preguntas que aparecen a continuación.

“Cuando Alberto llegó al CIP CRC de Coronel tenía 15 años. Le habían denunciado varias veces por robar, a punta de arma blanca, en su barrio. Pero a él no le importaba, pensaba que no le iba a ocurrir nada. El dinero que conseguía en sus asaltos se lo gastaba en irse a un parque a beber alcohol con sus amigos. Cuando se emborrachaban destruían todo lo que hubiese alrededor suyo. Uno de los vecinos, Pedro, ya estaba harto de él, de que dejara el parque en el que juegan los niños lleno de vidrios, de que siempre anduviera asaltando a personas mayores, o a las personas más indefensas. Decidió ir a hablar con él para que se fuera a otro lugar a cometer sus delitos. Cuando Pedro se acercó a él, Alberto sacó la cuchilla y le acuchilló hasta que le mató. Al día siguiente Alberto fue detenido. Tras todo el proceso terminó en un Centro de privación de libertad. Al principio todo le daba igual, y pensaba que Pedro se lo había buscado por ir a decirle lo que tenía que hacer, pensaba que podía hacer lo que quería y que hizo bien al “callarle la boca” a su vecino para siempre.

Pero cuando pasaron unos meses algo empezó a cambiar, Alberto estaba participando en un programa de rehabilitación como éste, y comenzó a darse cuenta de lo que había hecho. Al principio pensaba que todo el programa era una tontería, pero poco a poco se fue dando cuenta del daño que había hecho, de los errores que había cometido, de los sentimientos que causaban sus delitos en las demás personas.

Alberto, ayudado por sus monitores, empezó a hacer planes para cuando saliera del centro: pensaba terminar la condena y hacer un módulo de mecánica, porque siempre le habían gustado mucho los autos, también tenía muchas ganas de ver a sus padres y de pasar más tiempo con ellos.

También le rondaba por la cabeza una chica, amiga de su prima Laura, pensaba mucho en ella y cuando saliera del centro pensaba quedar con ella, y si ella quisiera intentaría algo más serio.

Pero para todo esto tenía que conseguir salir del centro, así que pensó que el tiempo que le quedaba de estar allí lo iba a aprovechar ayudando a los chicos nuevos que iban entrando para que no se sintieran tan solos, para que nadie se aprovechara de ellos, para que evitaran meterse en líos. Y así lo hizo, como resultado consiguió que el tiempo que le quedaba dentro del centro fuera mucho más tranquilo, él se sentía mucho mejor, se dio cuenta que no necesitaba pelearse, o insultar para conseguir lo que quería.

Hoy en día Alberto tiene 20 años, está trabajando como mecánico en el taller de un amigo de su padre, y aunque no consiguió a la chica que él quería, pronto conoció a otra chica, Eva, que le ayudó con sus estudios, le apoyó cuando se sentía mal, le ayudaba en los malos momentos y con la que se divertía mucho.”

¿Cuáles eran los pensamientos que Alberto tenía al entrar al centro? ¿Qué sentía?

¿Y por qué piensas que decidió cambiar? ¿Cambio su forma de pensar?

¿Qué ha cambiado en la vida de Alberto?

¿Cómo se sentía después del cambio?

¿Crees que su vida ha mejorado?

¿Te gustaría que tu historia fuera similar a la suya?

Actividad N° 4: Sin tiempo que perder

Con esta actividad se tratará que los participantes integren las dos actividades anteriores y que comiencen a hacer planes a corto plazo, y que poco a poco puedan comenzar a cumplirlos (por ejemplo: evitar peleas). También se va a facilitar que los jóvenes lo contemplen como posibilidad e introduzcan metas a nivel social, familiar y académico o laboral.

Para cumplir este objetivo se les pedirá que elaboren individualmente en la hoja de recursos “Mis metas en la vida” una lista de metas para su futuro. El monitor explica: “ahora van a tener un rato para pensar qué es lo que quieren para su vida, que piensen si quieren una vida como la que, al final de todo, tuvo Alberto: la vida que él quiso. Para llegar a conseguirlo antes hay que hacer unos planes, vamos a ver cuáles son sus planes para empezar a conseguir la vida que quieren conseguir. Piensen, por ejemplo, que se pueden empezar desde ya: evitando peleas, o pensando en hacer cursos de capacitación, para ir aprendiendo un oficio en el que puedan trabajar cuando terminen el programa, pensando en su familia, qué harán cuando vuelvan a verlos, cuando vuelvan a casa... Recuerden que si establecen una meta a largo plazo, la tienen que descomponer en metas intermedias, como en las escaleras de la sesión anterior”.

→ Hoja de recursos “Mis metas en la vida”

Instrucciones: reflexiona sobre cuáles son los valores y objetivos que son importantes en este momento de tu vida, cual quieres conservar porque son valiosos y cuales podrías modificar ya que no tienen sentido.

Áreas	Metas a corto y largo plazo
Personal	- Corto plazo - Largo plazo
Familia	- Corto plazo - Largo plazo
Laboral/académico	- Corto plazo - Largo plazo
Social	- Corto plazo - Largo plazo

Salud	- Corto plazo - Largo plazo
Ocio	- Corto plazo - Largo plazo

A continuación, en la **hoja de recursos** “Mis planes de futuro”, añadirán las habilidades necesarias para cumplir las metas que se han propuesto en cada uno de los ámbitos de su vida, así como el esfuerzo que van a necesitar para llevarlo a cabo. El monitor dice lo siguiente: “para que vean que son capaces de llevarlo a cabo, vamos a ver para cada plan de futuro que hagan, qué es lo que necesitan para conseguirlo y cuánto esfuerzo real les puede llevar. Así verán que realmente para todo es necesario esforzarse, pero también verán que si lo desean con ganas el esfuerzo será mucho menor”.

→ **Hoja de recursos** “Mis planes de futuro”

Instrucciones: ahora piensa y describe las habilidades necesarias para cumplir las metas que te has propuesto en cada ámbito de tu vida, indicando también el esfuerzo que crees que será necesario.

Planes de Futuro	¿Qué necesito para conseguirlo?	¿Cuánto esfuerzo me va a llevar? (De 1 a 10; 1=Nada de esfuerzo, 10=Mucho esfuerzo)

Actividad final de programa

Como actividad final se realizará una nueva evaluación de la motivación al cambio de los participantes (3ª Evaluación), con el objetivo de analizar los cambios alcanzados en el grado de motivación de cada joven con respecto al inicio del programa (1ª Evaluación) y a la finalización del tercer módulo (2ª Evaluación). Para ello, se volverá a utilizar la hoja de trabajo de la última sesión del primer módulo (hoja de recursos “Mi motivación al cambio”).

En el caso de que se considere oportuno, el monitor podrá realizar un breve resumen de los diversos estadios de cambio y sus principales características. Dicho resumen queda recogido en la Tabla “Información sobre motivación y estadios de cambio”. Además, el monitor podrá hacer uso de los ejemplos aportados en la última sesión del primer módulo del programa.

→ **Hoja de recursos** “Mi motivación al cambio”

Instrucciones: marca la fase en la que crees que te encuentras en estos momentos en relación a cambiar tu comportamiento antisocial/delictivo y escribe tres razones por las que lo consideras así.

ESTADIOS	1ª EVALUACIÓN Fecha:	2ª EVALUACIÓN Fecha:	3ª EVALUACIÓN Fecha:
PRECONTEMPLACIÓN	Razones:	Razones:	Razones:
CONTEMPLACIÓN	Razones:	Razones:	Razones:
PREPARACIÓN	Razones:	Razones:	Razones:
ACCIÓN	Razones:	Razones:	Razones:
MANTENIMIENTO	Razones:	Razones:	Razones:
RECAÍDA	Razones:	Razones:	Razones:

Tras analizar nuevamente la motivación y observar los cambios que se hayan ido produciendo, en la hoja de recursos “Mi compromiso final”, cada participante deberá firmar un compromiso mediante el cual se comprometerá a mantener en el futuro los cambios alcanzados hasta el momento.

→ Hoja de recursos “Mi compromiso final”

Yo, _____, me sitúo en la fase _____
y me comprometo a mantener en el futuro los siguientes cambios que he alcanzado con
este programa: _____

Firma Joven

Firma Monitor

En, _____a_____de_____de_____

De forma adicional, se puede proponer a los jóvenes que elaboren un pequeño diario en el que, de manera libre, harán un resumen de lo trabajado hoy. Es decir, escribirán y resumirán qué es lo que esperan del futuro, qué es lo que quieren a todos los niveles de su vida, cómo piensan ellos que pueden conseguirlo, y si ahora mismo están motivados para conseguirlo.

Síntesis de la sesión

Como punto final de la sesión y de forma breve, el monitor debe resaltar los aspectos más importantes que se han tratado y relacionarlos con los objetivos propuestos para dar a los jóvenes un sentido de integración de todos los conceptos abordados.

Propiedad Intelectual



Propiedad Intelectual MESP

MANUAL DE INTERVENCIÓN EN SALUD



Pr

ÍNDICE

Introducción	291
Módulo Nº 1: “Salud física y mental”	294
Actividad socio-educativa Nº 1: Necesidades de salud física y mental.	296
Actividad socio-educativa Nº 2: Beneficios de un tratamiento de salud adecuado.	297
Actividad socio-educativa Nº 3: Mapa de red de salud.	299
Actividad socio-educativa Nº 4: Acceso a atención de salud.	300
Módulo Nº 2: “Afectividad y sexualidad”	301
Actividad socio-educativa Nº 1: Tipos de relaciones que establecemos a lo largo de la vida.	303
Actividad socio-educativa Nº 2: Relaciones basadas en el respeto versus relaciones abusivas.	305
Actividad socio-educativa Nº 3: Influencia de los estereotipos sociales en las relaciones.	307
Actividad socio-educativa Nº 4: Elementos de una relación de pareja sana.	308
Actividad socio-educativa Nº 5: Influencia de los medios de comunicación.	309
Actividad socio-educativa Nº 6: Prejuicios y discriminación basados en género.	310
Actividad socio-educativa Nº 7: Estrategias orientadas a reducir la violencia y abuso sexual de género.	311
Actividad socio-educativa Nº 8: La importancia de los derechos sexuales y reproductivos.	313
Actividad socio-educativa Nº 9: Los límites personales en el comportamiento sexual.	315
Actividad socio-educativa Nº 10: La importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja.	317
Actividad socio-educativa Nº 11: Prevención del abuso sexual y la explotación sexual comercial.	318
Actividad socio-educativa Nº 12: Conociendo la red de salud.	320
Actividad socio-educativa Nº 13: Estrategias de reducción de riesgo destinadas a prevenir embarazos no planificados y las ITS.	321
Actividad socio-educativa Nº 14: Métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.	323
Actividad socio-educativa Nº 15: Mitos y realidades del desarrollo sexual.	325
Módulo Nº 3: “Vida saludable libre de consumo de drogas”	326
Actividad socio-educativa Nº 1: Estilo de vida saludable.	328
Actividad socio-educativa Nº 2: Consecuencias del consumo de alcohol y/o drogas.	329
Actividad socio-educativa Nº 3: Mitos y realidades del consumo de alcohol y/o drogas.	331
Actividad socio-educativa Nº 4: Estrategias de afrontamiento y técnicas de relajación.	333
Actividad socio-educativa Nº 5: Patrones de consumo de alcohol y/o drogas.	335
Actividad socio-educativa Nº 6: Factores protectores y de riesgo asociados al uso de drogas.	336
Actividad socio-educativa Nº 7: Consecuencias asociadas al consumo de alcohol y/o drogas.	337
Módulo Nº 4: “Motivación para el cambio”	339
Actividad socio-educativa Nº 1: Reconocimiento de historial de conducta(s).	341
Actividad socio-educativa Nº 2: Ejes motivacionales.	343
Actividad socio-educativa Nº 3: Los otros significativos.	345
Actividad socio-educativa Nº 4: Balance de costos y beneficios.	347
Actividad socio-educativa Nº 5: Toma de decisiones.	348
Módulo Nº 5: “Red de tratamiento por consumo de drogas”	350
Actividad socio-educativa Nº 1: Red de centros de tratamiento.	352
Actividad socio-educativa Nº 2: Centros de tratamiento.	353
Actividad socio-educativa Nº 3: Compromiso.	354
Actividad socio-educativa Nº 4: Rehabilitación por consumo de drogas.	356

INTRODUCCIÓN

Con la entrada en vigencia de la Ley 20.084, sobre responsabilidad penal adolescente, comienza a instalarse la necesidad de intervenir en las dimensiones bio-psico-sociales de los jóvenes, de manera integral y multifactorial, abordando al sujeto como persona en desarrollo, con características evolutivas particulares, y considerando los contextos de vulneración en los que éstos generalmente se desarrollan (Sename, 2011).

En ese sentido, una de las áreas de intervención que diversos autores han planteado como relevante para promover la reinserción en jóvenes infractores es la salud mental (Evans, McReynolds y Wasserman, 2006; Gagnon y Barber, 2010; McReynolds, Schwalbe y Wasserman, 2010).

Según Rioseco et al. (2009), los factores de riesgo relacionados con la conducta delictiva van en un continuo desde el nivel individual hasta el nivel sociocultural. En cambio Rutter (1998), plantea que entre las características personales que harían más vulnerables a los jóvenes a incurrir en actos delictivos se encuentra la *hiperactividad, baja inteligencia, agresividad temprana, bajo autocontrol-impulsividad-alta distractibilidad, irreflexividad* sobre los efectos negativos del comportamiento, alta tendencia a *tomar riesgos*, a *atribuir la responsabilidad de su conducta a fuerzas externas* y a sentir que el mundo es para el propio beneficio, extrema confianza en sí mismo, pereza en el ejercicio del pensamiento crítico, tendencia a interpretar al mundo como un lugar hostil, y abuso de drogas y alcohol (citado en Rioseco et al., 2009).

Los factores de riesgos psicológicos que predisponen al sujeto a la comisión de delitos, pueden ser indicadores de problemáticas en salud mental, que a su vez pudieran estar influyendo en la incursión y mantención de estas conductas ilegales, y en conjunto interfiriendo en la calidad de vida de los sujetos. Además, es posible que los estresores propios de la privación de libertad como el aislamiento, aburrimiento, contacto con situaciones violentas y pérdida de contacto con sus otros significativos, tengan efectos negativos adicionales que complejicen la situación de salud mental de éste (Lambdie y Randell, 2013).

Diversas investigaciones internacionales muestran una alta prevalencia de trastornos psiquiátricos y de salud mental en la población de jóvenes infractores que cumplen sentencia en Centros de justicia, la que, además, es superior a la de jóvenes no infractores (Lennox, Bell, O'Malley, Shaw, y Dolan, 2013).

Las investigaciones desarrolladas en nuestro país son escasas, identificándose dos estudios referidos a la prevalencia de trastornos mentales en adolescentes privados de libertad. El primero de ellos, publicado en 2009, se dedicó a levantar y analizar los datos que arroja la provincia de Concepción, encontrándose a cargo de un equipo dirigido por el profesor Pedro Rioseco. El segundo (año 2012), aborda en exclusiva a la población privada de libertad que se encuentra condenada por la comisión de delito en los centros de régimen cerrado (CRC) de la Región Metropolitana, V y VI regiones, desarrollada por un equipo especializado perteneciente a la Fundación Tierra de Esperanza.

Adicionalmente se puede mencionar la existencia de dos investigaciones: primero, el estudio llevado a cabo por el Instituto de Sociología de la Facultad de Ciencias Sociales de la Pontificia Universidad Católica de Chile (octubre de 2007), por encargo del Sename, realizado, sobre adolescentes de programas ambulatorios y privativos de libertad, orientado a determinar la prevalencia en el consumo de drogas y alcohol, en los que se destacan los

contenidos patológicos asociados al uso y abuso de sustancias, incluyendo datos asociados a comorbilidad con otras patologías mentales. En segundo lugar, se encuentra el Estudio Nacional de Drogas en la población general de Chile, desarrollando en forma periódica por SENDA y cuya última entrega corresponde a su décimo primera realización (2014).

El trabajo de Rioseco et al. (2009), consistió en un estudio que incluyó a adolescentes infractores de un centro cerrado de la Región del Biobío y diez jóvenes no infractores. En forma similar a lo observado por los estudios internacionales, éste reportó altos niveles de prevalencia anual de trastornos de salud mental, llegando al 90% de los casos en la muestra del grupo de infractores (41% en el grupo de controles). A nivel individual, las patologías más prevalentes en éste, fueron el trastorno de conducta disocial 70%, el trastorno por abuso de alcohol (42%), la dependencia de marihuana (32%) y el abuso de otras sustancias, incluida cocaína (26%). En el caso de los cuadros internalizantes, los más prevalentes fueron el trastorno de ansiedad de separación (16%) y en una proporción mucho menor, la fobia social (4%) y el trastorno depresivo mayor (2%).

Por su parte, la segunda experiencia chilena, llevada a cabo por la Fundación Tierra de Esperanza, realizada con adolescentes que se encontraban cumpliendo penas de internación en Régimen Cerrado en las regiones Metropolitana, Valparaíso y O'Higgins, cuyo objetivo fue identificar las características de la demanda de atención en salud mental y psiquiatría de los jóvenes que cumplen condena en el Sistema de Régimen Cerrado. Los resultados del estudio revelaron que un 62% de los adolescentes ha presentado un trastorno de salud mental durante los 12 meses anteriores a la realización de la evaluación. La más alta presencia de casos se aprecia en los trastornos disruptivos, con un 41,2%; seguido por los trastornos asociados a sustancias (uso, consumo o abuso de las mismas) con un 38,9%; los trastornos ansiosos, con un 33%, y los trastornos afectivos, con un 14,4%. Más abajo se presentan también condiciones similares: la ansiedad de separación bordea el 12,7% de los casos; la depresión mayor y el trastorno obsesivo compulsivo con un 10,4% y la fobia específica con un 10%. En cuanto a trastornos asociados a sustancias las cifras levantadas dan cuenta del siguiente detalle: la dependencia de la nicotina alcanza una representatividad del 6,3%, el trastorno por abuso de marihuana un 17,6%, el trastorno por abuso del alcohol un 4,1% y la dependencia del mismo un 0,5% de representatividad.

El contar con los resultados de estos estudios es una herramienta de gran importancia, considerando especialmente que distintos autores mencionan las ventajas al detectar precozmente los problemas de salud mental en los jóvenes que se encuentran en el Sistema de Justicia Juvenil, ya que el paso por éste puede gatillar o consolidar trastornos, en especial en aquellos con problemas graves de salud mental (Cauffman, 2004; Grisso, 2003). Lo anterior sería relevante, por ejemplo, en el caso de los que presentan trastornos psicóticos, quienes necesitan intervención farmacológica y atención especializada. Por otra parte, en diversos cuadros psiquiátricos los jóvenes presentan riesgo de autoagresión o de agresión a terceros. Al ser tempranamente identificada esta población vulnerable, es posible reducir la probabilidad de suicidio o agresión a otros, pudiéndose además incorporarla a programas de vigilancia o supervisión, o bien derivarla a centros de atención especializada (Grisso, 2003).

Dado lo anterior, es que tanto el Sename como los distintos actores involucrados en la reinserción social de adolescentes infractores de Ley en nuestro país, identifican la necesidad de contar con estudios que permitan conocer las características de la demanda de atención en salud mental y psiquiatría de los adolescentes condenados tanto a régimen privativo y no privativo de libertad y contar con un modelo de atención en salud mental para adolescentes infractores de ley que considere la detección precoz, el derecho a la atención en salud mental, la continuidad en la atención a pesar de los cambios de medida o condena y la prevención de conductas disruptivas en el espacio cerrado.

Por lo tanto, las herramientas de intervención propuestas en este ámbito de intervención en salud, están orientadas a responder a las necesidades que presenten los/as jóvenes, tanto a nivel físico como mental, basado en un enfoque de derechos y equidad de género, y como parte integral del proceso de intervención. En este sentido, se realiza la vinculación tanto de el/la joven y su familia, a la red de Atención en Salud, que será la encargada de entregar las respuestas oportunas y atinentes de acuerdo a las necesidades presentadas. Para ello, es necesario que los/as jóvenes se encuentren inscritos en sus respectivos Centros de Salud, o bien, inicien su proceso de inscripción correspondiente a la ubicación geográfica de su domicilio.

Asimismo, el equipo realizará el acompañamiento a los procesos de evaluación, diagnóstico y tratamiento que puedan surgir, empoderando a el/la joven y su familia como responsables directos en la continuidad de las intervenciones. Por otra parte, en el área de la Salud Mental, se incorporarán a los/as jóvenes a procesos diagnósticos eficientes y oportunos, que permita una derivación asistida a los centros de la Red Pública, que serán los encargados de confirmar los diagnósticos y entregar un tratamiento adecuado.

La labor principal del equipo es, por una parte, pesquisar, derivar y motivar a el/la joven en el tratamiento que requiera y, por otra, fortalecer el rol de la familia como soporte fundamental para la mantención de estos procesos. En la medida que los/as jóvenes reciban la atención adecuada y pertinente, se podrá resguardar el avance de los procesos de intervención establecidos en la sanción judicial que deben cumplir.

De acuerdo a lo antes señalado, los objetivos de intervención propuestos en este ámbito son:

1. Identificar necesidades de atención de salud física y/o mental de el/la joven.
2. Promover el acceso de el/la joven a un tratamiento de salud física y/o mental.
3. Favorecer en el/la joven el desarrollo de una afectividad y sexualidad responsable, acorde a la etapa de su ciclo vital.
4. Promover en el/la joven un estilo de vida saludable libre del consumo de alcohol y drogas.
5. Favorecer el reconocimiento de las consecuencias negativas asociadas al consumo problemático de alcohol y/o drogas.
6. Aumentar la disposición al cambio de el/la joven, para incorporarse a un programa de tratamiento por consumo de alcohol y/o drogas.
7. Informar a el/la joven sobre la oferta de dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas”.
8. Promover el acceso y/o permanencia del el/la joven en programa de tratamiento de alcohol y/o drogas.

MÓDULO Nº 1

“SALUD FÍSICA Y MENTAL”



OBJETIVOS

1. Identificar necesidades de atención de salud física y/o mental de el/la joven.
2. Promover el acceso de el/la joven a un tratamiento de salud física y/o mental.

Resguardar la condición de salud y asegurar el normal desarrollo de la población adolescente y joven, es un factor decisivo para el crecimiento y progreso de los países, dado que ocurre en una etapa particularmente crucial del curso de vida de los seres humanos.

Aproximadamente dos de cada tres muertes prematuras y un tercio de la carga total de morbilidad en los adultos, están relacionadas con comportamientos que se inician durante la adolescencia. Por tanto, resulta fundamental realizar acciones preventivas en la niñez y adolescencia que favorezcan una mejor salud de la futura población adulta.

Por ello, es un imperativo de salud realizar acciones preventivas y efectivas en este grupo etario, garantizando el acceso a una atención de salud oportuna e integral de adolescentes, que permite evaluar el estado de salud y el crecimiento y normal desarrollo, fomentando los factores y conductas protectores e identificando precozmente los factores y conductas de riesgo, así como, los problemas de salud iniciales o incipientes, previniendo que lleguen a situaciones de riesgo mayor que afecten gravemente su salud, su rendimiento escolar, integración social y - finalmente- su pleno desarrollo.

Se sabe que las conductas de riesgo que se inician en la adolescencia como: conducta sexual de riesgo, consumo de drogas, alcohol y tabaco, sedentarismo, alimentación poco saludable, entre otras, tienen un importante impacto, no sólo, en el presente de la salud y la calidad de vida de adolescentes y jóvenes, sino también, en el estado de salud y la calidad de vida en la etapa adulta.

Estas conductas y condiciones de embarazo no planificado, consumo problemático de alcohol y drogas, deserción escolar, violencia afectan de manera importante el presente de adolescentes y jóvenes y tienen consecuencias desfavorables para su desarrollo físico y emocional, pudiendo constituirse también, en causa de discapacidad o muerte prematura, como consecuencia de accidentes, suicidios y homicidios.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1: NECESIDADES DE SALUD FÍSICA Y MENTAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique sus necesidades para un tratamiento de salud físico y/o mental.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica sus necesidades de tratamiento de salud físico y/o mental.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Ficha antecedentes de salud. ✓ Test de Goldberg. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar. “Detectar necesidad de salud física o mental” El objetivo central de esta primera actividad, es recopilar la mayor cantidad de información respecto al historial de salud. A partir de la información se obtendrá una idea preliminar sobre la posible existencia de un problema de salud física, mental o consumo de alcohol y/o drogas.
DESCRIPCIÓN	Se da inicio a la actividad junto a el/la joven a través de una conversación guiada, que busca explorar sus antecedentes de salud. 1. Realizar entrevista semi-estructurada, utilizando como guía ficha de antecedentes de salud. 2. Aplicar ficha de detección de problemas de salud mental Test de Goldberg (problemas psiquiátricos menores, depresión, ansiedad, inadecuación social e hipocondría). Finalmente se debe evaluar junto a el/la joven los resultados obtenidos, analizando cada una de las respuestas. Si los resultados hacen sospechar la presencia de alguna enfermedad física o mental, se debe indicar que el siguiente paso corresponderá a conocer los distintos centros de atención de salud que existen en la red, a fin de que pueda acceder a una atención de acuerdo a sus necesidades. En caso de presentarse consumo de alcohol y/o drogas, se debe dar continuidad con los módulos Nº 3 (orientado a la prevención especializada, para casos con bajo a moderado nivel de consumo), Módulo Nº 4 (Intervención breve motivacional, para casos con consumo problemático) o Módulo Nº 5 (para motivar el acceso a un centro o programa de tratamiento para el consumo de drogas), los cuales deben ser seleccionados de acuerdo al nivel de riesgo biopsicosocial por consumo de alcohol y/o drogas en el que el joven se encuentre.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se motiva a el/la joven a continuar trabajando la temática del día de hoy, considerando la importancia del cuidado de su salud y bienestar.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2

BENEFICIOS DE UN TRATAMIENTO DE SALUD ADECUADO

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca los beneficios de recibir un tratamiento de salud adecuado.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce los beneficios de recibir un tratamiento de salud. ✓ Joven reconoce la salud como un derecho universal.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video derecho a la salud. ✓ Video vida sana. ✓ Video ¿Qué es la salud? ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Conocer los beneficios de recibir atención de salud”
DESCRIPCIÓN	Se indica a los/las jóvenes que se verán dos videos, uno donde se expone el derecho a la salud y otro sobre ¿qué es la salud? Al finalizar el video se refuerza el concepto de derecho a la salud y sus elementos esenciales: El derecho a la salud, es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como “un estado de completo bienestar físico, mental y social” que “consiste no solamente en el acceso a la atención médica, sino también a todos los bienes y servicios que son esenciales para una vida saludable o que conducen a ella”. Una vivienda segura, un medio ambiente limpio, una alimentación adecuada e información correcta sobre la prevención de enfermedades son las bases de una vida saludable. El derecho a la salud también implica que las personas tengan control sobre su cuerpo y su salud. El derecho a la salud abarca los siguientes elementos esenciales e interrelacionados: a. Disponibilidad: Se refiere a contar con un número suficiente de establecimientos de salud, recursos humanos (considerando médicos, profesionales, técnicos y personal de salud capacitados) y programas, que incluyan los factores determinantes básicos de la salud, como agua limpia potable y condiciones sanitarias adecuadas. b. Accesibilidad: La infraestructura y los servicios de salud deben ser accesibles a todas las personas sin discriminación. Esto incluye: 1) Accesibilidad física. Los centros de salud deben estar ubicados cerca de todas las comunidades. 2) Accesibilidad económica. Todas las personas deben tener acceso al nivel más alto posible de servicios de salud independientemente de sus ingresos. 3) Las personas también deben tener acceso a información pertinente sobre su situación y el tratamiento que recibirá. c. Aceptabilidad: La infraestructura de salud debe estar de acuerdo con la cultura y las prácticas de las comunidades a las que atiende.

	d. Calidad: La infraestructura de salud debe ser apropiada desde el punto de vista científico y médico, y ser de buena calidad; el personal debe estar capacitado; y debe contar con agua potable y condiciones sanitarias adecuadas. Es parte de la calidad de los servicios de salud, el trato respetuoso, adecuado y oportuno a las personas que demandan atención. Posteriormente, se indica a los/las jóvenes que se analizaran historias o noticias con diferentes situaciones donde se transgrede este derecho. Se hace entrega de la hoja de recursos y se les pide que contesten las siguientes preguntas: ¿Qué derechos fueron transgredidos en estas historias? ¿Por qué? ¿Has hecho uso de alguno de los derechos que se mencionan en el video? ¿Cómo afecta a las personas el no ejercer su derecho a la salud? ¿Cuál es tu responsabilidad en el ejercicio de tu derecho a la salud? Se comparten las reflexiones, y se cierra el plenario reforzando la responsabilidad que tenemos para con nosotros/as mismos/as, y con nuestras familias, de ejercer nuestros derechos. En caso que el tiempo transcurrido lo permita, se puede finalizar la actividad exhibiendo el video de refuerzo vida sana.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se motiva a los/las jóvenes a continuar trabajando la temática del día de hoy, considerando la importancia del cuidado de su salud y bienestar.

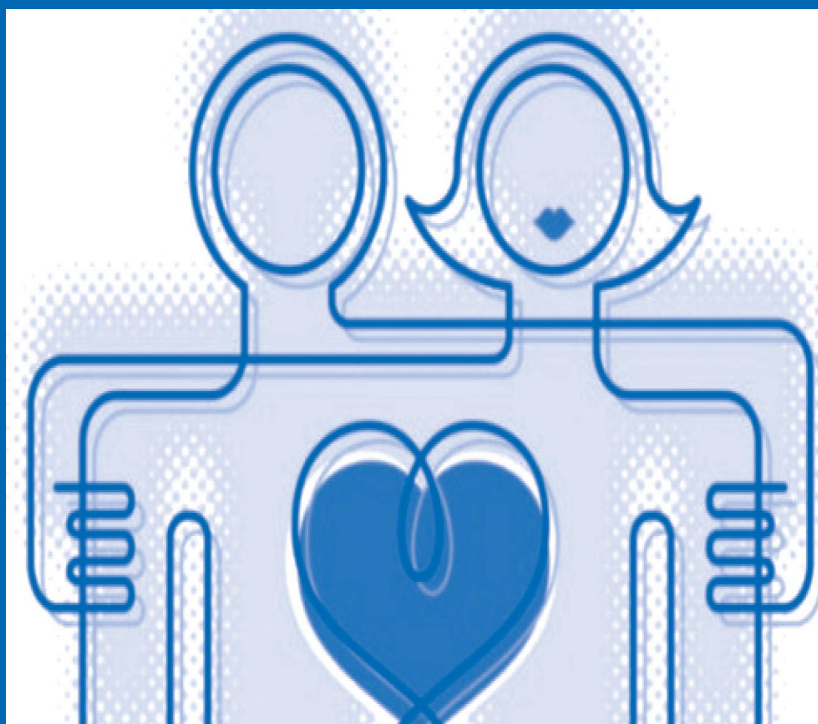
Propiedad Intelectual

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 MAPA DE RED DE SALUD	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca la red de salud que responda a sus necesidades de tratamiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce la red de salud que responde a sus necesidades de tratamiento.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Hoja de cartulina de color. ✓ Lápiz. ✓ Revistas para recortar. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point "red de salud". ✓ Dúptico Informativo (elaborado por cada programa en relación a la oferta de salud existente en el territorio). ✓ Hoja de recursos "red de salud". ✓ Video de refuerzo "Promoción de la salud". ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Conocer los centros de atención de salud en el territorio" Se indica a los/las participantes la importancia de estar informado respecto de la red de salud disponible y cercana a su domicilio, a fin de contar con la información para acceder a un tratamiento de salud física o mental, tanto para él como para su grupo familiar.
DESCRIPCIÓN	Se inicia la actividad presentando un power point que contiene información sobre los distintos centros de salud existentes, sus principales características, población objetivo, requisitos de atención, etc. Posteriormente, se refuerza información entregada, mediante un dúptico de la red de salud, a fin de que el/la joven pueda contar con información para futuras consultas. Una vez que el joven posee conocimiento respecto de la oferta de la red de salud existente en su territorio, se le invita a realizar un mapa de redes. En una hoja de cartulina de color, se debe señalar al centro la casa del joven a través de un dibujo o recorte, a partir de ella se señalan los centros de salud cercanos a su domicilio, a los cuales puede recurrir en caso de necesitar atención médica o dental, ya sea por presentar algún síntoma de enfermedad o requerimiento de orientación. Se finaliza la actividad exhibiendo un video de refuerzo del tema desarrollado.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se refuerza importancia de conocer la información entregada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 ACCESO A ATENCION DE SALUD	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven acceda a atención en un centro de salud física o mental, de acuerdo a sus necesidades.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven accede a atención en un centro de salud física o mental, de acuerdo a sus necesidades.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power Point centros de salud. ✓ Cartilla informativa inscripción en centro de salud. ✓ Cartilla informativa atención médica en centros de salud. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Acceso a un centro de atención de salud” Se introduce la actividad reforzando la decisión de el/la joven de acceder a tratamiento a un centro de atención de salud y/o realizar trámite de inscripción en centro de atención primaria de salud (APS).
DESCRIPCIÓN	Si el/la joven no cuenta con inscripción en centro de salud APS, se debe entregar la información a través de la exposición de un power point, que explica el procedimiento para realizar dicho trámite. Posteriormente, se hará entrega de una cartilla con información sobre el centro de salud donde realizar inscripción, procedimiento, requisitos y documentación necesaria, a fin de que el/la joven pueda contar con la información. En aquellos casos que la necesidad de el/la joven sea de acceder a atención de salud, se hará entrega de una cartilla informativa que contenga la información necesaria para el acceso a atención de salud requerida. Se debe revisar la información entregada junto a el/ la joven, a fin de aclarar dudas y explicar el procedimiento indicado. Si el/la joven requiere del acompañamiento del profesional a esta instancia de inserción, se deberá evaluar la necesidad de realizar dicha labor, de acuerdo a las condiciones y características individuales que presente. En caso de acordar el acompañamiento del profesional, se debe convenir el horario del encuentro en el programa o centro de salud para realizar la gestión correspondiente. Se entregará la responsabilidad a el/la joven y/o adulto responsable de llevar la documentación requerida para el trámite de inscripción o solicitud de atención médica, en centro de salud.
EVALUACIÓN	Se solicita a el/la participante una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a el/la joven su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

MÓDULO N° 2

“AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD”



OBJETIVO

Favorecer en el/la joven el desarrollo de una afectividad y sexualidad responsable, acorde a la etapa de su ciclo vital.

En la definición de la Organización Mundial de la Salud, la sexualidad integra elementos físicos, emocionales, intelectuales, culturales y sociales, que deben ser desarrollados a través de medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien en las personas la comunicación y el amor.

Por lo tanto, la formación en sexualidad implica la educación de una sexualidad responsable, ligada a la dimensión emocional y afectiva, que debe apuntar al desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes que permitan a niños y jóvenes tomar decisiones informadas, autónomas y consecuentes.

La sexualidad adquiere especial relevancia durante la juventud ya que es la etapa donde los seres humanos inician activamente su vida sexual, lo que implica un proceso de autoconocimiento y aprendizaje progresivo tanto del cuerpo y de las emociones como de las relaciones que se establecen con el otro. Aquí, ellos inician un proceso de aprendizaje de diversas prácticas en relación a sí mismos y los otros, que marca y define sus trayectorias individuales. La identidad sexual, el número de parejas sexuales o el uso de métodos de prevención son parte de un conjunto de conductas, relaciones y significaciones que definen las trayectorias de las personas jóvenes.

Sin embargo, la sexualidad también aparece ligada a prácticas y conductas sexuales que exponen a la población joven a condiciones de riesgo, tales como el embarazo no planificado, abortos, violencia en la pareja, infecciones de transmisión sexual y el contagio de VIH-SIDA.

Uno de los objetivos centrales de la formación en sexualidad y afectividad debe ser, por tanto, reducir los riesgos asociados al inicio precoz de las relaciones sexuales y a la consolidación de vínculos afectivos consistentes.

Por lo tanto formar en sexualidad, afectividad y género, implica, necesariamente, un componente preventivo, expresado en el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes que permitan formar personas autónomas, capaces de tomar decisiones personales y de anticiparse a las situaciones. En este sentido, la dimensión preventiva implica superar la noción de riesgo y no se limita a informar o prohibir, sino que proyecta hacia una formación que actúa con anticipación.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1
TIPOS DE RELACIONES QUE ESTABLECEMOS A LO LARGO DE LA VIDA

OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique componentes afectivos presentes en las relaciones interpersonales.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica componentes de las relaciones interpersonales afectivas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz o plumón. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point, línea de vida. ✓ Set de cartas en blanco. ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentando a los/las jóvenes que todas las personas establecemos NÚMEROS relaciones a lo largo de nuestra vida, y a través de ellas, intercambiamos formas de sentir y de ver la vida; también compartimos necesidades, intereses y afectos. Resulta increíble que día a día, podamos relacionarnos con tantas personas considerando que, “cada cabeza es un mundo” En esa diferencia, reside la gran riqueza de las relaciones humanas, ya que al ponernos en contacto, intercambiamos y construimos nuevas experiencias y conocimientos; pues tenemos que hacer un esfuerzo para lograr comprendernos y llegar a acuerdos. Esto último no resulta tan complicado, si tomamos en cuenta que la mayor parte de las personas compartimos algunas ideas, necesidades e intereses comunes; por eso, las relaciones interpersonales son una búsqueda permanente de convivencia positiva entre hombres y mujeres, entre personas de diferentes edades, culturas, religiones, entre otros.
DESCRIPCIÓN	A continuación se comienza a trabajar en torno a la exposición de power point que incluye una línea de relaciones con los siguientes dibujos: Bebé - Padres - Familiares - Vecinos - Compañeros de escuela - Pareja - Amigos/as - Compañeros de trabajo. En un set de cartas en blanco, se pide a el/la joven que escriba algunas características de esos tipos de relaciones ejemplos: íntima y cercana, amor, apego, cercanía física, complementariedad de genio, juegos, aprendizaje, cuidados, conversaciones, miedo, respeto, intercambio de ideas, caricias, cariño, proyecto de vida, relaciones íntimas (hablar de manera clara y sencilla, mirar a los ojos de la otra persona, no juzgar). El/la joven deberá ir poniendo en cada imagen, las características de ese tipo de relación, de acuerdo a su propia idea. Es importante que cada característica pueda ser puesta en más de un tipo de relación. Posteriormente, se realizará un plenario, donde el/la joven, podrá indicar, las reflexiones surgidas a partir del análisis. Se guiará la conversación en torno a las siguientes preguntas, que serán exhibidas a través del power point: ✓ ¿Por qué van cambiando los tipos de relaciones que establecemos en la vida? ✓ ¿De los tipos de relaciones observados, cuál es el que más les ha gustado?

	✓ ¿Hay algunas características de los diferentes tipos de relaciones que les gusten más que otras? ✓ ¿Cuántos tipos de relaciones, pueden observar en su vida cotidiana? Es importante que el/la joven comprenda que los tipos de relaciones que establecemos en la vida, van cambiando de acuerdo al paso del tiempo, a nuestra mayor autonomía, madurez e independencia. Se sugiere, en caso que el tiempo lo permita, exhibir un video de refuerzo alusivo a la actividad desarrollada.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 2
RELACIONES BASADAS EN EL RESPETO VERSUS RELACIONES ABUSIVAS

OBJETIVO	✓ Que el/la Joven identifique componentes presentes en relaciones basadas en el respeto versus relaciones abusivas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica componentes de las relaciones basadas en el respeto y las relaciones abusivas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes. ✓ Data show.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video Cambio de pilas (establecimiento de buenas relaciones). ✓ Video El Puente. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentando a los/las participantes que todos tenemos diferentes tipos de relaciones en la vida. Algunas que nos hacen sentir bien y otras que nos generan malestar, o pena. Para poder darnos cuenta en cual caso nos encontramos, es importante poner atención a algunos detalles.
DESCRIPCIÓN	Se verán dos videos de cortos animados, en uno se intenciona la reflexión en torno a buenas relaciones y en otro la reflexión en torno a las malas relaciones. Video cambio de pilas: Corto del establecimiento de buenas relaciones. La enfermedad ha debilitado fuertemente a una anciana que vive sola. Un día recibe un paquete por parte de su hijo que vive en la ciudad y por motivos de trabajo no puede visitar a su madre por el momento. Sin embargo, en el paquete hay un regalo tremendo: Un robot doméstico. Hecho especialmente para atender todas las tareas del hogar. Con el tiempo este robot y la vieja mujer desarrollaran una amistad que traspasará la frontera entre la vida y la muerte. Una amistad que no terminará cuando se terminen las pilas. La historia nos habla del desarrollo de las relaciones con los otros, más allá de sus apariencias y/o diferencias. Video El puente: Sobre un puente se encuentran un oso y un alce, ninguno quiere hacer nada para dejar pasar al otro, y enfrentan su poder físico para ver quién gana. Se pide a el/la joven, que en una hoja, anote las características de las relaciones entre personas que observa (ejemplo: amor, preocupación por el otro, risas, cariño, tiempo, intereses en común, solidaridad, prepotencia, rabia, etc.). Posteriormente, se hace entrega de la hoja de recursos que contiene las siguientes preguntas: ✓ ¿Qué caracterizaba a cada relación? (anotaciones de los/as jóvenes). ✓ ¿Qué creen sentían los personajes en una u otra situación? ✓ ¿Qué te gustó de las historias?

	✓ ¿Con cuál historia te identificas más, o crees sentirte como ese personaje más a menudo? ✓ ¿Qué haces tú por tener buenas relaciones? Para finalizar, se realiza un plenario y se comparten las impresiones, concluyendo con la reflexión que, para todos es importante tener buenas relaciones, ya que de las mismas podremos sentirnos más amados, atendidos, escuchados, y además tendremos la posibilidad de amar.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual MIES



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3
INFLUENCIA DE LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN LAS RELACIONES

OBJETIVO	✓ Que el/la Joven identifique la influencia de los estereotipos de género en las relaciones.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica como influyen los estereotipos de género en las relaciones.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Hoja en blanco y lápiz o plumón. ✓ Computador, Data show y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video Caricatura de los roles de género y de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentando a los/las jóvenes que las relaciones con los/as otros/as también se construyen en base a una serie de estereotipos que atribuimos a hombres y mujeres, y que reciben el nombre de “estereotipos de género”. Los estereotipos de género representan una imagen distorsionada de las personas en base a las diferencias biológicas y anatómicas entre hombres y mujeres, y se manifiestan en distintos espacios, siendo algunos de éstos el espacio familiar, y también el de las relaciones de pareja. Como vimos en la sesión anterior, las relaciones interpersonales están compuestas de diferentes factores, amor, tiempo, dedicación, etc. Se recuerdan los datos anotados por las/ los jóvenes.
DESCRIPCIÓN	Se informa a los/las participantes que se verá un video, que ejemplifica algunos estereotipos sociales que hay en las relaciones de pareja. La idea es que ellos vayan anotando aquellas cosas, que han visto, las que les causan dudas y aquellas con las que estén de acuerdo (se debe hacer entrega de una hoja en blanco y lápiz). Una vez que se ha visto el video, se realiza un plenario, donde comparten sus anotaciones e impresiones. Se guía el análisis en torno a la importancia de hacer feliz al otro, y del respeto hacia sí mismo, hacia el cuestionamiento de aprendizajes impuestos que finalmente no ayudan a que las parejas sean más felices, sino que tienden a sobrecargar a una de las partes. Se les pide a los/las jóvenes que si lo desean hagan un compromiso en voz alta, por mejorar algún aspecto de su relación de pareja en el que se hayan visto reflejados con el video, o bien que haya surgido de su reflexión. Se sugiere en caso que el tiempo lo permita, exhibir un video de refuerzo alusivo a la actividad desarrollada.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 ELEMENTOS DE UNA RELACIÓN DE PAREJA SANA	
OBJETIVO	✓ Que el/la Joven identifique elementos que deben estar presentes en una relación de pareja sana.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica elementos de una relación de pareja sana.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video Elementos de una relación de pareja sana. ✓ Hoja de recursos. ✓ Guía de apoyo al facilitador. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Tomar la decisión de estar con una persona no es fácil. Son demasiados los factores por considerar y no se puede basar solamente en lo que sientes, la compatibilidad es importante pero hay otros aspectos que son necesarios tener en cuenta: aquello que tengan o no en común, el nivel de compromiso y plazo, la comunicación, entre otros.
DESCRIPCIÓN	Se les indica a los/as jóvenes que se verá un video, donde se señalan los aspectos más importantes para tener una relación de pareja sana. La idea es que lo vean, y posteriormente contesten en la hoja de recursos, las siguientes preguntas: ✓ ¿Cuál de todos los elementos que señaló la profesional crees es el más importante? ✓ ¿De qué forma se demuestran o demostrarían (en el caso que no estés en pareja) los valores compartidos? ✓ ¿Qué actividades realizas o realizarías para fomentar la confianza en una relación de pareja? ✓ ¿Qué opinas de esta frase "Polos opuestos se atraen" (vincularla con la aceptación de las diferencias)? ✓ ¿Al inicio de la relación de pareja queremos estar todo el tiempo juntos, pero con el paso del tiempo queremos retomar nuestras actividades, crees que es importante identificar cuánto tiempo compartido necesito o prefiero que la relación vaya ajustándose sola? (en relación a los tiempos compartidos). ✓ ¿Crees que el tiempo para conversar es realmente importante o le das más importancia a otros aspectos de tu relación de pareja? Se realiza un plenario donde todos comparten sus respuestas, y se cierra la sesión en torno a pensar nuestras relaciones.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el/la Joven reflexione sobre la influencia de los medios de comunicación en la sexualidad.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica la influencia de los medios de comunicación en la sexualidad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Papelógrafo. ✓ Computador y parlantes. ✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video ¿Qué es la sexualidad? ✓ Video Publicidades sexistas. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentado a los/las jóvenes que todas las personas tenemos sexualidad, es un concepto que no depende de nuestro sexo, ni de tener o no relaciones sexuales, para poder comprenderlo mejor veremos un video .
DESCRIPCIÓN	Se observa video ¿Qué es la sexualidad? En el mismo se identifican aspectos que componen la sexualidad. Finalizado se pueden formar parejas o en forma individual, se invita a los/las jóvenes que escriban en un papelógrafo aquellos aspectos que no conocían o no vinculaban al concepto de sexualidad, para posteriormente analizarlo en un plenario, con una lluvia de ideas, donde se buscará enriquecer el concepto que los/las jóvenes tenían respecto de su propia sexualidad. Posteriormente, una vez concluido el papelógrafo, se les invitará a ver el video "Publicidades sexistas". Para el mismo se les pedirá a los/as jóvenes reflexionar en torno a qué es lo que nos venden los medios de comunicación respecto a nuestra sexualidad, y de qué forma podemos hacernos más conscientes al respecto. Identificando hacia qué aspectos de nuestra sexualidad apuntan (de acuerdo a información entregada en video anterior). Los resultados de este análisis serán registrados por el profesional en un papelógrafo o pizarra, a fin de revisar las conclusiones finales de la actividad.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 6 PREJUICIOS Y DISCRIMINACIÓN BASADOS EN GÉNERO	
OBJETIVO	✓ Que el/la Joven identifique prejuicios y discriminación basados en género.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica prejuicios y discriminación basados en género.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Plumones. ✓ Papelógrafo. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video Estereotipos de género en la publicidad. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentando a los/las jóvenes que los estereotipos de género implican cómo vemos socialmente a los hombres y las mujeres, en cuanto a sus capacidades, forma de ser, a lo que hace un hombre o una mujer. Creencias que son traspasadas de generación en generación.
DESCRIPCIÓN	Se indica a los/las jóvenes que observaremos el video “estereotipos de género en la publicidad”, se pondrá un papelógrafo en el centro del salón, y se les entregará a cada uno un plumón. El papelógrafo deberá estar dividido en dos. Verdadero/Falso. Los/as jóvenes deberán ir anotando aquellas características que aparecen y que les parecen verdaderas o falsas. Al finalizar el video, se realizará un plenario, y se construirá un concepto de mujer y de hombre de acuerdo a lo observado. Posteriormente, se construirá un concepto de mujer y de hombre, de acuerdo a lo que en la vida real ellos/as observan. Se analizará si existen diferencias entre ambos. Se cierra la sesión indicándoles a los/las jóvenes, la importancia de la complementariedad en el ejercicio de los roles, no superponiendo uno por sobre otro.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 7 ESTRATEGIAS ORIENTADAS A REDUCIR LA VIOLENCIA Y ABUSO SEXUAL DE GÉNERO	
OBJETIVO	✓ Que el/la Joven conozca elementos para prevenir la violencia sexual de género y abuso sexual.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica elementos para prevenir la violencia sexual de género y abuso sexual.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Papelógrafo o pizarrón para el/la profesional. ✓ Papelógrafo para cada dupla. ✓ Plumones para el/la profesional. ✓ Plumones para cada dupla. ✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: ¿Qué es la violencia? ✓ Video “me controlo lo normal”. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	La violencia se expresa de muchas formas: física, psicológica, sexual, económica, institucional, entre otras, y no siempre es fácil reconocerla. La violencia se vive en diferentes espacios sociales: la familia, la calle, la escuela, etc. Estamos más familiarizados con la violencia física, y esto nos dificulta el poder reconocer otras formas de violencia, tanto en nosotros mismos como en otros. Todo acto o manifestación de violencia requiere ser detenido. El hecho de que algunas formas de violencia sean más evidentes que otras no las hace más importantes. La violencia causa enormes daños y costos para las personas y para las instituciones. La violencia generalmente se relaciona con otros fenómenos sociales como el uso de armas, el consumo de alcohol, las pandillas, tráfico de drogas, etc.
DESCRIPCIÓN	Se divide a los participantes en duplas. Se entrega a cada dupla un papelógrafo. Explicar a los participantes que cada dupla debe escribir o dibujar (a libre elección) en su papelógrafo una breve idea de lo ellos entienden por violencia. Una vez que los participantes hayan terminado el ejercicio, pídeles a todas las duplas que presenten sus papelógrafos sobre los significados de la violencia. En otro papelógrafo o en el pizarrón que esté ubicado en un lugar visible de la sala, anota las ideas y conceptos clave que vayan apareciendo en las distintas duplas. A partir de las diferentes visiones presentadas, introduce la idea de que los actos de violencia pueden dividirse en categorías: Física: Uso de la fuerza física contra alguien, incluye acciones tales como golpes, cachetadas o empujones.

	Emocional/Psicológica: Con frecuencia es la forma de violencia más difícil de identificar. Esta puede incluir burlas, hostigamiento, humillaciones, amenazas, insultos, presiones, expresiones de celos o posesividad. Sexual: Presionar o forzar a alguien a realizar actos sexuales contra su voluntad, o hacer comentarios sexuales que hagan sentirse a alguien humillado o incómodo. Económica: Ejercicio de poder que condiciona la toma de decisiones financieras y el control del dinero y de los gastos, y que puede ir desde acciones como no darle a la mujer suficiente dinero, ocultar la información acerca de cuánto se gana, hasta quitar bienes materiales, o negar la pensión alimenticia para los hijos e hijas. Otros tipos de violencia importantes: Violencia doméstica, de género (de los hombres hacia las mujeres por razones de género), laboral, intelectual, comunitaria, femicidio, maltrato entre pares (bullying), acoso laboral, acoso sexual, explotación sexual comercial infantil, maltrato por redes sociales (grooming), etc. Tras la conversación sobre los diferentes tipos de violencia, se entrega a cada dupla una historia de las que se encuentran en la hoja de recursos: ¿Qué es la violencia?, intentando que cada dupla trabaje en torno a una historia diferente. Pide a los participantes que lean las historias y discutan los tipos de violencia que ahí están representados. Abre la discusión con las siguientes preguntas: ✓ ¿Son cercanas o realistas estas situaciones presentadas? ✓ ¿Existen tipos de violencia que estén relacionados con el sexo de una persona? ✓ ¿Solo los hombres son violentos, o también las mujeres son violentas? ✓ ¿Cuáles son los tipos de violencia más comunes que ocurren en las relaciones de pareja? ✓ ¿Alguna vez “merece” una persona, hombre o mujer, ser golpeado, o sufrir algún tipo de violencia? ¿Por qué? ✓ ¿Existe una relación entre poder y violencia? Explica. Estimula a las participantes a reflexionar sobre los diferentes tipos de poder (por ejemplo, económico, político, físico) que una persona puede tener sobre otra, y su vínculo con la violencia. ✓ ¿Cuáles son las consecuencias o costos que la violencia tiene en las mujeres, y en los hombres? ✓ ¿Cuáles son las consecuencias o costos que la violencia tiene en las relaciones de pareja? ✓ ¿Cuáles son las consecuencias que la violencia tiene en las comunidades? ✓ ¿Qué aprendieron de esta actividad? Se cierra el plenario, indicando a los/as jóvenes que la violencia finalmente siempre es un retroceso, y una pérdida en nuestra calidad de seres humanos, en donde lo que importa es que somos personas y no si somos hombres o mujeres. Se sugiere en caso que el tiempo lo permita, exhibir un video de refuerzo alusivo a la actividad desarrollada.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 8 LA IMPORTANCIA DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	
OBJETIVO	✓ Que el/la Joven conozca sus derechos sexuales y reproductivos.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce sus derechos sexuales y reproductivos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes. ✓ Data show.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video. ✓ Guía Pedagógica Amor Propio - Derechos Sexuales y Reproductivos para Adolescentes y Jóvenes. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos que tenemos todas las personas. Se fundamentan en los derechos humanos reconocidos en tratados internacionales de derechos humanos, normas regionales, constituciones nacionales y otros documentos de consenso internacional. Nos dan derecho a: ✓ Tomar decisiones sobre nuestra salud, cuerpo, vida sexual e identidad sin temor a sufrir coacción o discriminación. ✓ Pedir y recibir información sobre la sexualidad y la reproducción y acceso a servicios de salud relacionados con ellas y a métodos anticonceptivos. ✓ Decidir si tener hijos, cuándo y cuántos. ✓ Elegir a nuestra pareja íntima y si casarnos y cuándo. ✓ Decidir qué tipo de familia formar. ✓ Vivir sin sufrir discriminación, coacción ni violencia, incluida violación y otras formas de violencia sexual, mutilación genital femenina, embarazo forzado, aborto forzado, esterilización forzada y matrimonio forzado. Se les indica que en el desarrollo de la actividad, se trabajará sobre dicha temática.
DESCRIPCIÓN	Se indica a los/las jóvenes que se verá un video, donde a través de la historia de una pareja de adolescentes, se van presentando diferentes situaciones donde deben ir identificando de qué derecho hacen uso. Además al finalizar el video se nombra cada derecho sexual y reproductivo a los que tienen acceso los/as jóvenes. Posteriormente, se les entrega la hoja de recursos y se les pide que se reúnan en duplas y discutan el contenido del video en torno a las siguientes preguntas:

	✓ ¿Quién era la persona más importante para él y la joven del video? ¿Por qué? ✓ ¿Has hecho uso de alguno de los derechos que se mencionan en el video? ✓ ¿Cuál es tu responsabilidad en el ejercicio de tus derechos sexuales y reproductivos? ✓ ¿Cuál es la parte que más te gustó del video? Se comparten las reflexiones, y se cierra el plenario reforzando la responsabilidad que tenemos para con nosotros/as mismos/as, y con nuestras parejas, resaltando que el amor también es compromiso y responsabilidad.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 9 LOS LÍMITES PERSONALES EN EL COMPORTAMIENTO SEXUAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca los límites que puede establecer en relación a su comportamiento sexual.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven sabe cómo establecer límites en su comportamiento sexual.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Papelógrafo para cada grupo. ✓ Tijeras para cada grupo. ✓ Pegamento para cada grupo. ✓ Lápices de tinta para cada grupo. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja recursos: ¿Acepto o no acepto estos comportamientos? ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	La cultura machista valida formas de control y violencia de los hombres hacia las mujeres. A nivel mundial, la mayor parte de la violencia hacia las mujeres es ejercida por sus parejas o ex parejas. La violencia de género es un grave problema de salud pública. Comprometer a los hombres en la prevención de la violencia de género es una estrategia fundamental para lograr ponerle fin.
DESCRIPCIÓN	Divide a los participantes en grupos de 2 a 3 personas y entrega a cada grupo todos los materiales para la actividad. Pide a cada grupo que trace una línea horizontal en el centro del papelógrafo, y que escriban la palabra “aceptamos” en el borde izquierdo y “no aceptamos” en el borde derecho, como se detalla a continuación: Aceptamos _____ No aceptamos Pide que recorten las frases que aparecen en la hoja de recursos: ¿Acepto o no acepto estos comportamientos?, y que luego discutan si cada una de ellas es un comportamiento “aceptable” o “no aceptable” dentro de una relación de pareja. Promueve que cada grupo llegue a un consenso con cada una de las frases. Esto permite que los participantes tengan un momento para reflexionar y argumentar, y compartir experiencias e historias. Cuando el grupo llegue a un consenso con todas las frases, las pegarán en el borde izquierdo del papelógrafo en el caso de que las acepten, y en el borde derecho en el caso de que no las acepten. Si el grupo considera que algunos comportamientos pueden ser clasificados como aceptables o inaceptables dependiendo del contexto en el que suceden, díles que esas frases se pegarán en el centro de la línea (entre “aceptamos” y “no aceptamos”). Terminada la discusión de los grupos, junta todos los participantes en una reunión plenaria. Pide a cada grupo que presente brevemente sus resultados. Discute las frases con el grupo entero, prestando mayor atención a aquellas en las que los participantes no están de acuerdo

	o tienen opiniones divididas. Pídeles que reflexionen sobre cada situación, y que consideren cómo las víctimas de esa situación se pueden haber sentido. Ayúdalos a comprender los efectos de las actitudes violentas y la importancia del respeto y buen trato en toda circunstancia. Abre la discusión con las siguientes preguntas: ✓ ¿Fue fácil llegar a un consenso sobre las frases? (Normalmente la respuesta es “no”. Da cuenta de que eso dice mucho respecto a la necesidad e importancia de conversar más sobre estos temas ya que los comportamientos violentos muchas veces no son considerados como tales, sino como algo “normal”). ✓ ¿Qué hace que un comportamiento sea considerado violento? ✓ ¿Dónde aprendemos esos comportamientos? (Esos comportamientos pueden ser aprendidos en la familia, en la escuela, en el grupo de pares, a través de los medios de comunicación, entre otras instituciones y canales.) ✓ ¿Qué formas de violencia hacia las mujeres observamos a diario? ✓ ¿Las mujeres pueden ser violentas en las relaciones de pareja? ¿Qué formas de violencia pueden ejercer? Genera un breve debate respecto a lo que podemos hacer cuando sabemos de alguien que es víctima de comportamientos violentos.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio-educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 10 LA IMPORTANCIA DEL MUTUO CONSENTIMIENTO EN LAS RELACIONES DE PAREJA	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca la importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce la importancia del mutuo consentimiento en las relaciones de pareja.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Papelógrafo o pizarrón. ✓ Plumón. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Violencia sexual: ¿es o no es? ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Una forma muy invisibilizada de violencia es la llamada violencia sexual. El machismo de nuestra cultura avala diversas formas de presión, acoso y violencia sexual. Para prevenir la violencia sexual debemos comenzar por visibilizarla y hablar de ella. La violencia sexual ocurre muchas veces entre conocidos como pololos/as, convivientes, parejas y parientes. Las relaciones sexuales deben ser consensuadas en toda circunstancia.
DESCRIPCIÓN	Escribe en el pizarrón o papelógrafo que esté dispuesto en un lugar visible de la sala, las siguientes frases: ✓ Es violencia sexual ✓ No es violencia sexual ✓ Tenemos dudas Divide a los participantes en grupos de entre 2 a 3 personas, y entrega a cada grupo una copia de la hoja de recursos: Violencia sexual: ¿es o no es? Pide a los grupos que lean los casos de la hoja de recursos, y que los clasifiquen de acuerdo a las tres categorías escritas en el pizarrón o papelógrafo (es violencia sexual, no es violencia sexual, tenemos dudas). Después de que todos los grupos hayan discutido los casos, forma una reunión plenaria. Lee en voz alta cada caso y pide que un representante de cada grupo diga cómo lo clasificaron, y que argumente por qué se hizo esa elección. Anota en el pizarrón o papelógrafo la clasificación que cada grupo hizo para cada caso. Si hay discrepancias entre los grupos, es decir, que un caso se clasifica de distinto modo, abre el debate y la reflexión en torno a los temas que vayan apareciendo. Después de comentar las preguntas para la discusión, se sugiere conversar con el grupo sobre lo que es violencia sexual y sus distintas manifestaciones. Si fuera de interés para el grupo, se puede invitar a alguien de la comunidad o de alguna institución social, académica o gubernamental, que sea especialista en el tema de violencia de género o en violencia sexual.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 11 PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL Y LA EXPLOTACIÓN SEXUAL COMERCIAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca formas de prevención del abuso y explotación sexual comercial.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce formas de prevenir el abuso y explotación sexual comercial.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Papelógrafo o pizarrón para el/la profesional. ✓ Plumón para el/la profesional. ✓ Papelógrafo para cada grupo. ✓ Lápices de colores para cada grupo. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: Preguntas para conversar sobre la explotación sexual comercial de NNA para el/la profesional. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	La explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes es una realidad invisibilizada en nuestra sociedad, pero que afecta a un segmento específico de la población infantil y juvenil. Es necesario que los jóvenes y adolescentes reconozcan este tipo de violencia, y tengan recursos para evitar riesgos y proteger sus derechos e integridad. Los niños, niñas y adolescentes deben saberse sujetos de derecho y ser capaces de distinguir cuando podrían ellos/as estar en riesgo de ser sometidos a una situación de explotación sexual.
DESCRIPCIÓN	Lee a todo el grupo en voz alta las preguntas que aparecen en la hoja de recursos: Preguntas para conversar sobre la explotación sexual comercial de NNA", y coméntalas una a una con el grupo. Pide que los participantes den sus opiniones, interviniendo si es necesario. Es importante que puedan resolver todas las dudas que tengan, ya que es muy probable que algunos jóvenes nunca antes hayan reflexionado sobre esta temática. Escribe en un papelógrafo o pizarrón que esté ubicado en un lugar visible de la sala las ideas fuerza que vayan surgiendo. Divide a los participantes en grupos de 2 a 3 personas y entrega a cada grupo un papelógrafo y lápices de colores. Dile a cada grupo que el paso siguiente es que diseñen y dibujen en sus papelógrafos una campaña que promueva el fin de la explotación sexual de niños, niñas y adolescentes en sus barrios y comunidades. Coméntales que la idea es que incluyan en la campaña las ideas fuerza que hayan aparecido durante la discusión en torno a las preguntas: ✓ ¿Cómo fue la experiencia de discutir las preguntas? ¿Qué aprendieron? ✓ ¿Ustedes conocen casos de explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes?

	✓ ¿En qué contextos sucede la explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes? ✓ ¿Cómo se podría prevenir o evitar la explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes? ✓ ¿Cómo podemos defendernos o mantenernos lejos de los adultos que negocian con el trabajo sexual de niños, niñas y adolescentes? ✓ ¿Si un adulto le paga a un/a menor por tener sexo (con dinero, cosas o favores), se está frente a explotación sexual? ✓ ¿Qué podría hacer la comunidad y las instituciones para proteger a niños, niñas y adolescentes de la explotación sexual comercial? Una vez que los grupos hayan terminado, pide a cada grupo que pegue sus Papelógrafos en algún lugar visible de la sala, e invítalos a circular por la sala observando las campañas diseñadas por los compañeros. Se cierra con la idea fuerza de que prevenir es tarea de todos/as y actuar también.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 12 CONOCIENDO LA RED DE SALUD	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca recursos disponibles en la red de atención de salud.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce recursos disponibles en la red de atención de salud.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Papelógrafo. ✓ Plumón. ✓ Revistas. ✓ Post- it. ✓ Tijeras. ✓ Lápiz. ✓ Hoja de Block tamaño oficio.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando a los/las jóvenes, el motivo del taller “conociendo la red”, el cual radica en la importancia de estar informado respecto de la red de salud disponible y cercana a su domicilio, a fin de acceder a un tratamiento o control en relación a los aspectos de su sexualidad (control, exámenes, métodos anticonceptivos).
DESCRIPCIÓN	Se invita al joven a realizar un mapa de redes de salud, en una cartulina del tamaño de una hoja de oficio, se señala la casa del joven a través de un dibujo o recorte, a partir de ello se señalan los centros de salud cercano al domicilio del joven, al cual puede recurrir en caso de necesitar atención medica ya sea de matrona, urólogo según corresponda de acuerdo al sexo, para la consulta respecto de alguna inquietud, malestar, orientación, opción de método anticonceptivo. Se le indican a el/la joven cuáles son los procedimientos para acceder a atención médica. Se le indica a el/la joven, valores de las mismas, si procedieran. Se le indica a el/la joven, servicios con los que cuentan los servicios de salud cercanos al domicilio. Es importante que el/la joven, tenga conocimiento respecto del lugar donde recurrir para mantener un control médico o consultar respecto de temas referidos a su sexualidad. Profesional debe preparar la información que se entregará con anticipación. Si el/la joven ha tenido contactos previos con el servicio de salud en torno a su sexualidad, y ésta no ha sido una experiencia positiva, se le invita a analizar los aspectos que incidieron en que fuera así, y a realizar al revés del mapa de redes, una lista de acciones que podrían realizarse con anticipación para que finalmente su experiencia en el acceso a los servicios sea positiva. En el caso de que el/la joven nunca haya tenido acceso a los servicios de salud en materia de sexualidad se planifican acciones para que dicha experiencia sea positiva.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 13
ESTRATEGIAS DE REDUCCIÓN DE RIESGO DESTINADAS A PREVENIR EMBARAZOS
NO PLANIFICADOS Y LAS ITS

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca métodos de prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual ITS.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce métodos de prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual ITS.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Lápices de tinta para cada grupo. ✓ Computador y parlantes. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: La historia de Kevin y Danae para cada grupo. ✓ Video de refuerzo "Si me quieres demuéstremelo". ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	En las relaciones sexuales desprotegidas siempre existe la posibilidad de un embarazo no planificado o de contagiarse una enfermedad de transmisión sexual. Muchas veces los jóvenes varones, por la cultura machista, por desconocimiento, y/o por despreocupación, no participan de las decisiones sobre anticoncepción, y dejan estas decisiones a las mujeres y a veces las mujeres no les exigen a sus parejas proteger ante una relación sexual. Una paternidad no planificada plantea muchos desafíos como cuidar al bebé, seguir estudiando, proveer, lo que significa un cambio repentino en la vida. La responsabilidad de la prevención es de ambos, hombre y mujer. Si ocurre un embarazo la responsabilidad de la maternidad/paternidad también es de ambos, y si se contagian una infección de transmisión sexual, las consecuencias pueden ser para siempre, sin tener remedio.
DESCRIPCIÓN	Divide a los participantes en grupos de entre 2 a 3 personas. Informa que cada grupo recibirá una pequeña historia que leerán y, después, responderán las preguntas que aparecen al final de la historia. Explica que la historia se encuentra dividida en tres partes. Entrega la primera parte de la hoja de recursos: La historia de Kevin y Danae a cada grupo y pide que una vez leída, respondan las preguntas. Cuando hayan terminado, entrega a cada grupo la segunda parte de la historia, y pide que también respondan las preguntas. Cuando terminen, entrega la tercera parte de la historia e indica que respondan el último conjunto de preguntas. Cuando todos los grupos hayan terminado, pide a cada grupo que elija a un representante para que comparta las respuestas frente a todos los participantes.

	Junta a todos los participantes en una reunión plenaria y pide a cada representante que presente las respuestas de su grupo. Una vez que todos los grupos hayan presentado sus respuestas, abre la discusión con las siguientes preguntas: ✓ ¿Cuál es la reacción del joven cuando sabe que su novia está embarazada? ✓ ¿Y si fuera con una joven con la que él sólo salió una vez? ✓ ¿Qué opciones tiene una pareja joven cuando sabe que va a tener un hijo? ✓ ¿Qué opciones tiene una joven cuando sabe que está embarazada? ✓ ¿Cómo se siente un joven cuando sabe que va a ser padre? ✓ ¿Qué cambiará en su vida? ✓ ¿La sociedad le exige lo mismo a una madre joven embarazada que al padre joven? ✓ ¿Qué apoyos necesitan los jóvenes que van a ser padres? ✓ ¿Tienes amigos que hayan sido padres, cómo ha sido su situación de maternidad/paternidad? ✓ ¿Qué dificultades han tenido? ✓ ¿Qué hubiera sucedido si en vez de un embarazo no planificado Kevin le transmitía a Danae el VIH, o al revés si Danae hubiera contagiado a Kevin, cuál crees habrían sido sus reacciones? Se cierra el plenario recalcando la importancia de decidir usar un método anticonceptivo y condón al momento de tener relaciones sexuales. Se puede finalizar con la exhibición del video de refuerzo “Si me quieres demuéstremelo” (se adjunta la versión completa de 37 minutos y dividido en 3 partes de 14, 13 y 8 minutos respectivamente a fin de elegir de acuerdo al tiempo disponible y temática).
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 14 MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS FEMENINOS Y MASCULINOS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce métodos anticonceptivos femeninos y masculinos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Computador y parlantes. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video métodos anticonceptivos. ✓ Video salud reproductiva y uso de condón. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da inicio al taller haciendo alusión al tema a trabajar: “Métodos anticonceptivos femeninos y masculinos”. Se hace hincapié en la importancia de contar con la información necesaria para prevenir situaciones que no tenemos planificadas, en este caso un embarazo o una infección de transmisión sexual. Respetando y validando la postura de los o las jóvenes que prefieren no mantener relaciones sexuales como forma de prevenir.
DESCRIPCIÓN	A continuación se invita a los/las jóvenes a ver dos videos, en los que se hace alusión a los métodos anticonceptivos existentes tanto para hombres y mujeres. Es importante señalar la importancia de estar informados para elegir la mejor opción de protección ante la decisión de tener relaciones sexuales, a fin de que esta experiencia no traiga consecuencias inesperadas que atenten contra los planes y proyecciones personales. En la medida que se observen los videos, es importante dar espacios para que el/la joven comparta su opinión al respecto, realizando un análisis en relación del método que se está abordando, resolviendo dudas en caso de que se presenten. Al finalizar la actividad se puede trabajar en torno a las siguientes preguntas para reforzar ideas y realizar un análisis: ✓ ¿De quién debiera ser la responsabilidad del uso del método anticonceptivo en una pareja heterosexual/homosexual? ¿Por qué? ✓ ¿Cuáles son los métodos que previenen tanto un embarazo no planificado, como las ITS, y el VIH? ✓ En el caso de que se olvide usar el preservativo o que éste se rompa, ¿qué se puede hacer? ✓ ¿Cuáles les parecen los métodos adecuados a usar para un encuentro sexual ocasional, un pololeo que comienza, un pololeo establecido (varios meses)?

	Se cierra la actividad reforzando a los/las jóvenes la importancia de utilizar un método anticonceptivo seguro y que responda a sus necesidades y características de pareja, para evitar embarazos o ITS.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual MES



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 15 MITOS Y REALIDADES DEL DESARROLLO SEXUAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique mitos y realidades sobre el desarrollo sexual.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce mitos y realidades sobre el desarrollo sexual.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Set de Tarjetas de mitos y realidades. ✓ Video mitos y realidades de la sexualidad. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentando a los/las jóvenes respecto a la existencia de mitos y realidades asociados a la vida sexual, referente a hombres y mujeres. Se hace alusión en primera instancia a la definición de mito; “creencia que posee una cultura, que responde de manera fantasiosa a un hecho o fenómeno”, como por ejemplo “el que los bebés son traídos por las cigüeñas”. Por el contrario se le señala que la realidad es algo que se puede probar de manera objetiva y que responde a hechos verídicos por ejemplo “los bebés surgen de la unión entre un óvulo y un espermatozoide”.
DESCRIPCIÓN	A continuación se comienza a trabajar en torno a las tarjetas con mitos y realidades del ámbito sexual, solicitándoles que vayan sacando una tarjeta a la vez, para leerla en conjunto, y luego, que el/la joven señale si ésta corresponde a un mito o una realidad; posteriormente, se le solicita a el/la joven que emita su opinión al respecto, a fin de generar un proceso de análisis y discusión respecto del mito o realidad leído. El profesional cierra la actividad exhibiendo el video mitos y realidades de la sexualidad. Finalmente se menciona que en nuestra cultura circulan una serie de mitos, creencias y temores en torno a la sexualidad, que son la base del conocimiento que gran parte de la población maneja con respecto a este tema. Sin embargo, todavía a la mayoría de los adultos les resulta difícil hablar abiertamente sobre sexualidad y realizar educación sexual. Esto limita la información que se pueda obtener sobre sexualidad, sobre derechos sexuales y reproductivos, sobre los riesgos en sexualidad (embarazo no deseado, ITS, VIH), y sobre la negociación sin presión ni violencia en las decisiones en torno a este tema. Es importante generar una conclusión en relación a la importancia de estar bien informados y conocer su cuerpo y sus derechos, para poder tomar adecuadas decisiones respecto de su sexualidad.
EVALUACIÓN	Se solicita a los participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

MÓDULO N° 3

"VIDA SALUDABLE, LIBRE DEL CONSUMO DE DROGAS"



OBJETIVOS

1. Promover en el/la joven un estilo de vida saludable libre del consumo de alcohol y drogas.
2. Favorecer el reconocimiento de las consecuencias negativas asociadas al consumo problemático de alcohol y/o drogas.

El problema del consumo de alcohol y drogas se focaliza en el alto nivel de consumo de marihuana y alcohol en la población adolescente, el consumo problemático de pasta base y cocaína en población vulnerable y el alto nivel de consumo de riesgo de alcohol en toda la población” (SENDA, 2011: 13).

La prevención es una manera de hacer frente a esta problemática, en aquellos jóvenes que ingresan a los programas con un bajo o moderado nivel de consumo de alcohol y drogas y la estrategia de intervención deba centrarse en el desarrollo de un conjunto de procesos que promuevan su desarrollo integral, anticipándose a la aparición del problema o trabajando con y desde el problema, evitando la conducta de consumo, fortaleciendo factores protectores y disminuyendo factores de riesgo” (CEPAL, 2001: 11)

Es en este contexto de intervención con población infractora de ley, donde los niveles de consumo de drogas y de alto riesgo de dependencia, el modelo de reducción de riesgo/daño no se enmarca en la abstinencia del consumo de alcohol, sino que en un consumo responsable del mismo. Se vincula al autocuidado, a la percepción y concientización de los límites adecuados de consumo para orientarse a una calidad de vida y de salud apropiados. Al mismo tiempo, incluye el conocer los riesgos asociados al consumo de alcohol en exceso, tanto a nivel de salud como a posibles experiencias límites. Lo anterior, con el propósito de promover un consumo de manera informada y consciente, a través de estrategias informativas sobre la importancia de la calidad de vida; desarrollar capacidades y habilidades que fomenten actitudes y conductas de autocuidado y el adecuado uso del tiempo libre.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1 ESTILO DE VIDA SALUDABLE	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique elementos de un estilo de vida saludable.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica concepto de estilo de vida saludable.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power Point - Estilo de vida saludable. ✓ Video estilo de vida saludable. ✓ Hoja de recursos, planificación semanal. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar estilos de vida saludable” Se introduce el tema con una lluvia de ideas, en que se pregunta a los/las participantes ¿qué entienden por estilo de vida saludable?
DESCRIPCIÓN	A continuación, se trabaja a través de una presentación de power point, el concepto de vida saludable y sus beneficios, con un constante incentivo a los o las jóvenes de participar y expresar sus opiniones e ideas del tema abordado. En un segundo momento, se exhibirá un video que refuerza el concepto de vida saludable, qué la compone, las elecciones más importantes y su justificación. Se busca con esta exposición que los participantes se impacten con el poder de sus decisiones en el tipo de vida que deciden tener. Posteriormente, se hará entrega de una hoja de recursos que incluye las siguientes preguntas: ✓ ¿por qué es importante tener una vida saludable? ✓ ¿qué decisiones que tomo a diario influyen en el estilo de vida que tengo? ✓ ¿cómo podría adoptar un estilo de vida saludable? Posteriormente, se hará entrega una lámina de planificación de la semana, donde deberán registrar los cambios de actividades saludables que se comprometen a realizar. Se concluye la actividad realizando un plenario, donde cada uno exponga su reflexión en relación a las actividades que se comprometen a realizar, como cambio en sus rutinas diarias y así contribuir a mejorar su estilo de vida por uno más sano.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (Se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y/O DROGAS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca las consecuencias negativas del consumo de alcohol y/o drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce las consecuencias negativas del consumo de alcohol y/o drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Papelógrafo o pizarra. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video “Realidades y consecuencias de una adicción”. ✓ Hoja de recursos “pauta de entrevista”. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los/las participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Reconocer las consecuencias sobre el uso de alcohol y/o drogas” Se inicia evaluando la sesión anterior, preguntando a los participantes si han puesto en práctica las actividades planificadas para un estilo de vida más saludable, qué actividades realizaron, si les gusto realizarlas, si les contaron a sus amigos/as o familiares de qué se había tratado el taller y qué opinión les dieron éstos respecto de las actividades que debían realizar. Se introduce la sesión del día de hoy indicando que se trabajará en torno a las consecuencias que se originan producto del consumo de drogas o alcohol, lo cual está directamente relacionado como un obstáculo para alcanzar una vida saludable.
DESCRIPCIÓN	Se inicia el tema con la exhibición del video “realidades y consecuencias de una adicción”, se les pide a los/las participantes que observen el video en silencio y traten de recordar en qué momentos han sentido, vivido o visto situaciones similares. Al finalizar el video se formaran duplas de entrevista, en el caso que el taller se aplique de manera individual, la pauta será aplicada desde el profesional el/la joven y viceversa. Se hará entrega de la hoja de recursos “pauta de entrevista” que incluye las preguntas que deberán ser formuladas por las duplas conformadas en un tiempo de 15 minutos: ✓ ¿Cómo te sentiste al ver este video? ✓ ¿Cuál crees que es la problemática o problema que se muestra en este video? ✓ ¿Qué te parece la forma en que se relaciona pasarla bien en la primera parte del video y en la segunda? ✓ ¿Encuentras que la historia te representa? ¿En qué parte del video? ✓ ¿De qué forma crees que impacta en un estilo de vida saludable el consumir drogas o alcohol?

	Se solicita a los participantes que compartan a través de un plenario las respuestas obtenidas, mientras el profesional deberá ir registrando en un papelógrafo o pizarra aquellos aspectos comunes.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

Propiedad Intelectual MES



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 “MITOS Y REALIDADES DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y/O DROGAS”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca los mitos y realidades sobre el consumo de alcohol y/o drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica algunos mitos y realidades sobre el consumo de alcohol y/o drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz ✓ Reloj. ✓ Papelógrafo para anotar los puntajes (optativo grupal). ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Juego de tarjetas mitos y realidades. ✓ Video “mitos y creencias del consumo de drogas”. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Reconocer las consecuencias sobre el uso de alcohol y/o drogas” En la sesión del día de hoy se conocerán los diferentes mitos y realidades que existen en la cultura popular sobre el uso de drogas. Explicar que los mitos acerca de las drogas parten de ciertos supuestos falsos, y pueden llevar a las personas a experimentar el consumo buscando efectos o consecuencias irreales. Para aclarar algunos de los mitos más frecuentes y los efectos de las diferentes drogas, invítalos a participar en un juego.
DESCRIPCIÓN	El juego está diseñado para ser jugado en dos equipos contrarios. Se divide al total de participantes en dos grupos. El juego consiste en sacar una tarjeta con una afirmación, y contestar si esta afirmación es verdadera o falsa, y justificar por qué. Se asigna un tiempo límite para cada respuesta. Un jugador saca una tarjeta y se la pasa al profesional sin mirarla. Él/ella lee en voz alta la afirmación de la tarjeta y termina la lectura diciendo: ¿verdadero o falso? Y pone a andar el reloj. Los integrantes del equipo A discuten la afirmación, se ponen de acuerdo y el representante del equipo A que sacó la tarjeta responde por el grupo, todo dentro del tiempo estipulado. El profesional contrarresta esta respuesta con la respuesta escrita en la tarjeta y decide si está correcta o incorrecta. Si está correcta, el grupo A gana 1 punto y continúa el juego sacando otra tarjeta el grupo B y se repite el procedimiento. El juego termina cuando se hayan acabado las tarjetas seleccionadas por el profesional o cuando ha pasado 1 hora de tiempo.

	El equipo que tiene más puntaje es el ganador. Nota: El juego consta de muchas tarjetas. Selecciona aquellas que consideres más adecuadas para con quienes trabajarás, según el lenguaje que manejan, sus necesidades y su realidad comunitaria. Si los participantes no entienden alguna afirmación o respuesta de las tarjetas, explica con tus propias palabras. Se finaliza la actividad con la exhibición del video “mitos y creencias del consumo de drogas”. Se concluye mencionando que conversar el tema de las drogas, abierta y directamente, informados acerca de los efectos y consecuencias de cada una, permite tener alternativas para decir que no. De ahí la importancia de desmitificar algunas creencias populares que alteran la realidad sobre las drogas y sus efectos.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 4
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca estrategias de afrontamiento frente al consumo de alcohol y/o drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce estrategias de afrontamiento frente al consumo de alcohol y/o drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ 1 Lápiz. ✓ 1 Hoja de block. ✓ Témpera. ✓ Toalla Nova. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point ¿qué es la relajación? ✓ Video, técnicas para relajarse. ✓ Video meditación guiada para relajar y liberar tensiones. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar estrategias de afrontamiento frente al consumo de drogas, de acuerdo a la propia experiencia vital” Se inicia con una introducción, mencionando que la relajación es una estrategia que debe ser aprendida por cada una de las personas, con el fin de que nuestro cuerpo y mente puedan defenderse ante situaciones de stress. Se solicita a él o los participantes señalen cuáles son las formas de relajación que conocen.
DESCRIPCIÓN	A continuación se trabaja con los/las participantes el concepto de técnicas relajación a través de la exposición de un power point, que presenta el concepto de relajación como: “cualquier método, procedimiento o actividad que ayudan a una persona a reducir su tensión física y/o mental. Generalmente permiten que el individuo alcance un mayor nivel de calma reduciendo sus niveles de estrés, ansiedad o ira. La relajación física y mental está íntimamente relacionada con la alegría, la calma y el bienestar personal del individuo.” Se complementa la exposición con el video técnicas para relajarse. En la última parte, se invita a los/las participantes a poner en práctica una de las técnicas a través de video de relajación guiada, que ayudará a los/las jóvenes a relajarse y liberar tensiones. Al finalizar se pregunta a cada uno de los/las participantes ¿Qué sintió al experimentar la relajación guiada? ¿Logró el objetivo de relajación?

	Se enfatiza que el consumo de drogas no es una buena alternativa de hacer frente a situaciones de estrés, ya que su consumo trae consigo otras problemáticas, por otra parte el consumo de drogas también genera estrés durante los momentos en que no se está consumiendo. Luego se solicita a los/las jóvenes que en una hoja pintando solo con sus dedos y tempera, plasmen situaciones que le generan stress en su vida cotidiana y señalen las formas de relajación que utilizan o utilizarían para ello, considerando sus propias técnicas de relajación. Finalmente se socializan en un plenario las situaciones estresantes y las técnicas de relajación que podrían ser utilizadas por cada uno de ellos/ellas.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 PATRONES DE CONSUMO DE ALCOHOL Y/O DROGAS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca las consecuencias de un consumo abusivo de alcohol y/o drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce consecuencias de un consumo abusivo de alcohol y/o drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video "Chile es el primero de Latinoamérica en consumo de alcohol". ✓ Video "La muerte ronda las fiestas de los jóvenes". ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Identificar patrones de consumo de drogas y definir el propio nivel de consumo" Se inicia la actividad, con la exhibición del video "Chile es el primero de Latinoamérica en consumo de alcohol". Una vez finalizado, se realiza una lluvia de ideas, preguntando a los participantes si ¿el consumo de alcohol, por ser una droga lícita puede considerarse como peligrosa?
DESCRIPCIÓN	Posteriormente, se exhibe el video "La muerte ronda las fiestas de los jóvenes", finalizando se indaga en torno a la opinión de cada uno de los/as participantes frente a la historia observada. Se hace entrega de la hoja de recursos que contiene las siguientes preguntas: ✓ ¿Cómo te sentiste al ver este video? ✓ ¿Cuál es tu opinión de la situación observada? ✓ ¿Qué te parece la forma en que se relaciona pasarla bien con el consumo de drogas o alcohol? ✓ ¿Qué significa para ti tomar hasta morir? ¿Cuántas veces lo has hecho? ✓ ¿Has vivido alguna situación parecida? ✓ ¿Cómo crees que influye la situación personal de cada joven en su consumo? ✓ Desde tu experiencia, ¿cuáles son las ventajas y desventajas de este carrete? ✓ ¿Cómo has vivido tú el consumo de alcohol y/o drogas en tu grupo de amigos? En este sentido, ¿qué cosas te gustaría fueran distintas? ✓ ¿Encuentras que la historia y el video te representan? ¿Por qué? Se finaliza la actividad con un plenario, donde se invita a los participantes a compartir libremente sus opiniones respecto al video.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 6 FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO ASOCIADOS AL USO DE DROGAS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca factores protectores y de riesgos asociados al uso de drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce factores protectores y de riesgos asociados al uso de drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video "factores de riesgo y de protección". ✓ Video "Los peligros del carrete juvenil". ✓ Video "realidades y consecuencias de una adicción". ✓ Pauta de entrevista. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Reconocer factores protectores y de riesgos asociados al uso de drogas" Se invita a los/las participantes a ver un video introductorio al tema llamado factores de riesgo y de protección".
DESCRIPCIÓN	Se exhibe el video "Los peligros del carrete juvenil". Se les pide que observen el video en silencio y traten de recordar en qué momentos han sentido, vivido o visto situaciones similares. Esto ya que al terminar se realizarán duplas de entrevista, en el caso que el taller se aplique de manera individual, la pauta será aplicada desde el profesional a el/la joven, y viceversa. Una vez que termina el video, se entrega la hoja de recursos que contiene las siguientes preguntas: ✓ ¿Cuáles son las causas o factores de riesgo para el consumo de drogas? ✓ ¿Has vivido situaciones similares? ✓ ¿De qué forma creen impacta en un estilo de vida saludable el consumir drogas o alcohol? ✓ ¿Cuáles son los factores protectores para evitar el consumo de drogas? ✓ ¿Cuentas con alguno de ellos o es posible que puedas desarrollar alguno? ✓ ¿De qué forma crees que beneficia la salud y el desarrollo personal, el tener una vida alejada del consumo de drogas o alcohol? Posteriormente, se realiza un plenario, donde se invita a los participantes a compartir libremente sus opiniones respecto al video. Se finaliza la actividad con la exhibición del video "realidades y consecuencias de una adicción".
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 7
CONSECUENCIAS ASOCIADAS AL CONSUMO DE ALCOHOL Y/O DROGAS

OBJETIVO	✓ Que el/la joven relacione las consecuencias del consumo de drogas en su proyecto de vida.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven relaciona las consecuencias del consumo de drogas en su proyecto de vida.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video la calle. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes y se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Consecuencias del consumo de drogas en el proyecto de vida”
DESCRIPCIÓN	Se indica que se trabajará en torno a un video, donde se muestra una historia de jóvenes, como ellos/as. Es viernes y, como ocurre habitualmente en la plaza del sector, grupos de jóvenes se reúnen a conversar y a consumir alcohol y/o drogas. En uno de los grupos, dos amigos conversan animadamente, mientras toman una botella de pisco escondida en sus mochilas. Esperan a otro amigo para consumir pasta base y después ir a una fiesta a la que no han sido invitados. Una vez que se ha visto el video, se pide que exprese(n) impresiones y reflexiones, asociando la historia con situaciones que le(s) ha tocado vivir. Se hace entrega de la hoja de recursos, que, contiene las preguntas para iniciar la conversación: ✓ ¿Cómo te sentiste al ver este video? ✓ ¿Cuál es tu impresión o percepción de la situación observada? ✓ ¿Has vivido alguna situación parecida? ✓ ¿Cuál crees que es la problemática central de este video y por qué? ✓ ¿Qué te parece la forma en que se relacionan estos amigos? ✓ ¿Qué significa para ti una buena amistad? ✓ ¿A qué riesgos se exponen los jóvenes de la fiesta? ✓ ¿Alguna vez has estado en alguna situación similar y cómo pudo haber afectado en tu futuro? ✓ ¿Cuál crees que será su futuro? ✓ ¿Alguna vez has ejercido presión sobre un amigo para que consuma? Si lo has hecho ¿qué argumentos tenías para hacerlo? ✓ Desde tu experiencia, ¿cuáles crees que son las ventajas y desventajas de este tipo de carretes? ¿Cómo has vivido tú el consumo de alcohol y/o drogas en tu grupo de amigos? En este sentido, ¿qué cosas te gustaría fueran distintas?

	Se cierra la actividad indicando a los/las jóvenes la forma en que pueden ir identificando los riesgos a los que se exponen y cómo estos influyen en su vida, si toman la decisión correcta los pone en un lugar privilegiado en torno, a ser ellos/ellas quienes tienen el poder.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

Propiedad Intelectual MES



MÓDULO N° 4

“MOTIVACIÓN PARA EL CAMBIO”



OBJETIVO

Aumentar la disposición al cambio de el/la joven, para incorporarse a un programa de tratamiento por consumo de alcohol y/o drogas.

Uno de los desafíos más importantes que surgen cotidianamente en la intervención en drogodependencias apunta hacia la motivación del usuario/cliente para iniciar un proceso de tratamiento. Es conocida la existencia de un grupo no menor de consumidores problemáticos de drogas que, por medio de la elaboración de múltiples defensas y/o resistencias, no logran concientizar las consecuencias negativas de su patrón de consumo. En este mismo sentido, las contradicciones, los bloqueos y las dudas sobre ejecutar o no un cambio, es parte de los procesos regulares que todo ser humano ha de enfrentar a la hora de tomar decisiones.

En población de jóvenes infractores de ley el trabajo no está exento de dificultades a la hora de establecer mecanismos motivacionales debido a las características propias de estos sujetos donde el consumo de sustancias es tan sólo una de las aristas en su configuración vital. En la disyuntiva permanente de qué hacer con jóvenes infractores de ley que han de ser incorporados a programas de tratamiento por consumo problemático de drogas, para que adhieran a estos, y para que además sean efectivos, es por lo que surge la necesidad de explorar entre los saberes existentes y disponibles para crear una metodología replicable para intervenir motivacionalmente en nuestros usuarios. Por tal razón, el presente módulo presenta una de las ofertas existentes para fomentar mejores procesos de tratamiento, desarrollado a través de una estrategia breve (ya que consta de sólo 5 sesiones) denominada PIE Motivacional¹, que se sugiere llevar a cabo de manera preferentemente individual. O de modo grupal, si y sólo si, se reconocen, cuidan y elaboran los factores grupales que pudiesen interferir en su óptimo desarrollo (número de participantes, género, variables de personalidad, comorbilidad, entre otros).

En este contexto es importante reconocer la motivación no sólo como un eje central y propio del trabajo dirigido a problemas con consumo de drogas, o de una sanción accesoria, sino que también resulta fundamental en la concientización de la sanción principal o los delitos cometidos. Esto implica que una efectiva acción motivacional con un joven infractor de ley con uso de sustancias no sólo tendría un impacto en el ámbito de tratamiento sino que además en el proceso de rehabilitación, responsabilización y reinserción social de este. De ahí deriva la importancia de crear, elaborar y transmitir métodos de acción diferenciados y atingentes que favorezcan la apertura motivacional en el más amplio de los sentidos.

¹ Manual de Intervención Breve Motivacional en Jóvenes Infractores de Ley con Problemas Ligados al Uso de Drogas Claudio Rojas J. y Eduardo Muñoz C.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 RECONOCIMIENTO DE HISTORIAL DE CONDUCTA(S)	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca historial de conducta(s) problema(as), asociadas al consumo de drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce historial de conducta(s) problema(as), asociadas al consumo de drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Hoja blanca.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual "Intervención motivacional con infractores". ✓ Instrumento dep-ado. ✓ Pauta de tipificación de consumo (Anexo N° 1, pág. 16). ✓ Pauta de compromiso biopsicosocial (Anexo N° 2, pág. 17). ✓ Instrumento Sócrates 8d (Anexo N° 3, págs. 18 -23). ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Reconocimiento de historial de conducta(s)" El profesional, debe preparar la ejecución de esta actividad con el material adjunto "Intervención motivacional con infractores" Sesión N° 1: Vinculación y primer contacto (página 8).
DESCRIPCIÓN	Se da inicio a la actividad indicando a el/la joven que tendrán una conversación sobre su consumo de alcohol y/o drogas, con la finalidad de poder prestarle ayuda. Para esto es necesario poder comprender como ha sido su desarrollo, características y conducta(s) problema(s) que ha presentado. Indique además que no se busca categorizarlo o emitir juicios acerca de él/ella. 1. Aplicar instrumento Dep-ado, con el fin de explorar sobre sustancias consumidas durante su vida (ya sea de manera experimental, habitual o problemática), intensidad y frecuencia del consumo, edad de inicio del consumo, sustancia de preferencia, estilo de consumo (solitario o grupal) justificación o razones para el consumo (placer, evasión, compensación, etc.), consecuencias (si es que las reconoce), motivaciones actuales para cesar el consumo (si es que existiesen), antecedentes de tratamientos anteriores (¿qué rescata o qué desestima de estos?) e intentos y/o períodos de no consumo (¿en qué ocasiones no se ha presentado la conducta problema?), ya que puede ser una clave para rescatar fortalezas del usuario. Se recomienda utilizar para la síntesis y obtención de conclusiones los anexos N° 1 y 2, pauta de tipificación de consumo y pauta de compromiso biopsicosocial, del documento intervención motivacional con infractores (carpeta de recursos). 2. En la segunda parte, de esta primera sesión, se efectúa evaluación con instrumento SOCRATES 8D2 (Intervención motivacional con infractores, anexo N° 3) para evaluar la preparación para el cambio y la ansiedad ante el tratamiento. Por medio de 19 ítems esta

	escala nos permite efectuar una medida inicial sobre el nivel de reconocimiento del problema con el consumo de drogas, su nivel de ambivalencia y su nivel de decisión para efectuar cambios. Además esta medida servirá de contraste con la re-aplicación en la última sesión de esta intervención para determinar movimientos o no hacia el cambio y el impacto de la intervención breve.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	El cierre de la primera sesión debe implicar una síntesis de esta y un agradecimiento genuino por la información entregada, invitando cordialmente a las restantes.

Propiedad Intelectual MES



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 EJES MOTIVACIONALES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca los principales valores que lo identifican en su vida.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce los principales valores que lo identifican en su vida.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Hoja de papel. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual "Intervención motivacional con infractores". ✓ Juego de cartas sobre valores (Anexos N° 4 y 5, págs. 23-27). ✓ Video de refuerzo "Experiencias sobre el consumo". ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El profesional, debe preparar la ejecución de esta actividad con el material adjunto "Intervención motivacional con infractores" Sesión N° 2: Ejes motivacionales (páginas 9 y 10). Una vez establecido el vínculo inicial y la estructuración de la historia de la(s) conducta(s) problema(s) el paso siguiente es el rescate de los principales valores que identifican al sujeto y alcanzan significancia para este. El objetivo de esta sesión será determinar y analizar los valores personales del usuario (como sus significados y creencias asociadas). Los valores detectados pueden ser utilizados como ejes o puntas motivacionales para el cambio. La razón: permiten contrastar los valores que el usuario identifica como propios con respecto a la conducta problema. Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Determinar y analizar los valores personales, así como sus significados y creencias asociadas"
DESCRIPCIÓN	Para lograr este objetivo se trabaja con un sistema de cartas (20 en total) que enuncian una serie de valores tipo ("Familia", "Amistad", "Sentido del humor", "Humildad", "Hacer bien las cosas", entre otros). Se solicita al usuario que del total de cartas entregadas seleccione las 5 que considera más representativas de su persona. Posterior a la elección efectuada se pide al usuario que jerarquice los valores escogidos desde el más significativo hasta el de menor cercanía. Luego de la jerarquización de valores se entrega una hoja en blanco y un lápiz y se pide que desarrolle cada uno de estos buscando la justificación de la elección. Es decir, en este punto se pretenderá reconocer el por qué (fundamentos, razones) de la selección de tal o cual valor y los motivos de la importancia otorgada a cada uno (jerarquía). Estos valores escogidos, como su elaboración, serán una herramienta de poderosa utilidad cuando se avance en el proceso de intervención motivacional ya que darán sustento a un proyecto de cambio o a un cuestionamiento de la conducta problema. Se recomienda dejar registro escrito de cada valor seleccionado, como también de la justificación otorgada, siendo literal en la descripción y no cayendo en interpretaciones arbitrarias de los contenidos referidos por el usuario. Recordar que lo importante es rescatar lo que el usuario dice y no lo que "creemos" o "sentimos" que dice.

	De existir dudas con respecto a una justificación usar la síntesis, la aclaración o el reflejo, como técnicas de entrevista, para definir si hemos comprendido a cabalidad lo referido por el usuario. En base a los valores escogidos el entrevistador buscará fomentar la reflexión del usuario a través de la escucha activa (comunicación que expresa empatía) y de preguntas reflexivas y abiertas para ayudarlo a observarse a sí mismo y pueda percatarse de las posibles discrepancias entre su discurso, sus valores y la(s) conducta(s) problema(s) y, si es posible, estimular el desarrollo de métodos por los cuales podrían comenzar a resolver esas discrepancias (incrementar la autoeficacia). Se puede finalizar la actividad con la exposición del video de refuerzo “experiencias sobre el consumo”.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	El cierre de la sesión debe implicar una síntesis de esta y un agradecimiento genuino por la información entregada, invitando cordialmente a las restantes.

Propiedad Intelectual

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 LOS OTROS SIGNIFICATIVOS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique miembros de su red social como facilitadores del cambio y aquellos que mantienen o aumentan su conducta(s) problema(s).
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica miembros de su red social como facilitadores del cambio y aquellos que mantienen o aumentan su conducta(s) problema(s).
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual
MATERIALES	✓ Lápiz grafito. ✓ Lápices de colores.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual "Intervención motivacional con infractores". ✓ Hoja de trabajo "yo manejo" (Anexos N° 6 y 7, págs. 28 y 29). ✓ Hoja de trabajo "Mi Mapa Social". ✓ Video de refuerzo "El carrete". ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El profesional, debe preparar la ejecución de esta actividad con el material adjunto "Intervención motivacional con infractores" Sesión N° 3: Los otros significativos (Páginas 10-12). En la tercera sesión programada los esfuerzos se concentran en poder determinar las principales figuras significativas del usuario que pudieran eventualmente transformarse en agentes facilitadores de cambio. Además, se ha de intencionar la identificación dentro del contexto próximo del usuario a aquellas personas que pudiesen aparecer como factor de riesgo (obstaculizador del cambio) o protección (favorecedor del cambio). Por tanto, el objetivo esencial en esta sesión es definir miembros de la red social del usuario que pudiesen tornarse en recursos para facilitar el cambio como también determinar aquellos que podrían mantener o amplificar la conducta(s) problema(s). Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Identificar miembros de la red social como facilitadores u obstaculizadores del cambio".
DESCRIPCIÓN	En la primera parte de la sesión se trabaja en la identificación de los otros significativos. Para tal efecto se utiliza hoja de trabajo "Yo Manejo" en donde el usuario puede dibujar, representar o describir el automóvil de su preferencia. Posterior a ello la hoja de trabajo ofrece una vista superior de un vehículo con 5 asientos (conductor, copiloto, y tres asientos traseros), en donde se pide al usuario que ubique, en el orden que prefiera, a las personas que incluiría en un viaje hacia un lugar especial (se puede determinar este punto previamente). La elección de los pasajeros nos ofrecerá una definición de las personas que alcanzan mayor significancia para el sujeto. Estas figuras pueden ser consideradas como recursos para fomentar el inicio del cambio y la progresión en éste (además deben ser involucrados en el proceso de tratamiento del usuario por el valor potencial que éstos poseen). Importante resulta enriquecer esta selección con los fundamentos que utilizó el usuario para ello ya que permite hacer explícitas las características que visualiza en sus cercanos (las cuales pueden ser contrastadas con los valores personales definidos en la sesión anterior).

	En la segunda parte de la sesión se utiliza hoja de trabajo “Mi Mapa Social” que plantea al usuario la posibilidad de representar gráficamente a las personas que se encuentran en su contexto próximo (más allá de la familia) donde se han de incluir al grupo de pares y amigos (circuito social de referencia). Una vez completado el mapa, se ha pedir al usuario que reconozca en este, a las personas que ejercen efecto de factor protector (explicando previamente que implica este concepto) y que le podrían ayudar a distanciarse de situaciones riesgo (consumo, delito, otros). Luego se le invita a realizar el mismo ejercicio de forma inversa, es decir, que reconozca sujetos que ejercen un efecto de factor de riesgo o que favorecen el acercamiento a situaciones de riesgo. Considere que en este punto el entrevistador puede promover discursos defensivos del usuario (justificaciones para el consumo o el delito) en función de sostener ideas, creencias y valores asociados a la(s) conducta(s) problema(s), por la tanto, es una excelente ocasión no para la confrontación sino para devolver y reflejar la información del propio usuario en cuanto a sus valores (sesión 2) y la importancia de sus significativos. Al término de esta sesión y como enganche a la siguiente se le puede solicitar al usuario que piense durante la semana sobre lo que ha perdido y ganado con la(s) conducta(s) problema(s). Se puede finalizar la actividad con la exposición del video de refuerzo “el carrete”.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	El cierre de la sesión debe implicar una síntesis de esta y un agradecimiento genuino por la información entregada, invitando cordialmente a las restantes.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 4 BALANCE DE COSTOS Y BENEFICIOS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven evalúe lo perdido y lo ganado con la(s) conducta(s) problema(s) y la expectativa de ganancias y pérdidas con el cambio.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven evalúa lo perdido y lo ganado con la(s) conducta(s) problema(s) y la expectativa de ganancias y pérdidas con el cambio.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápices de color rojo, verde y azul. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual "Intervención motivacional con infractores". ✓ Hoja de trabajo "Mi Balance Decisional" (Anexo Nº 8, pág. 30). ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El profesional, debe preparar la ejecución de esta actividad con el material adjunto "Intervención motivacional con infractores Sesión Nº 4: Balance de costos y beneficios (páginas 12 - 13). En esta sesión, y luego de la vinculación previa y la información obtenida en las anteriores actividades, se da el escenario más favorable para efectuar un balance decisional. La idea de llevar a cabo este nivel de intervención breve es utilizar en su desarrollo, la información recopilada hasta el momento, lo que empodera su uso. Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Evaluar lo perdido y lo ganado con la(s) conducta(s) problema(s) y la expectativa de ganancias y pérdidas con el cambio)"
DESCRIPCIÓN	Para esta sesión se utiliza la hoja de trabajo "Mi Balance Decisional" que plantea las interrogantes: ✓ ¿Qué gano y pierdo si MANTENGO el consumo? ✓ ¿Qué gano y pierdo si DEJO el consumo? Se recomienda a este nivel ser explícito, detallado y gráfico con las descripciones. De ser posible las referencias a la inmovilidad escribirlas con lápiz de color rojo y las referencias de cambio con lápiz color verde o azul para una mejor diferenciación y asimilación. Todo esto para ayudar a el/la usuario/a a que reconozca y sopesa los aspectos negativos de la conducta problema y favorecer que la balanza se incline hacia un comportamiento más beneficioso. Se puede finalizar la actividad con la exhibición de un video de refuerzo.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	El cierre de la sesión debe implicar una síntesis de esta y un agradecimiento genuino por la información entregada, invitando cordialmente a las restantes.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 TOMA DE DECISIONES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven logre movilizarse hacia un estadio superior del cambio (contemplación, preparación o acción).
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven se logra movilizar hacia un estadio superior del cambio (contemplación, preparación o acción).
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual "Intervención motivacional con infractores". ✓ Instrumento SOCRATES 8D (Anexo N° 3, págs. 18-23). ✓ Escala de disposición (Anexo N° 9 del manual, pág. 31). ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El profesional, debe preparar la ejecución de esta actividad con el material adjunto "Intervención motivacional con infractores Sesión N° 5: Toma de decisiones (páginas 13-14). Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Toma de decisiones" Si bien ésta aparece como la última sesión, es sin duda, una de las más importantes, ya que debe incluir una síntesis acabada para el usuario de los insumos obtenidos a la fecha (recordar la importancia del feedback o retroalimentación como clave en la entrevista motivacional). El objetivo elemental de esta sesión es integrar la totalidad de la información recopilada (la historia de la conducta problema, los ejes motivacionales, las figuras significativas, los costos y beneficios del statu quo o el cambio) para evaluar si existe, o no, movilización del usuario hacia estadios superiores del cambio (contemplación, preparación o acción). Si la primera parte de la sesión se orienta hacia una síntesis integrativa de la información obtenida, posteriormente se debe efectuar las medidas para establecer la disposición al cambio.
DESCRIPCIÓN	En este momento se re-aplica el instrumento utilizado en la primera sesión (SOCRATES 8D) para observar con medidas tangibles si existe un impacto de la intervención. Se sugiere que además, se establezca con el/la usuario/a evaluar con una medida escalar agregada la disponibilidad al cambio ("Escala de disposición" se agrega en apartado de anexos N°9 del manual) en base a dos preguntas (donde se pide al usuario que las evalúe de 1 a 10): 1.- ¿Para ti, qué tan importante es cambiar tu conducta? y 2.- ¿Qué tanta confianza tienes de que puedes cambiar tu conducta? Estas medidas cuantificables, en conjunto con la impresión del entrevistador, nos referirán que tan decidido se encuentra nuestro usuario a efectuar un cambio conductual positivo y por sobre todo a iniciar un proceso de tratamiento o intervención mayor con un cliente con un motivo de consulta definido y, por tanto, con objetivos claros y coherentes tanto para

	usuario/a como terapeuta. Sin embargo, esta sesión también nos puede mostrar a un/a usuario/a que pese a la intervención propuesta se mantenga aún resistente a cambiar. Esto implicará una revisión de la acción efectuada para definir si la resistencia se produce por un déficit del interventor para llevar a cabo las sesiones (deficiente construcción del vínculo, enjuiciamiento del usuario, elementos contra-transferenciales, etc.) o de una profunda renuencia del usuario a afrontar “un mal negocio” como puede ser iniciar un cambio. Ante esta posibilidad se recomienda, de todas formas, agradecer al usuario por su participación en la intervención y dejar abierta la puerta a un eventual cambio de opinión. También se puede sugerir reiniciar el proceso motivacional en 15 o 30 días más o en el momento en que el sujeto lo estime conveniente. Recuerde que la intervención motivacional busca que la pulsión al cambio surja desde él/a usuario/a y no sea bajo ningún motivo impuesta por el interventor. Este nunca debe olvidar que los tiempos y las expectativas del cambio suyos son y serán diferentes a los del/a usuario/s. También es importante recordar que un proceso de recuperación no se puede mantener sólo mediante una presión externa (una sanción penal, sea principal y/o accesoria), la motivación y el compromiso tienen que provenir de la presión interna, por lo que resulta vital considerarle, respetarle y por sobretodo fomentarle. Se puede finalizar la actividad con la exhibición de un video de refuerzo.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	El cierre de la sesión debe implicar una síntesis de esta y un agradecimiento genuino por la información entregada, invitando cordialmente a las restantes.

Propiedad Intelectual



MÓDULO N° 5

“RED DE TRATAMIENTO POR CONSUMO DE DROGAS”



OBJETIVOS

1. Informar a el/la joven sobre la oferta de dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas.
2. Promover el acceso y/o permanencia del el/la joven en programa de tratamiento de alcohol y/o drogas.

Desde el año 2007, al entrar en vigencia la Ley 20.084 de Responsabilidad Penal Adolescente, se implementa el Programa de Tratamiento Integral de Adolescentes Infractores de Ley con Consumo Problemático de Alcohol - Drogas y Otros Trastornos de Salud Mental, de modo de hacer posible lo planteado en la Ley.

Este programa fue desarrollado por el Servicio de Prevención y Rehabilitación del consumo de Drogas y Alcohol (SENDA) y Ministerio de Salud (MINSAL), con la asesoría técnica del Servicio Nacional de Menores (SENAME), basándose en la experiencia en proyectos de tratamiento para adolescentes con consumo problemático de drogas.

Un factor importante a considerar es que el consumo de drogas se encuentra presente en la mayoría de los adolescentes infractores ingresados a los distintos programas y centros de Sename y que aproximadamente el 50% de ellos presenta consumo problemático. Esto hace necesario una oferta especializada tanto para dar cumplimiento a la sanción accesoria que determine el juez, como para aquellos jóvenes que voluntariamente deseen acceder a un tratamiento, tanto en sistemas privativos como no privativos de libertad.

Es en este sentido, que el presente módulo busca el promover la incorporación y mantención de los/las jóvenes que presentan un consumo problemático de alcohol y drogas a través de un proceso motivacional permanente, presentándole además información sobre la oferta disponible en centros de tratamiento y rehabilitación para el consumo de drogas, que cuentan con un modelo de atención diseñado para abordar las complejidades psicosociales particulares e incluir desde respuestas inmediatas frente a situaciones de crisis y cuadros agudos, hasta planes ambulatorios de tratamiento. Considerando además el proceso evolutivo y etapas del ciclo vital en la cual se encuentra, como también la perspectiva de género.

Considerando el perfil de consumo y de compromiso biopsicosocial de los/las jóvenes intervenidos, el Programa contempla planes de tratamiento en medio libre, diferenciados en: Centros de tratamiento ambulatorio intensivo (PAI), Centros de tratamiento residencial y Unidades de corta estadía en hospitales.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1 RED DE CENTROS DE TRATAMIENTO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique los dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas, existentes en la red.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica los dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas, existentes en la red.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ 1 lápiz. ✓ Lápices de colores.
CARPETA DE RECURSOS	✓ PPT Mapa de redes centros de tratamiento. ✓ Díptico red de centros de tratamiento. ✓ Video de refuerzo. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar los dispositivos de tratamiento para el consumo de alcohol y/o drogas, existentes en la red” Se explica a los/as asistentes que la red social es una estructura relativamente invisible pero al mismo tiempo muy real, en la que se inserta un individuo, núcleo familiar o grupo. Todos/as estamos en redes, la familia, los/as amigos/as, los/as colegas, etc. Es importante que conozcamos cuáles son, y principalmente cuáles nos sirven en materia de tratamiento de drogas.
DESCRIPCIÓN	Se realiza la exhibición de un power point, con la presentación de la red de centros y programas de tratamientos de drogas existentes en su comuna y región. De esta forma, se le va guiando en torno a las características y especialización de cada uno de ellos, de acuerdo al grado de complejidad de los procesos de tratamiento. Al finalizar se realiza la entrega de un díptico, a fin de que el joven pueda contar con la información en caso de consulta cuando lo requiera. Posteriormente, se hace entrega a el/la joven de un mapa de la red social de programas de tratamiento para el consumo de drogas y se solicita que llene los espacios desde su círculo más cercano (barrio), hasta el más lejano (ciudad, región) identificando los distintos centros de tratamiento existentes y el perfil de usuario para su acceso. Se le da un espacio de tiempo máximo de 15 minutos. Finalizar la actividad con la exhibición de un video de refuerzo.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad realizada (se utiliza formato de evaluación de actividades socio educativa).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen principales conclusiones obtenidas, reforzando la importancia de su participación en la próxima actividad planificada.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 CENTROS DE TRATAMIENTO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca la metodología de intervención y prestaciones de cada centro de tratamiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce la metodología de intervención y prestaciones de cada centro de tratamiento.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video "tratamiento para el consumo de drogas". ✓ Video "comunidad terapéutica fuente de agua viva". ✓ Video "comunidad terapéutica el sendero de paternitas". ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Conocer metodología de intervención y prestaciones de los centros de tratamiento por consumo de drogas"
DESCRIPCIÓN	Se exhibe el video "tratamiento para el consumo de drogas", en el que se explican las distintas etapas de un proceso de tratamiento. Posteriormente, se recordará sobre los distintos dispositivos de tratamiento que existen en el territorio, a fin de que el/la joven pueda ir identificando aquellos programas a los cuales pudiera acceder de acuerdo a su necesidad de tratamiento. De acuerdo al análisis del perfil de consumo del joven, obtenido a través de instrumentos (aplicados en actividad N°1, módulo N°4), se menciona resultado de necesidad de tratamiento, para lo cual será necesario iniciar el proceso con una entrevista de confirmación diagnóstica en uno de estos centros especializados. Se realiza motivación a el/la joven para realizar juntos una visita y conocer uno de los centros de tratamiento o si lo manifiesta abiertamente acordar una entrevista de confirmación diagnóstica. Para finalizar se exhibe uno de los videos "comunidad terapéutica fuente de agua viva" o "comunidad terapéutica el sendero de paternitas" (elegir de acuerdo a las características del participante) explicando que en ellos se presenta una rutina de actividades de una comunidad terapéutica. Se debe dejar claro que el centro de tratamiento al cual podrá ingresar, será de acuerdo a su necesidad y no necesariamente será uno de carácter cerrado, este es solo un ejemplo práctico.
EVALUACIÓN	Se solicita a el/la joven que realice una evaluación de la actividad realizada aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a el/la joven su participación y se refuerza compromiso de asistencia a centro de tratamiento.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 COMPROMISO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven verbalice la motivación o necesidad de ingresar a un centro de tratamiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven verbaliza motivación o necesidad de ingresar a un centro de tratamiento.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video “desafiando gigantes”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Pauta de tamizaje. ✓ Compromiso. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Establecer compromiso de ingreso a centro de tratamiento” El profesional recibe a el/la joven con una actitud acogedora y facilitadora para el afianzamiento del vínculo. Le llama por su nombre y le invita a tomar asiento; (la experiencia indica que el acomodo del espacio que facilita el trabajo es en forma de L, sin escritorio que obstaculice el contacto), establece alguna estrategia para romper el hielo.
	El profesional a cargo de la entrevista conversa con el/la joven acerca de situaciones en las cuáles se percató que debía hacer algún cambio en su vida; y se indaga acerca de cómo se dio cuenta que tenía que hacer ese cambio, qué estrategias usó, etc. Se exhibe el video motivacional “desafiando gigantes”, con la finalidad de sensibilizarlo respecto de la necesidad de cambiar la forma de pensar para lograr objetivos en nuestras vidas. Al finalizar el video se hará entrega de la hoja de recursos, que incluye una pauta de preguntas para una reflexión personal: (Recordar que es conveniente realizar preguntas de tipo abiertas en la que se comience a abordar la problemática de el/la joven, es importante para ello utilizar una comunicación activa, con técnicas de parafraseo u otras que permitan delimitar el problema). ✓ ¿Cómo te sentiste al ver este video/historia? ✓ ¿Cuál es tu impresión o percepción de la situación observada/historia? ✓ ¿Has vivido alguna situación parecida? ✓ ¿Qué te parece la actitud inicial con que el joven protagonista encara el desafío del entrenador?

DESCRIPCIÓN	✓ ¿Qué te parece el resultado final que tiene el joven? ✓ ¿Cuál crees que es la enseñanza que te deja este video/historia y por qué? ✓ ¿Cómo crees que influye nuestra actitud en los desafíos cotidiano de la vida? Posteriormente, se le indica que se aplicará una pauta de tamizaje, que no hay respuestas buenas o malas, por lo que es sólo una forma de registrar parte de la información que han conversado, y poder facilitar así en el caso que lo considere, el buscar ayuda en un programa de tratamiento de drogas. Para finalizar la actividad se firmará un compromiso, que estipulará su motivación para incorporarse a un programa de tratamiento y las razones que lo movilizaron a tomar la decisión.
EVALUACIÓN	Se solicita a el/la joven que realice una evaluación de la actividad realizada aplicando instrumento de evaluación socio educativa. (Ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a el/la joven su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 LA REHABILITACIÓN POR CONSUMO DE DROGAS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca beneficios que le proporciona un programa de tratamiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce beneficios que le proporciona un programa de tratamiento.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video “la verdad sobre las drogas”. ✓ Video “testimonios de adolescentes consumidores de drogas en rehabilitación”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socio educativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Conocer beneficios de un programa de tratamiento para el consumo de drogas”
DESCRIPCIÓN	Se invita a los/las participantes a ver el video “la verdad sobre las drogas”, donde se exponen distintos casos de jóvenes que han experimentado una adicción y como esta ha afectado su vida. En base a lo anterior se hace entrega a el/la joven de la hoja de recursos y se invita a reflexionar sobre las siguientes preguntas: 1. ¿Qué motivó a estos jóvenes a iniciar un consumo de drogas? 2. ¿Cuáles son los mitos que se transmiten en los medios de comunicación, traficantes y otros consumidores, para iniciar a nuevos jóvenes en el consumo? 3. ¿El tipo de drogas que se consume y la cantidad de dosis aumenta a través del paso del tiempo? ¿Por qué? 4. ¿Cómo afecta el consumo de drogas a nuestro cuerpo, mente y nuestro desarrollo como personas? En la segunda parte de la actividad se invita a los/las participantes a ver el video “testimonios de adolescentes consumidores de drogas en rehabilitación”, donde se exponen casos de jóvenes que han experimentado una adicción y actualmente se encuentran en un tratamiento de rehabilitación. Finalizado el video se hace entrega a el/la joven de la hoja de recursos y se invita a reflexionar sobre las siguientes preguntas:

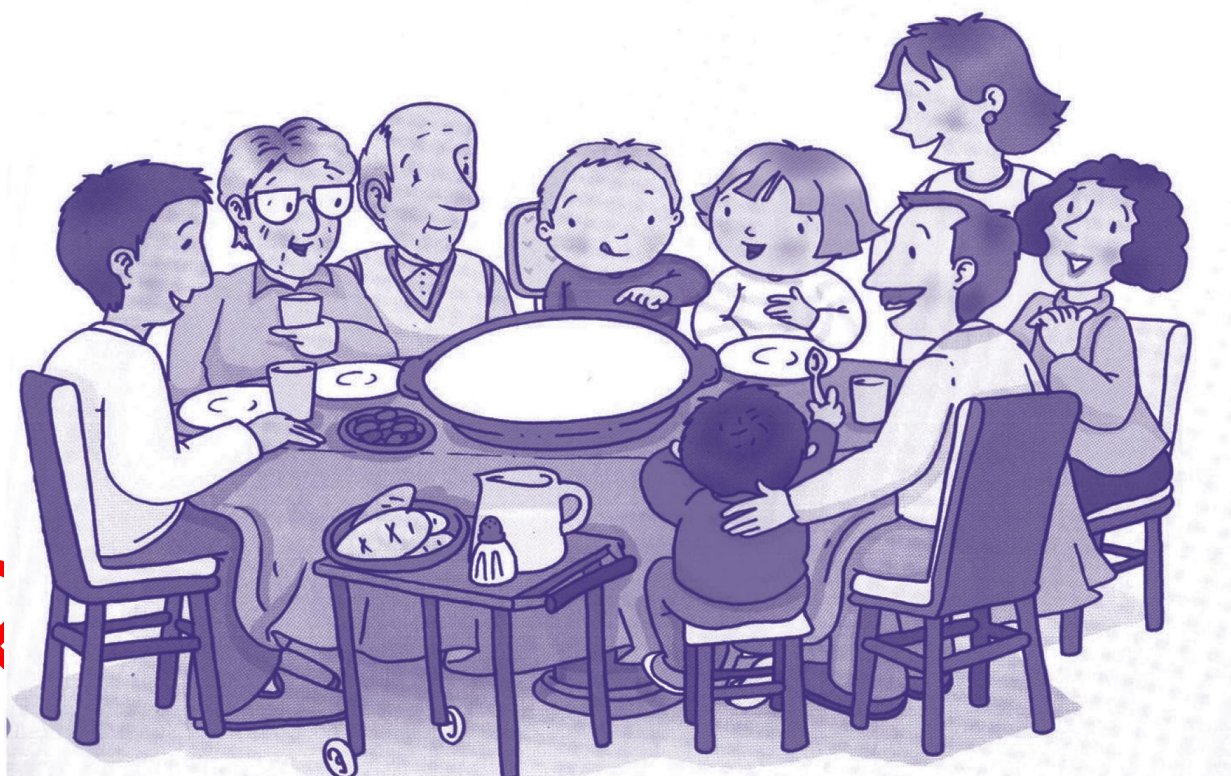
	1. ¿Qué experiencias negativas afectaron la vida de estos jóvenes? 2. ¿Crees que estas experiencias negativas fueron la causa del inicio del consumo de drogas? 3. ¿Porque estos jóvenes vieron el consumo de drogas como única salida? 4. ¿Cuáles son las peores consecuencias que afectaron a estos jóvenes, a que límites tuvieron que llegar a causa del consumo? 5. ¿Es posible pedir ayuda? ¿Cómo? 6. ¿A estos jóvenes les ha servido ingresar a un programa de tratamiento de drogas? Se solicita a los/las participantes que compartan a través de un plenario las respuestas obtenidas, mientras el profesional deberá ir registrando en un papelógrafo o pizarra aquellos aspectos comunes.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual



Propiedad Intelectual MESP

MANUAL DE INTERVENCIÓN CON PERSONAS Y ENTORNOS SIGNIFICATIVOS



ÍNDICE

Introducción	361
Módulo Nº 1: “Apoyo relacional”	364
Actividad socio-educativa Nº 1: Apoyo familiar para la reinserción	366
Actividad socio-educativa Nº 2: Evaluación de competencias parentales	368
Actividad socio-educativa Nº 3: Empezar a conocernos	370
Actividad socio-educativa Nº 4: Genograma familiar	373
Actividad socio-educativa Nº 5: Historia familiar	375
Actividad socio-educativa Nº 6: Valoración de la familia	378
Actividad socio-educativa Nº 7: El día que me convertí en papá o mamá	381
Módulo Nº 2: “Competencias parentales”	384
Actividad socio-educativa Nº 1: Vínculo parental	386
Actividad socio-educativa Nº 2: Identificación de emociones	388
Actividad socio-educativa Nº 3: Expresión de sentimientos	390
Actividad socio-educativa Nº 4: Construcción de autoimagen	392
Actividad socio-educativa Nº 5: Comunicación	394
Actividad socio-educativa Nº 6: Normas y límites familiares	396
Actividad socio-educativa Nº 7: Resolución de conflictos	399
Actividad socio-educativa Nº 8: Etapas del desarrollo.	401
Actividad socio-educativa Nº 9: Cada hijo un nuevo desafío	403
Actividad socio-educativa Nº 10: Participación social	406
Módulo Nº 3: “Conductas de riesgo en la adolescencia”	408
Actividad socio-educativa Nº 1: Temas difíciles de hablar.	410
Actividad socio-educativa Nº 2: Familia y consumo de drogas.	412
Actividad socio-educativa Nº 3: Prevención del consumo de drogas.	415
Actividad socio-educativa Nº 4: Familia y dependencia.	418
Actividad socio-educativa Nº 5: Educación sexual.	421
Actividad socio-educativa Nº 6: Falsas creencias sobre la educación sexual.	423
Módulo Nº 4: “Paternidad y maternidad responsable”	424
Actividad socio-educativa Nº 1: Un recado para ti: “vas a ser papá/mamá.	426
Actividad socio-educativa Nº 2: El día que me convertí en papá/mamá”	428
Actividad socio-educativa Nº 3: Hombre cuidando a un niño, mujer cuidando a una niña.	430
Actividad socio-educativa Nº 4: Los derechos de los niños, niñas y adolescentes.	432

INTRODUCCIÓN

El sistema de justicia juvenil en Chile, ha sido elaborado considerando una serie de principios fundamentales inspirados en el modelo de responsabilidad, entre ellos, la orientación a la reinserción social del adolescente y la promoción del desistimiento de la conducta infractora a través del fortalecimiento de los procesos de integración comunitaria, familiar y la reinserción educativa y laboral.

De acuerdo a lo anterior, la integración comunitaria, en tanto mecanismo de reinserción social, tendrá por objetivo la rearticulación de vínculos afectivos, sociales e institucionales entre el/la joven y su entorno; además de desarrollar una conducta acorde con las normas legales y convencionales, asumiéndose así que este proceso de revinculación con el entorno comunitario, social y familiar, contribuirá a evitar efectos criminógenos no deseados.

Es en este contexto importante destacar que los programas de reinserción no sólo deben enfocarse en el/la joven infractor/a de ley, sino también en la generación de intervenciones más integrales que incluyan a la familia y la comunidad, ya que además de las capacidades individuales de el/la joven y sus posibilidades de desarrollo, la presencia y calidad de sus redes sociales también resultan relevantes a la hora de reinserirse en su medio. A esto se le ha llamado capital social, y que en el caso de la mayoría de los infractores de ley, dicho concepto resulta negativo, es decir, toda vez que la desafección familiar y/o comunitaria tiende a potenciar conductas delictuales en el sujeto (Robinson y Crow, 2009).

Existe evidencia empírica que sustenta la idea de que los vínculos sociales significativos no sólo limitarían la conducta criminal en el individuo, sino que limitarían cualquier conducta que pudiese amenazar éstas relaciones establecidas. Además, le confieren una identidad y sentido de pertenencia a la persona dentro de una red de relaciones (Smith, 2007). Esto resulta particularmente significativo en el caso de infractores de mediano o alto riesgo, para quienes los efectos de establecer vínculos positivos y tener cambios vitales relevantes son mayores (Kazemian y Maruna, 2009).

En relación a la integración social, existirían al menos tres áreas de intervención específicas:

Entorno familiar, que influye de manera importante en el proceso de reinserción social. Cuando actúa de manera constructiva, constituye un apoyo importante para el infractor y como aliada de cualquier intervención para la reinserción social. Cuando actúa de manera negativa o existen conflictos entre sus miembros, se puede ver afectado el interés o la motivación del usuario en participar de los distintos programas que se le han sugerido (Villagra, 2007; Visser y Travis, 2011; Wilkinson, 2005).

Los estudios logran identificar determinados factores de riesgo predictivos de conductas delictuales en niños/ as y jóvenes relacionados con adversidades al interior de la familia (asociadas a violencia, conflictos familiares, problemas de comunicación en el hogar, separación de los padres); antecedentes de comportamiento antisocial al interior de la familia o de personas significativas (amigos, otros adultos); familias con un solo padre o monoparentales (asociadas a una crianza muy severa o bien negligencia en la crianza); vínculos inseguros del niño/a con sus padres; padres, familiares o personas significativas (amigos, otros adultos) que ejercen la delincuencia; padres, familiares o personas significativas (amigos, otros adultos) que consumen drogas; condiciones de pobreza (mala

calidad de vivienda, cesantía, hacinamiento); grupos de amigos que ejercen la delincuencia; barrios violentos, con desorganización social (Yoshikawa, 1995; Vásquez, 2003; Hein, 2004).

Mientras más frecuente sea la presencia de varios factores, más elevados serán los riesgos de desarrollo de trayectorias delictiva. En ciertos casos, estos factores tendrán como efecto en un mismo individuo, una combinación de estos tres tipos de dificultades de adaptación: delincuencia, sobreconsumo de drogas y alcohol, así como problemas de salud mental. Esos factores de riesgo van a consolidar la trayectoria delictual en el adolescente, aún más intensamente si se completa con un proceso de construcción de identidad personal, marginal y delictual (Zambrano, 1998; Rivas, Smith & Zambrano, 1999; Zambrano, Ballesteros, Galindo & Suazo, 2001). También según lo consignado por diferentes investigaciones, las Instituciones de protección o control social pueden actuar en dirección de confirmar la identidad delictiva y la identidad psicosocial negativa, especialmente si ellas fallan en aportar a una vinculación afectiva positiva mediante figuras sustitutas socialmente adaptadas y con competencias técnicas para favorecer en los adolescentes la satisfacción de necesidades del desarrollo. (Zambrano, Ballesteros, Galindo & Suazo, 2001; Pérez-Luco, Lagos, Rozas y Santibáñez, 2005).

Entorno social inmediato, que estaría constituido por el grupo de pares. Un elemento común para la inserción laboral o el establecimiento de vínculos afectivos es la asociación con pares de actitud prosocial. En el caso del trabajo, aunque la calidad del empleo y el cambio de rutina son importantes, se ha observado que tiene mayor importancia el crear lazos sociales con colegas no infractores (Laub y Sampson, 2001).

De acuerdo a lo señalado por Smith (2007), los vínculos sociales significativos poseerían distintas dimensiones:

- **Dimensión emocional:** Apego y cariño que siente la persona por otro significativo.
- **Dimensión racional:** El compromiso con mantener la relación.
- **Dimensión moral:** Fuerza de la creencia en valores compartidos a nivel social.
- **Dimensión ocupacional:** Cambio de las actividades diarias debido a la relación significativa.

También sería un factor contribuyente al proceso de desistimiento de la conducta delictiva, la relación con pares infractores que han desistido, a través de programas, donde las personas que han pasado por el proceso de desistimiento de la conducta delictiva y la reinserción social exitosamente, compartan sus experiencias con otros jóvenes, lo que podría generar un efecto positivo en el cambio hacia conductas prosociales (Laub y Sampson, 2001).

Si bien el desarrollo teórico ha explicado sólo de manera parcial el fenómeno (Smith, 2007), existe suficiente evidencia empírica como para afirmar la importancia de los vínculos sociales en el proceso de desistimiento (Kazemian y Maruna, 2009).

Una tercera dimensión la constituiría **la Vida en Pareja**, vínculo que podría contribuir de manera significativa al establecimiento de un proyecto de vida a futuro. Por ejemplo, el efecto positivo del matrimonio o vida en pareja podría ser medido por cómo éste disminuye el tiempo para relacionarse con pares antisociales o verse expuesto a situaciones favorables al crimen. Sin embargo, el mayor efecto ocurre en la adultez, donde cobra importancia la estabilidad y calidad de la vida en común con otro/a.

En tal sentido, y transversal a toda edad, es la característica prosocial que debe tener la pareja, pues a partir de ello hay un mayor control social y un cambio de rutina que limita el tiempo dedicado a posibles actividades antisociales o el vínculo con pares de intereses y actitudes antisociales (Laub y Sampson, 2001).

Este factor -si bien influye en el proceso de desistimiento- no implica un cambio radical, sino gradual, y sólo ocurriría en infractores por delitos a la propiedad y relacionados a drogas pues en otros grupos, como por ejemplo agresores sexuales, no ejerce ningún tipo de efecto (Laub y Sampson, 2001).

Con todo, la intervención implica prestar una gran atención a los distintos vínculos sociales que puedan contribuir en el proceso de reinserción social de el/la joven, ya que una intervención centrada exclusivamente en la persona, es decir, en el adolescente con problemas de conducta delictiva y violenta, estaría incompleta. Es en este contexto que la intervención desarrollada con personas y entornos significativos, comprenderá a las dimensiones de familia, grupos de pares, pareja, comunidad, entre otros, que resulten importantes para el/la joven en su proceso de intervención y que, a su vez, faciliten el proceso de reinserción social.

Esto supone un trabajo orientado a fomentar oportunidades de desarrollo que den un soporte al cambio. Por lo tanto, a través de una metodología de intervención individual y/o grupal, se incorporan a las personas y entornos significativos como potenciales facilitadores y figuras de acompañamiento y/o de supervisión del comportamiento de los/as jóvenes en sus actividades cotidianas. Los énfasis en la intervención estarán orientados a desarrollar la calidad de las relaciones interpersonales ya sea con los padres y/o con la pareja, como el cuidado mutuo y el respeto, el fortalecimiento del monitoreo y las habilidades parentales, actividades acerca de paternidad responsable y relación de pareja, en los casos que corresponda.

Para ello, es necesario que la presencia de el o los adultos significativos sea transversal a todo el proceso de intervención, tanto en actividades específicamente diseñadas para este ámbito de intervención, como en situaciones de aprendizaje concretas del/la adolescente, donde se requiera el apoyo específico del adulto, por ejemplo, acudir juntos a efectuar la matrícula escolar; participación en actividades formativas o ritos de término de proceso, entre otros.

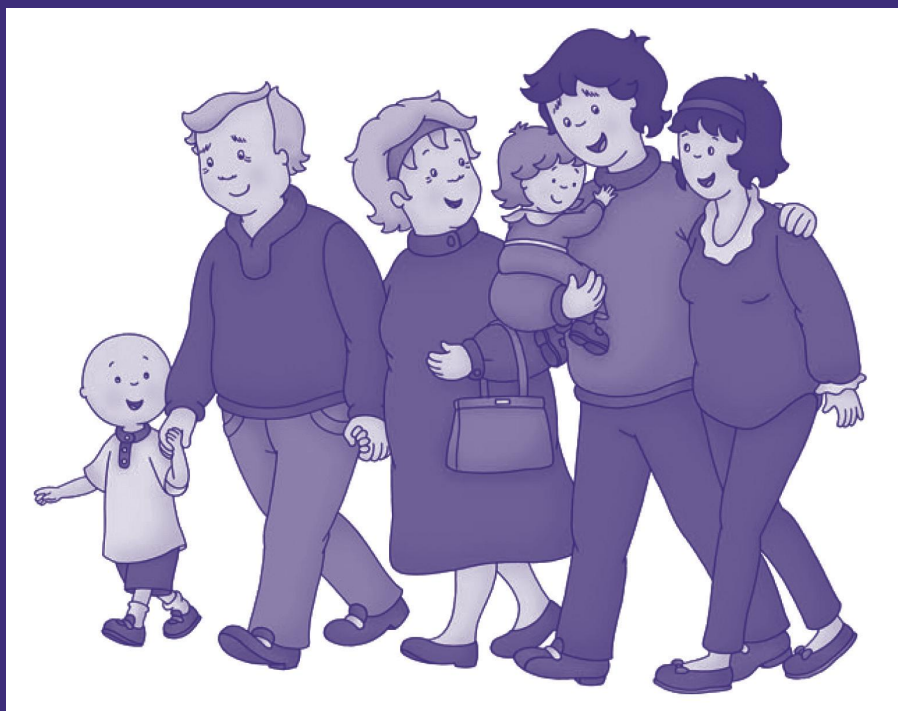
Fomentar procesos de reflexión en las familias, grupos de pares, pareja, entorno comunitario, entre otros y según corresponda acerca de la conducta delictual del/la adolescente, fortalecimiento de habilidades parentales, además de otros elementos que sean considerados pertinentes. Especialmente trabajar con la familia, pares y/o adultos significativos el apoyo conjunto hacia el/la adolescente en instancias tales como: inserción educativa, inserción en espacios de capacitación, inserción laboral, entre otros.

De acuerdo a lo antes señalado, los objetivos de intervención propuestos en este Manual son:

1. Promover el rol de apoyo y acompañamiento del adulto significativo, en el proceso de reinserción social de el/ la joven.
2. Fortalecer o desarrollar en el adulto significativo las competencias parentales necesarias para un adecuado ejercicio de su rol, contribuyendo a la disminución de factores de riesgo que inciden en la conducta transgresora de el/la joven.
3. Fortalecer o desarrollar en el adulto significativo conductas preventivas frente a situaciones de riesgo presentes en la etapa del ciclo vital de el/la joven.
4. Fomentar la paternidad y maternidad responsable a través de la sensibilización y concientización de el/la joven, respecto a sus derechos y obligaciones como padres y madres para disminuir los efectos negativos que desfavorecen su ejercicio.

MÓDULO N° 1

“APOYO RELACIONAL”



OBJETIVO

Promover el rol de apoyo y acompañamiento del adulto significativo, en el proceso de reinserción social de el/la joven.

Señalar que la familia es el primer medio de control social no debe ser indiferente, claramente es el centro principal de la educación e integración de un individuo en la sociedad, un traspié durante ese proceso marcará para siempre su identidad. Será de vital importancia reconocer los contextos familiares para poder comprender las necesidades o dificultades que puedan presentar los jóvenes; las causas deben ser analizadas para poder interpretar las consecuencias, sin ese análisis no se podrá lograr una intervención con mayor alcance; el trabajo de reinserción no puede ser centrado solo en el/la joven necesariamente debemos buscar el conjunto de aspectos para poder intervenir, entendiendo a la familia como un elemento prioritario.

Para dicho propósito es que la familia es comprendida desde la perspectiva en el que todos los miembros influyen entre sí, de tal forma que si se logra intervenir con uno de ellos se puede incidir en todo el sistema familiar. Como lo indica González (1997), unas veces el medio familiar será en un alto grado el causante de la situación del educando y en otros casos será el que padece más angustiosamente esa situación. En ambas circunstancias es conveniente intervenir sobre el medio familiar, ya que elimina la angustia o ansiedad, o al menos la reduce, ante la situación conflictiva.

Por lo que, a modo de potenciar la intervención de los/las jóvenes es que se propone la realización de actividades que fomentan la participación de las familias o adulto significativo en los procesos de reinserción mediante el involucramiento paulatino en acciones de intervención (acompañamiento para el acceso a recursos y espacios de inserción escolar, salud, tratamiento para el consumo de drogas, capacitación, laboral, entre otras) y sesiones de retroalimentación del proceso. Para el logro de los objetivos de intervención propuestos es sumamente relevante aumentar el nivel de involucramiento por parte de los adultos responsables, cumpliendo un rol activo y formativo como acompañantes del proceso.

La promoción de la mantención de vínculos familiares durante todo el periodo de cumplimiento de la sanción promueve un egreso más exitoso, influyendo positivamente en sus probabilidades de reincidir. Así, se apuesta porque a través del fortalecimiento de las relaciones con sus padres, parejas, hijos y otros significativos, se asegurará que al egreso el/la joven tendrá capital social suficiente y redes que le permitan también acceder a otros factores protectores claves en el proceso de desistimiento, como por ejemplo, vivienda, soporte económico inicial mientras consigue un trabajo y apoyo afectivo y emocional que le permita adaptarse al cambio que implica vivir en comunidad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 APOYO FAMILIAR PARA LA REINSERCIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo inicie su relación con el programa en su rol de apoyo y acompañamiento al proceso de reinserción social de el/la joven.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Establece compromiso de apoyo y participación en las actividades que le sean convocadas en su rol de acompañamiento a el/la joven.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Adulto significativo y joven.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point, video o cartilla de presentación del Programa (elaborado por cada programa). ✓ Notificación de ingreso al programa. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	El ámbito de intervención con personas y entornos significativos comprende a las dimensiones de familia, grupos de pares, pareja, comunidad, entre otros, que resulten importantes para el/la adolescente en su proceso de intervención y que, a su vez, faciliten el proceso de reinserción social. Por lo tanto, la identificación de un adulto significativo se podrá realizar en cualquiera de estas dimensiones, siempre y cuando se cumpla con las condiciones enunciadas.
DESCRIPCIÓN	El proceso de intervención en este ámbito se inicia con la entrevista de ingreso efectuada por el Director/a del Programa, quien tiene la labor de brindar la primera acogida al adulto significativo (previamente identificado por el equipo) al cual se recomienda en un primer momento entrevistar en forma individual, para recoger antecedentes relevantes sobre la conducta actual del joven y motivar su compromiso como figura de acompañamiento y de supervisión del comportamiento del joven en sus actividades cotidianas. En la entrevista con el adulto significativo se debe enfatizar que el rol de apoyo y acompañamiento al joven debe ser transversal en todo el proceso de intervención que el equipo planifique, tanto en actividades relativas al ámbito familiar, como en situaciones de aprendizaje concretas de el/la joven, donde se requiera su apoyo específico, por ejemplo, acudir juntos a efectuar la matrícula escolar; participación en actividades formativas o ritos de término de proceso, entre otros. Posteriormente, se incorpora al joven a la entrevista realizando en primer lugar una presentación de la conformación del equipo profesional y la Institución, dando a conocer su visión y misión en el trabajo con jóvenes infractores de Ley. El Director/a puede apoyar esta presentación con material audiovisual (power point, video o cartilla) en la cual se desarrolle una descripción del programa y sus características, indicando la naturaleza jurídica de la sanción penal, esto es: definición, deberes, garantías y consecuencias del incumplimiento. Así también, consiste en el establecimiento de acuerdos iniciales de funcionamiento (horario de asistencia), aclarando las responsabilidades del adolescente, del equipo y, del adulto que acompaña al joven. Se deben fijar los límites de la ejecución de la sanción, definiendo desde el comienzo un cronograma de actividades que

	brinde una estructura en torno a la cual se desarrollará la intervención, el cual debe ser entregado al joven y adulto que realizara el acompañamiento durante la ejecución de la sanción. Terminada la presentación, se motiva al joven y su adulto significativo a consultar sus dudas y compartir sus expectativas con respecto al proceso de intervención que se iniciará en el programa. Para finalizar, se entrega al joven y su adulto significativo la notificación de ingreso al programa, la cual debe ser firmada por cada una de las partes involucradas, constatando de esta forma que se dan por informados del inicio de la sanción judicial y se comprometen a dar cumplimiento a los acuerdos establecidos.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece la participación y se le motiva a dar cumplimiento a los compromisos adquiridos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 2 EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS PARENTALES	
OBJETIVO	✓ Que el/la adulto significativo pueda visibilizar sus competencias parentales para relacionarse con el joven a su cargo, identificando fortalezas y debilidades.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce sus competencias parentales, identificando fortalezas y debilidades en su desempeño. ✓ Identifica principales necesidades de intervención para el desarrollo de competencias parentales.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Escala de parentalidad positiva E2P, Manual 2015 (Anexos págs. 55-58). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Evaluar el desarrollo de competencias parentales” Con esta primera actividad, se busca evaluar el desarrollo de competencias parentales, del adulto significativo que se encuentra a cargo del joven (menor de 18 años) a fin de identificar aquellas habilidades parentales que dicho adulto utiliza al relacionarse con su hijo, hija o joven a su cargo, agrupándolas en cuatro áreas: vínculo, formación, protección y reflexión. El cuestionario se compone de 54 reactivos que dan cuenta de comportamientos cotidianos de crianza que estarían reflejando el despliegue de la competencia parental en estas cuatro áreas.
DESCRIPCIÓN	Actividad: Aplicación de escala de parentalidad positiva E2P El profesional debe imprimir la escala de parentalidad positiva E2P (13-18 años), desde el Manual que se adjunta en la carpeta de recursos (Anexos págs. 55-58) la cual debe ser estudiada previamente para dirigir su aplicación al adulto significativo. Administración del cuestionario: Para la administración y corrección del cuestionario se debe estudiar y seguir correctamente los pasos indicados en el Manual del cuestionario (Págs. 34-35). Se inicia explicando al adulto significativo que se aplicará un cuestionario que busca ayudarlo a reconocer aquellas potencialidades y factores de riesgos en el desempeño de rol parental con el joven, lo que permitirá detectar las principales áreas que podrán ser trabajadas durante su permanencia en el programa. El cuestionario presenta 54 frases que describen situaciones habituales de crianza. Frente a cada afirmación se le pide al padre, madre o adulto significativo escoger entre 4 opciones: Casi Nunca - A veces - Casi Siempre - Siempre Si la afirmación es muy poco cierta o casi nunca ocurre, entonces debe marcar la letra “C/N” (Casi Nunca). Si describe algo parcialmente cierto o que ocurre solo a veces, debe marcar la letra “A/V” (A veces). Si es una situación bastante más cierta o habitual, entonces debe marcar la letra “C/S” (Casi Siempre). Y si la afirmación describe algo totalmente cierto o que ocurre todo el tiempo, entonces debe marcar la letra “S” (Siempre).

	Por ejemplo: si durante los últimos seis meses la afirmación: “Con mi hijo/a jugamos en las tardes” es algo que casi nunca realizan, entonces debe marcar la opción “C/N”; y si los últimos seis meses la afirmación: “Converso con mi hijo/a sobre sus preocupaciones” describe algo que ocurre sólo a veces, entonces debe marcar la opción “A/V”. Además, el cuestionario le señala a quien contesta que si no es el padre o madre del niño/a, asuma que donde dice “hijo” o “hija” se refiere al joven que está criando o cuidando. Para identificar claramente la parentalidad desplegada con el joven que representa en el programa, se debe aplicar el cuestionario pensando solo en el/la joven. Al aplicar el cuestionario, se enfatiza que no olvide marcar una sola opción en cada afirmación y que conteste todas las preguntas del cuestionario. Se pone especial énfasis en que conteste con la mayor sinceridad posible, recordando que no hay respuestas correctas o incorrectas, debiendo escoger la respuesta que mejor refleje su realidad. El cuestionario es fácil de contestar y toma poco tiempo, usualmente menos de 20 minutos. Se le entrega las hojas del cuestionario y un lápiz al encuestado, y se le pide leer cuidadosamente las instrucciones del mismo antes de contestar. Al recoger el cuestionario, se debe revisar que todas las respuestas estén contestadas. Si hay alguna que haya quedado en blanco, se le pide completarla (esto es importante para efectos de la corrección). Como en todo cuestionario auto-administrado, es importante crear las condiciones adecuadas para asegurar un máximo de confiabilidad. La sala debe ser apropiada, en lo posible con condiciones de temperatura, luminosidad y aislamiento de ruido suficientes, libre de distractores o tensiones que puedan interferir en el proceso de respuesta. Corrección e interpretación del cuestionario Para la corrección e interpretación del cuestionario se debe estudiar y seguir correctamente los pasos indicados en el Manual del cuestionario (Pág. 35-37). El puntaje obtenido, nos ayudara a interpretar los resultados en cada una de las áreas evaluadas, diferenciando 3 rangos: una “Zona de Riesgo” para los percentiles 10 y 20; una “Zona de Monitoreo” para los percentiles 30 y 40; y una “Zona Óptima” para los percentiles 50 o más. Al interpretar los resultados se aconseja recordar que ninguna persona es totalmente competente: todos tenemos zonas de fortaleza y de debilidad. Es por ello que puede ser un aporte estudiar los perfiles de parentalidad que surjan de la corrección de la escala. Devolución de resultados: Esta etapa se debe realizar en una sesión siguiente, para dar tiempo al equipo profesional de interpretar los resultados y elaborar una síntesis para ser trabajada y devuelta al adulto significativo. En esta instancia se presentará al adulto los resultados obtenidos indicando aquellas fortalezas y debilidades presentadas en cada una de las áreas evaluadas, presentando además una propuesta para el desarrollo de estrategias y habilidades para mejorar y potenciar su rol parental con el/la joven. El uso de este cuestionario se constituye en una oportunidad de intervención al favorecer la reflexión de la figura parental respecto a prácticas concretas y específicas de crianza que ya realiza o que podría realizar en la crianza de su hijo/a o joven a su cargo. Asimismo, permite identificar ejercicios, experiencias o innovaciones que la familia podría incorporar en su vida cotidiana para favorecer diversas áreas del desarrollo infantil.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece su participación y se le motiva a continuar participando de las actividades planificadas.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3 EMPEZAR A CONOCERNOS	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo inicie una relación con el programa y participantes de las actividades grupales, a fin de establecer un compromiso de apoyo y participación en las actividades convocadas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Establece junto a otros miembros del grupo los acuerdos necesarios para el buen funcionamiento del taller, relacionados tanto con aspectos prácticos (horario, lugar, puntualidad, etc.) como con la confidencialidad de la información y el respeto por las experiencias de cada persona del grupo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Papelógrafo con programa del taller. ✓ Etiquetas o cartulinas y alfileres para nombres de los participantes. ✓ Hoja de contrato grupal para cada participante. ✓ Hoja de características de personalidad para cada participante. ✓ Lápices. ✓ Plumón o tiza.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención "Te suena Familiar - UNICEF", Actividad Nº 3 "Empezar a conocernos" ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Siendo esta la sesión de inicio del taller grupal, es muy importante dar énfasis a la calidad del primer contacto con las personas que lo integran. Por esto, se sugiere que el profesional haga una presentación informal de sí mismo, contando algo sobre su vida: algún hobby, quiénes integran su familia, qué lo motiva a hacer este taller, etc. Luego se pide a cada participante que se presente y cuente cómo se encuentra. Pídele a cada persona que cuente algo de su familia que crea importante que el grupo sepa. Es bueno que cada uno tenga un tiempo para contar qué lo trae hasta aquí. No apures esta parte de la sesión, dándote el tiempo para conocer a las personas con las que trabajarás. Es importante que al final de la sesión se cuente con un registro de los nombres y teléfonos de contacto de cada participante para avisar cualquier cambio de planes o recordarles la próxima sesión.
DESCRIPCIÓN	Actividad principal Expectativas y compromisos del taller (60 minutos) Los objetivos de esta actividad son que los participantes: Presenten y clarifiquen sus expectativas sobre el taller, recibiendo la información que necesiten para ello. Establezcan un contrato grupal para el buen funcionamiento del grupo.

Según el número de participantes, puedes formar grupos entre dos o cuatro personas para esta actividad.

Invita a los participantes a hacer unos minutos de silencio para que piensen o se imaginen qué va a pasar en el transcurso del taller y qué cosas les gustaría o no que pasaran.

Luego, cada participante (en grupo o plenario según como estén trabajando) cuenta lo que se imaginó en forma personal. Si se trabaja en grupo, una persona puede anotar lo que cada integrante diga para presentarlo en plenario. Se sugiere que el profesional sólo escuche y tome nota para clarificar las dudas y expectativas al final de esta actividad. Es importante que todos den su opinión, por lo que invita a aquellas personas que no hablan espontáneamente a que expresen sus temores y expectativas.

Una vez que todos los participantes han hablado, el profesional recoge los aportes del grupo haciendo una síntesis de las expectativas y temores planteados.

Sobre la base de esto, puede presentar los objetivos del taller. Tomando en cuenta las expectativas de los participantes, confirmar aquellas que podrán ser satisfechas por el taller y cuáles no. Es importante referirse a que es natural que al iniciarse un proceso de grupo existan temores. A su vez, señalar que la persona que sienta que es puesto frente a una situación desagradable, lo diga en el momento.

Luego se invita a los participantes a crear un contrato de grupo. Para eso se pide reunirse con dos o tres personas y responder a las siguientes preguntas:

Para que un grupo funcione bien, ¿cuáles son las tres reglas que considero no deben faltar?

¿Qué puedo aportar de mí para que haya buenas relaciones en el grupo?

¿Qué necesito que hagan o eviten hacer los demás para sentirme en confianza?

Plenario

Sobre la base de estas tres preguntas se puede ir elaborando un contrato para el buen funcionamiento del grupo. Use como modelo el **contrato grupal** de la carpeta de recursos para dar sugerencias que no hayan aparecido.

Anote en un **papelógrafo** los acuerdos alcanzados.

Como una forma de validar los acuerdos tomados por el grupo, se sugiere llevar una copia del contrato a la sesión siguiente para que sea firmada por todos. Si es posible, que cada miembro del grupo se quede con una copia.

Actividad alternativa

El objetivo de esta actividad es llegar a establecer un adecuado nivel de compromiso entre los participantes para potenciar el buen funcionamiento del grupo. A diferencia de la actividad anterior de contrato grupal, ésta es más corta y, por lo tanto, más dirigida que la anterior.

Presente en un papelógrafo (o entregue fotocopias a cada participante) del contrato grupal sugerido en la carpeta de recursos.

Invite a los participantes a reunirse en grupos de dos o tres personas para que lean y discutan cada punto del contrato.

Sugiera que agreguen otras reglas que les parezcan importantes.

En plenario, revise los acuerdos de cada grupo y entre todos lleguen a un contrato grupal consensuado.

Para la siguiente sesión, se sugiere llevar una copia con los acuerdos firmada por todos.

Actividad complementaria para trabajo con parejas de padres

A través de esta actividad se espera motivar a los miembros de la pareja a reconocer y

valorar, tanto de sí mismos como de su pareja, aquellas habilidades que naturalmente poseen y que ayudan en la crianza. También que identifiquen dificultades donde requieren apoyo y complementación.

Se entrega a cada participante el listado de características de personalidad (en carpeta de recursos).

El profesional puede ir leyendo en voz alta cada una de éstas dando tiempo para que los participantes marquen su grado de identificación con ella.

Luego se solicita a los participantes que encierren en un círculo aquellas características que consideran les han ayudado a ser buenos padres o madres.

Trabajo en parejas

Pida a los participantes que comenten con su pareja qué descubrieron de sí mismos en este ejercicio.

A continuación, que uno le exprese al otro las cualidades que aprecia en él o ella como padre /madre y viceversa.

Por último, que cada uno le pida al otro una ayuda concreta para superar debilidades que reconozca en sí y para las cuales necesita del apoyo o la complementación de su pareja.

Plenario

Pida a los participantes que cuenten lo que aprendieron de sí mismos en el ejercicio y del trabajo en parejas.

Motive la conversación con las siguientes preguntas:

¿Lo que ustedes vieron de sí mismos coincide con lo que sus parejas ven de ustedes?

¿Logran complementarse en sus habilidades?

Tarea para la casa

Cuéntele al grupo que en cada sesión entregará una tarea para seguir pensando en la casa sobre el tema tratado.

Para esta semana la tarea consistirá en revisar la lista de características de personalidad, marcando las características de sí mismos que les han ayudado en la formación de sus hijos. Luego, deberán marcar aquellas que les han dificultado la relación con sus hijos.

EVALUACIÓN

Para evaluar esta sesión, se sugiere pedirle a cada participante que diga en una palabra con qué idea, sentimiento o preocupación se queda de este día. Se sugiere terminar la sesión reforzando la importancia de la presencia de cada uno y recordando los aspectos más importantes del compromiso de grupo.

CIERRE

Al finalizar entregue a los participantes una fotocopia de la hoja “Hoy conversamos sobre...” para que se lleven a la casa y completen el espacio en blanco en forma voluntaria.

¡Importante recordar la fecha y hora de la próxima reunión!

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA Nº 4 GENOGRAMA FAMILIAR	
OBJETIVO	✓ Que el/la adulto significativo pueda visualizar la conformación de su familia y sus relaciones hasta por lo menos tres generaciones.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Visualiza la conformación de su familia y sus relaciones.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de apoyo al ejecutor Genograma familiar. ✓ Plantilla Genograma familiar. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Elaboración del genograma familiar” Con esta primera actividad, se busca que el adulto significativo logre elaborar junto al profesional un “Genograma es un formato para dibujar un árbol familiar que registra información sobre los miembros de una familia y sus relaciones durante por lo menos tres generaciones”¹.
DESCRIPCIÓN	Actividad Nº 1: Aplicación de genograma familiar Vamos a explicar que se aplicará el instrumento de Genograma, que es un formato visual donde realizas un dibujo del árbol familiar, donde a través de símbolos podrás registrar información sobre cada uno de los miembros de su familia, además se podrán visualizar las relaciones que tienen hasta por lo menos tres generaciones. Para la construcción del genograma familiar se adjunta en la carpeta de recursos descripción de las distintas etapas para su elaboración, símbolos básicos y ejemplos prácticos. La elaboración se compone de tres fases sucesivas: 1) Trazado de la estructura familiar; Esta primera fase supone el eje central del genograma, ya que representa cómo los diferentes miembros de una familia están biológica y legalmente unidos entre sí. Para realizar esta representación se utilizan las figuras de cuadrado y círculo (puede utilizar figuras recortadas o dibujadas en la hoja) que simbolizan personas y las líneas simbolizan las relaciones que mantienen entre ellas. Además, se emplea una línea de puntos para indicar la convivencia de los diferentes miembros, “rodeando” en un mismo círculo aquellas personas que comparten domicilio. Al final del documento se pueden consultar los símbolos más frecuentemente utilizados. 2) Recogida de la información básica sobre la familia; Después de la primera fase de representación de la estructura familiar, es posible añadir otros datos sobre la familia, como: ✓ Información demográfica: fechas de nacimiento y muerte; fecha de matrimonio, separación, divorcio, etc.; profesión, nivel educativo.

¹ McGoldrick Mónica, Genogramas en la Evaluación Familiar, Ed. Gedisa, S.A. 4ªed: 2005. pág. 17.

	✓ Información sobre el nivel de funcionamiento: datos más o menos objetivos sobre el funcionamiento médico, emocional o social de los diferentes miembros (p. ej., alcoholismo, depresión, etc.). ✓ Sucesos familiares críticos: cambios de relaciones, migraciones, etc. 3) Registro de las relaciones familiares: La representación en el genograma de las relaciones familiares se basa tanto en el informe de la propia familia, como en la observación. Se utilizan diferentes tipos de líneas para representar estas relaciones. A pesar de que los términos empleados para describir estas relaciones suelen ser difíciles de definir operacionalmente (p. ej., “fusionado”; “conflictivo”), aportan una primera información al acerca del nivel de conflicto o aglutinamiento de una familia. Por último, en algunas ocasiones, el genograma en sí mismo también se emplea como una intervención terapéutica para generar cambios en las familias. Por ejemplo: ✓ Implicar a la familia: el genograma proporciona un acceso rápido a contenidos con fuerte carga emocional (nacimientos, muertes, conflictos...) desde un planteamiento aparentemente rutinario (llenar la “ficha” de la familia) que elimina la sensación de amenaza para hablar de estos temas. De esta forma, las familias más reservadas pueden abrirse a discutir estos aspectos familiares en un formato tan estructurado. ✓ Cuestionar el sistema: la familia suele llegar con ideas bastante rígidas acerca de cuál es el problema y quién es el que debe cambiar. La información que se presenta a través del genograma es una forma de empezar a modificar estas creencias al no centrarse tan solo en el síntoma y en su portador. ✓ Aclarar pautas familiares: compartir las hipótesis clínicas derivadas del genograma de forma que la familia las pueda aceptar o rechazar es una forma de empezar a aclarar estas pautas (p. ej. Repetición intergeneracional de síntomas). Con el nuevo significado que adquiere así el síntoma se pueden trabajar nuevas relaciones dentro de la familia.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socio educativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece su participación y se le motiva a continuar participando de las actividades planificadas.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 5 HISTORIA FAMILIAR	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo reconozca la influencia de la familia en la que fue criado, en la forma de ser y de mirar el mundo actualmente.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce la influencia de la familia en la que fue criado en la forma de ser y de mirar el mundo actualmente. ✓ Reflexiona en torno a vivencias significativas de la propia infancia que hayan influido en su forma actual de ser padre o madre (positivas y negativas). ✓ Identifica aspectos que quisiera cambiar en su forma actual de ser papá y mamá.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Hojas blancas. ✓ Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..." ✓ Lápices para escribir y dibujar. ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Música tranquila para la imaginación.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención "Te suena Familiar UNICEF", Actividad Nº 5 "La Historia Familiar" ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido. Luego se sugiere hacer una breve presentación del tema de hoy. "Explorar las imágenes y vivencias de la infancia" Cada uno de nosotros ha crecido en una familia, tiene buenos, malos recuerdos y experiencias. Todas ellas influyen en cierta medida en la forma en cómo se es papá y mamá. Suele suceder que existen conductas, estilos y modos de nuestros padres que quisiéramos repetir con los hijos e hijas, sin embargo, también identificamos otras que preferiríamos hacer de un modo diferente. Lo importante de este trabajo es hacer el recorrido desde que fuimos hijos hasta ahora que somos papás y mamás. De esta forma podremos identificar en esta historia lo semejante y diferente que nosotros hacemos y lo que deseamos cambiar. Esa es la invitación para el trabajo de la sesión sobre la propia historia familiar.
DESCRIPCIÓN	Actividad central (45 a 60 minutos) La actividad central de la sesión está dividida en dos partes: un trabajo individual y un trabajo en grupos. Primera parte: Imaginería "reconstruyendo mi historia" (15 minutos) El objetivo de esta primera parte es contactar a cada participante del taller con recuerdos, imágenes y vivencias de su infancia para posibilitar la reflexión acerca de la propia historia familiar.

Para motivar esta parte de la actividad se presenta un texto que puede ser leído (en carpeta de recursos). Lo importante es que la actividad se haga con un ritmo pausado, que las personas puedan estar en una posición cómoda, ojalá con los ojos cerrados. Se sugiere también poner música tranquila y bajar las luces.

Segunda parte: Compartiendo algo de mi vida (20 minutos)

El objetivo de esta segunda actividad es reflexionar acerca de la propia historia familiar, identificar elementos de la propia crianza, tanto positivos como negativos, reconocer aspectos de la propia experiencia como papás y mamás, y reconocer aquellos que les gustaría mejorar.

Se forman grupos de trabajo con los participantes. Es importante conformar grupos pequeños (2 o 3 personas), ya que así todos tendrán la posibilidad de hablar.

Si el taller se está desarrollando en parejas se sugiere que haya un momento inicial de compartir el ejercicio sólo con la pareja y después se junten con otras parejas formando grupos de 2 o 4 personas máximo.

La indicación para el trabajo grupal es compartir el ejercicio individual sobre la base de las preguntas que se plantean a continuación. Se le pide al grupo escucharse y ser respetuosos con las vivencias de cada uno. Nunca está de más recordar algunos aspectos del contrato grupal, en especial el compromiso de confidencialidad y respeto por el otro.

Se sugiere al profesional escribir en un papelógrafo o pizarra las siguientes preguntas para guiar la conversación:

¿Qué escenas de mi infancia se vinieron a mi mente con este ejercicio?

¿Qué emociones me produjeron esas escenas?

¿Qué aspectos de mis padres quisiera rescatar para mi propia forma de ser papá o mamá?

¿Qué aspectos de mis padres quisiera no repetir con mis hijos y por qué?

Una vez que hayan compartido en grupo, el profesional invita a los participantes a compartir lo aprendido en el grupo en forma espontánea. Es necesario reforzar la idea de privacidad y de respeto en esta parte del trabajo ya que pueden surgir testimonios de alto contenido emocional.

Motivar la conversación principalmente en relación a la segunda pregunta del trabajo en grupo, reforzando la idea de los recursos que cada uno tiene para ser padres.

Actividad alternativa (30 a 45 minutos)

El objetivo de esta actividad es que cada participante del taller pueda identificar recuerdos, imágenes y experiencias de su infancia que quisiera rescatar para su propia experiencia como papá o mamá.

Se le pide a cada participante que libremente haga un dibujo acerca de su familia cuando era niño o niña. En el dibujo deben reflejar cosas como las siguientes: con quiénes vivían, dónde vivían, que actividades realizaban en conjunto, etc.

Posteriormente, se les pide a los participantes que en grupo cuenten los mejores y peores recuerdos que tienen de cada uno de los personajes del dibujo.

Luego en plenario se comparte y reflexiona acerca de qué cualidades y defectos creen que tenían los padres de cada uno, cuáles quisiera rescatar para su propia forma de ser papá o mamá y cuáles quisiera no repetir.

Síntesis

Al terminar la sesión es importante que el profesional realice una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, refuerce algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos de este módulo y los contenidos de la hoja de los temas conversados hoy.

	Tarea para la casa La tarea para esta semana consistirá en que cada miembro escribirá en su casa una carta donde cuente la experiencia que más lo marcó en su infancia. Se sugiere que comparta algo de esta carta con una persona cercana, especialmente con su pareja si al taller asiste sola(o). Pida a quienes puedan traer para la próxima sesión una o más fotos de su actual familia, o bien de sus integrantes por separado. Si los participantes preguntan a quiénes incluir dentro de su familia, señale que cada uno debe definir por sí mismo a quienes considera su familia actual.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, preguntando con qué ideas se van de lo conversado hoy y se aplica la evaluación de la actividad socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual MIP



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 6 VALORACION DE LA FAMILIA	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo reflexione sobre la historia y características de la familia actual y sobre los mitos que existen en relación al concepto de familia o familia ideal, con el objetivo de potenciar la valoración positiva de la propia estructura familiar.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Identifica el concepto de familia, reconociendo los diversos tipos que existen. ✓ Reconoce fortalezas y debilidades de la propia familia actual. ✓ Conoce y reflexiona sobre las necesidades que una familia debe satisfacer en cada uno de sus miembros.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Las fotos de las familias que traigan los participantes. ✓ Hojas de papel y lápices de colores. ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Tarjetas o papeles con nombres de tipos de familias (para actividad alternativa). ✓ Fotocopias de la hoja de "Recursos de mi familia". ✓ Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..."
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención "Te suena Familiar UNICEF", Actividad N° 6 "La Familia que hemos construido". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si les fue muy difícil hacerla. Para introducir el tema de hoy pida a los participantes del grupo que definan la palabra familia. Invite a todos a dar ideas sin opinar sobre ellas. Anote todas las ideas que aparezcan en una pizarra o papel. Luego se puede promover una discusión en que se entreguen opiniones sobre los conceptos anotados, intentando llegar entre todos a una definición de familia. Para cerrar esta primera parte, se sugiere entregar algunas de las ideas tratadas en el punto "Nuestro tema de hoy". ✓ El concepto de familia: Mitos o prejuicios. ✓ Renovando nuestro concepto de Familia. ✓ Hacia la diversidad del concepto de familia. ✓ La familia, un derecho para cada niño y niña. ✓ ¿Para qué vivimos en familia? ✓ Roles en la familia. ✓ El desafío de ser familia.

DESCRIPCIÓN**Actividad principal****Los recursos de mi familia**

(45 a 60 minutos)

Esta parte de la sesión tiene por objetivo reconocer las fortalezas de la propia familia, identificando en especial los recursos que aporta cada uno de sus miembros. Al mismo tiempo, permite reflexionar sobre las necesidades que tiene cada familia y sus respectivos miembros.

Para este trabajo se sugiere formar grupos de dos o tres personas. Pida a cada uno de los participantes que muestre a su grupo las fotos de su familia que haya traído. En caso de no tener foto puede hacer un dibujo o representación gráfica de la familia.

En el grupo cada persona presenta a los miembros de su familia contando cuál es su rol y qué fortalezas aporta a la vida familiar (pueden ser características de personalidad, habilidades especiales, su trabajo, etc.)

Mientras tanto los otros miembros del grupo van haciendo una lista de las fortalezas mencionadas y se la entregan a su compañero(a) al final del trabajo grupal.

Plenario

Invite a los participantes a compartir lo que cada uno aprendió de su familia. Se sugiere resaltar la idea de que en general tendemos a destacar lo que consideramos negativo o lo que nos cuesta más asumir de nuestra familia y pocas veces nos sentamos a pensar en las cosas positivas que tenemos y que pueden ser recursos para salir de las dificultades.

Algunos temas sugeridos para moderar la conversación de los participantes pueden ser:

- ✓ Las fortalezas que descubrió en su familia.
- ✓ Las cosas que ve necesario mejorar, y cómo cree posible hacerlo.

Actividad alternativa

(30 a 45 minutos)

El objetivo de esta actividad es caracterizar a una familia, describir los distintos tipos existentes y reflexionar acerca de las necesidades que una familia debe satisfacer en sus miembros.

Después de la actividad inicial, el profesional invita a los participantes a formar grupos de dos a cuatro personas. Cada grupo recibe una hoja blanca, lápices de colores, y una tarjeta con el nombre de un tipo de familia: nuclear biparental, extendida, monoparental, reensamblada, etc. (se pueden usar términos más sencillos).

La instrucción es que deben dibujar en la hoja el tipo de familia que les tocó.

En la parte de atrás de esa hoja deberán anotar cuáles son las características de esa familia, qué dificultades pueden tener, qué necesidades tiene que satisfacer a sus miembros y qué recursos tiene. La idea es que sea un juego en que se vayan mezclando la imaginación con la realidad, por lo tanto es importante señalar que no hay una respuesta correcta (no es una prueba) y lo entretenido es usar la creatividad, lo que cada uno cree que puede pasar.

En plenario compartir el trabajo de cada grupo y anotar en una pizarra o papelógrafo las necesidades que la familia debe satisfacer y sus fortalezas.

Como profesional es importante ir cuestionando y promoviendo la reflexión en relación con las dificultades que los participantes atribuyan a cada tipo de familia, haciéndolos pensar si se debe a un prejuicio o a una experiencia real.

Al mismo tiempo es importante ir mostrando las semejanzas que aparezcan, por ejemplo, en relación a las necesidades que cada familia debe satisfacer en sus miembros, mostrando que independientemente de quienes la componen las familias tienen las mismas tareas.

	Síntesis El profesional realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos entregados al inicio de este módulo. Tarea para la casa La tarea para esta semana consistirá en completar la hoja de los recursos familiares. En ella cada persona anotará el nombre de los miembros de su familia y la fortaleza que tienen y que es un aporte para la vida familiar. Se sugiere que en lo posible se lo entreguen a cada uno de ellos, ojalá con una conversación sobre este tema.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Anote todo lo que ellos vayan contando en una papelógrafo.
CIERRE	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos). Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 7 EL DÍA QUE ME CONVERTÍ EN PAPÁ O MAMÁ	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo recuerde las primeras vivencias en torno a su paternidad y maternidad.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Recuerda aspectos de la propia historia y de las diferentes emociones relacionados con la llegada del primer hijo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Relatos de experiencias de paternidad (anexo 1 y 2). ✓ Recuadros de la cuna (anexo 3). ✓ Hojas blancas y lápices. ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Scotch. ✓ Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre..."
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención "Te suena Familiar UNICEF", Actividad Nº 7 "El día en que me convertí en papá o mamá". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla. Luego se sugiere hacer una breve presentación del tema de hoy.
DESCRIPCIÓN	Actividad central (45 a 60 minutos) El objetivo de esta actividad es que los participantes puedan descubrir aspectos de la propia historia personal y de su contexto, relacionados con la llegada del primer hijo o hija, como también descubrir las diferentes emociones (positivas y negativas), desde el embarazo hasta el nacimiento. La actividad pretende también reflexionar en torno a las transformaciones que significó en la vida de cada uno la llegada de ese hijo, y qué cambios realizaron para adaptarse a ellos. Se sugiere hacer grupos separados de hombres y mujeres. Había una vez... (40 minutos) Una vez conformados los grupos, el facilitador puede leer uno de los textos que cuenta la experiencia de un padre frente a la llegada de su primer hijo. También es posible que el facilitador cuente su propia vivencia de ese momento de la vida. Terminado el texto o testimonio personal, se invita a trabajar en grupo y cada participante podrá relatar la historia de la llegada del primer hijo en forma de cuento. Para eso cada uno deberá partir con "Había una vez..." y contar aspectos de esa parte de sus vidas.

Ojalá haya un secretario por grupo que pueda ir tomando nota de los cuentos o de sus aspectos principales.

Si el grupo quiere ideas para armar su cuento se les pueden sugerir los siguientes temas:

- ¿Cómo se enteraron que iban a ser papás o mamás?
- ¿Cómo eran sus vidas en ese momento?
- ¿Qué sensaciones, emociones recorrieron su cuerpo al enterarse de la noticia?
- ¿Cómo fueron los nueve meses de embarazo? Si no hubo embarazo y fue adoptado, ¿Cómo fue el proceso de adopción?
- ¿Cómo fue la relación de pareja durante este tiempo?
- ¿Qué sentí con el nacimiento o llegada de mi hijo(a)?
- ¿Qué cambios significó para nuestras vidas? Cuente sensaciones positivas y negativas.
- ¿Quiénes estuvieron presentes en el parto?
- ¿Es importante que esté también el padre?
- ¿Qué significa para mí ser papá o mamá?

Después que cada persona haya contado su cuento, se pide al grupo que comenten las similitudes y diferencias de sus relatos para presentarlos en el plenario.

Posteriormente cada grupo expone al resto los principales contenidos tratados en el trabajo grupal. Se sugiere al facilitador apuntar la información en un papelógrafo, para que al final se comparen ambas columnas y se comenten las similitudes y diferencias de la experiencia entre hombres y mujeres.

Es importante que los participantes reflexionen sobre la influencia que tiene en nosotros la cultura en que vivimos y cómo influye en la forma en que hombres y mujeres vivimos la llegada del primer hijo.

Actividad alternativa

Construyendo una cuna

(20 minutos)

El objetivo de esta actividad es reflexionar en torno a la llegada del primer hijo, identificando las emociones surgidas en ese momento, desde la concepción hasta el nacimiento. Pretende también identificar los cambios que significó este evento en la vida de la pareja.

El facilitador divide a los participantes en cinco grupos. A cada grupo se le pide que comente, y después transcriban sus reflexiones y aprendizajes en un recuadro que se les entregará. Cada recuadro tiene la forma de un pedazo de cuna, al estilo de rompecabezas (el facilitador debe procurar tener recortados los recuadros).

Preguntas:

- ¿Cómo me enteré del embarazo?
- ¿Qué sentí cuando supe que iba a ser papá?
- ¿Cómo cambió mi vida al nacer mi hijo?
- ¿Qué cosas obtuve?
- ¿Qué cosas tuve que dejar de hacer al convertirme en papá o mamá?
- ¿Qué significa para mí ser papá o mamá?

Una vez que todos hayan terminado, se les pedirá a cada grupo que pasen adelante y que, a medida que construyen la cuna, pegando el pedazo que les corresponde, comenten la reflexión que pusieron en cada recuadro.

A medida que van construyendo la cuna, el facilitador entrega información contenida en el módulo.

	Síntesis El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes en base a los contenidos teóricos del módulo. Tarea para la casa La tarea para la casa consistirá en compartir con su hijo mayor, o con alguien significativo, lo que descubrió hoy en el taller en relación a su experiencia de haberse convertido en papá o mamá.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, preguntando con qué ideas se van de lo conversado hoy y se aplica la evaluación de la actividad socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



MÓDULO N° 2

"COMPETENCIAS PARENTALES"



OBJETIVO

Fortalecer o desarrollar en el adulto significativo las competencias parentales necesarias para un adecuado ejercicio de su rol, contribuyendo a la disminución de factores de riesgo que inciden en la conducta transgresora de el/la joven.

El propósito de intervención se relaciona con la realización de procesos conducentes a fortalecer y/o desarrollar habilidades parentales/marentales con los adultos significativos participantes del programa, a través de diversas estrategias, entre las cuales se releva la generación de procesos de reconstrucción de la historia de vida del adulto significativo, con el objeto de identificar, reconocer y posteriormente problematizar, no sólo los elementos susceptibles de vulneraciones de derecho presentes, sino además conocer los patrones replicados en la constitución del núcleo familiar, las pautas de crianza y aprendizaje, que inciden en la situación actual de los jóvenes y en el grupo familiar propiamente tal. Esta intervención es visibilizada como un proceso que no sólo incide la incorporación de la perspectiva de derecho en el adulto en cuanto a la comprensión del joven como sujeto de derecho, sino también la comprensión de sí mismos en igual período del ciclo vital, otorgando relevancia a la necesidad de realizar procesos terapéuticos no sólo para el joven, sino incluso para sí mismos, instancias en las que es posible efectuar derivaciones tendientes a reparar sus propias historias, siendo siempre el objetivo central el fortalecimiento de las habilidades de los adultos en torno a la crianza y no la reparación de sus experiencias traumáticas.

El proceso de intervención con el adulto significativo contempla la identificación de las características e hitos de el/la joven tanto del período de infancia, como del de adolescencia, de manera tal que el adulto logre identificar la transformación de las conductas, considerando las variables presentes a nivel de vulneraciones en la trayectoria vital y cómo ha incidido la dinámica familiar en ello.

El proceso de reforzamiento y/o desarrollo de habilidades parentales/marentales constituye un proceso de co-construcción entre el profesional y el adulto significativo en cuanto al reconocimiento de fortalezas y debilidades en el ejercicio del rol, las variables a trabajar desde el diagnóstico, y el proceso de reconstrucción efectuado. De esta forma, la metodología utiliza una estrategia lúdico-reflexiva y la entrega de herramientas para el manejo COMUNICACIONal (efectivo y afectivo), el manejo de situaciones de crisis, la resolución de conflictos, entre otros.

Resulta relevante señalar que por las características de los adultos significativos y/o familias participantes, se pueden presentar algunas resistencias a la realización de la intervención, principalmente por la naturalización existente en la dinámica familiar en torno a las vulneraciones presentes, lo cual ciertamente representa un obstáculo en la sistematicidad y la perspectiva de logros, a nivel individual (del adulto responsable) en relación al ejercicio de su rol y en cuanto a la dinámica familiar general como función sistémica.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1 VÍNCULO PARENTAL	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo o referente significativo comprenda la importancia de establecer un vínculo afectivo con el/la joven.
INDICADOR DE LOGRO	✓ El o la adulto significativo reconoce la importancia de establecer un vínculo afectivo con el/la joven.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad Nº 1, pág. 167. ✓ Video vinculo parental/marental. ✓ Hoja de recursos relato metáfora el “barco y el faro”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea (en caso que corresponda), qué aprendieron de ella, o si les fue muy difícil hacerla. Para introducir el tema de hoy pregunte a los participantes del grupo si han escuchado alguna vez la palabra apego entre padre/madre e hijo/a y pida que la definan. Invite a todos a dar ideas sin opinar sobre ellas. Anote todas las ideas que aparezcan en una pizarra o papel. Luego se puede promover una discusión en que se entreguen opiniones sobre los conceptos anotados, intentando llegar entre todos a una definición de apego parental. Para cerrar esta primera parte, se sugiere entregar elementos sobre el significado y la importancia del apego en los adolescentes como factor relevante para su desarrollo.
DESCRIPCIÓN	“Metáfora del barco – faro” para la exposición de la teoría del apego. 1. Se inicia la actividad exponiendo la teoría del apego a través de la exhibición de un video introductorio al tema y posteriormente a través de la metáfora del «barco y el faro». El detalle del relato de la metáfora se entrega en hoja de recursos. 2. El o la profesional deberá dar énfasis a la representación simbólica del barco como un joven y al faro el adulto significativo. Luego se hacen las siguientes preguntas a los participantes. ¿Qué debería hacer el faro para que...?: - El barco sepa que siempre que quiera puede acercarse y estar junto a él. - El barco pueda explorar el entorno, ir lejos, sin tener miedo. - El barco sepa que si hay temporal el faro lo protegerá.

	Conectar esta experiencia del barco, con la vivencia de el/la joven en la realidad, ¿Qué debería hacer el adulto para que el/la joven...? - Siempre que lo necesite puede acercarse y estar junto a él o ella (afecto/estima valoración) - Pueda explorar el entorno, ir lejos, sin tener miedo. (disponibilidad/ accesibilidad / respuesta adecuada a las demandas) - Si siente temor sepa que él (adulto significativo) lo protegerá (aceptación/protección) 3. Establecer acciones concretas que puede realizar el adulto significativo para acercarse más a el/la joven, tratando de construir un vínculo de mayor confianza, cercanía y seguridad. Importante es, que el profesional en conjunto con el adulto significativo evalúen la pertinencia y las reales posibilidades de llevar a cabo las acciones prometidas. 4. Escribir en una especie de lista de cotejos, las acciones comprometidas para evaluarlas en las siguientes sesiones mientras sea pertinente.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Cerrar indagando en las sensaciones y en las percepciones que el adulto significativo ha desarrollado durante la actividad. Preguntar si existe alguna inquietud y finalmente, recordar los aspectos más relevantes que surgieron a partir de la actividad. Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2

IDENTIFICACIÓN DE EMOCIONES

OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo logre reconocer sus emociones y las de los demás.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Cuenta con mayores elementos para reconocer sus emociones y las del joven.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Lápices de diferentes colores.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad N° 3, pág. 173. ✓ Hoja de recursos lamina con imagen de silueta. ✓ Video de refuerzo de la actividad. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Para introducir el tema de hoy pregunte a los participantes del grupo que definan que es una emoción. Invite a todos a dar ideas sin opinar sobre ellas. Anote todas las ideas que aparezcan en una pizarra o papel. Luego se puede promover una discusión en que se entreguen opiniones sobre los conceptos anotados, intentando llegar entre todos a una definición de emoción. Para cerrar esta primera parte, se sugiere entregar elementos sobre el significado y la importancia de expresar adecuadamente nuestras emociones a nuestros seres queridos.
	<u>Actividad alternativa:</u> 1. Se le solicita al adulto significativo que recuerde alguna situación familiar cotidiana, en la relación con sus hijos. En la representación, deben haber sentido mucha rabia o descontrol, donde se reconozcan sobrepasados. Él puede escribir esta situación o relatarla. 2. Se comenta la situación, el profesional trata de profundizar algunos elementos que tienen relación con las emociones que emergieron en ese momento a través de preguntas como: - ¿Qué es lo que más te molesto? - ¿Por qué crees que te molesto tanto aquello? - ¿Qué te ayudaba a sentir cada vez más rabia? - En ese momento ¿pudiste pensar cómo se sentían las personas que participaron en tu recuerdo? - Ahora, en este momento, ¿consideras que tu enojo fue justificado o más bien encuentras que fue desmedido? ¿Por qué? Sugerencias para apoyar esta actividad: En esta sesión también el o la profesional, puede trabajar siguiendo la siguiente intervención si se cree oportuno:

DESCRIPCIÓN	«Detectar señales corporales»: Identificar síntomas de la ira a través de las señales de nuestro cuerpo. Dar importancia a las señales de nuestro cuerpo como portadoras de información sobre nuestros pensamientos y sentimientos. 1. El o la adulto significativo recibe una lámina (hoja de recursos) donde aparece una silueta, en ella marca las zonas corporales donde, según su experiencia, se expresa la rabia u otra emoción básica. Preguntas que guían este ejercicio: – ¿Qué es la rabia? – ¿Qué síntomas físicos tienes? – ¿Qué síntomas físicos tienen las otras personas? – ¿La rabia (por ejemplo) tiene siempre la misma intensidad? (ejemplo de un termómetro; enseñar a hablar de la emoción en una puntuación de 0 a 10.) 2. Cierre de la actividad: Dada que esta sesión implica una conexión con emociones, es fundamental que el profesional señale la importancia de hacer consiente las manifestaciones emocionales para poder reconocerlas y manejarlas de acuerdo a las situaciones. Esto no implica impedir su manifestación, sino que estas sean coherentes a las causas de su emergencia. Indagar en la utilidad que le otorga el adulto significativo a esta sesión, en la existencia de dudas, preguntas, etc. 3. Se puede finalizar la actividad con la exhibición de un video de refuerzo del tema.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/as participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo, conozca la importancia de la expresión del afecto de los padres hacia los hijos, y el impacto en la autoestima de los jóvenes.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce la propia forma que tiene de expresar los afectos. ✓ Valora el rol de la expresión del cariño para el desarrollo de la autoestima de sus hijos e hijas. ✓ Reconoce la importancia de contener las emociones de los hijos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Set de fotografías para fotolenguaje (págs. 44-49). ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Juego de cartas. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención Te suena Familiar "UNICEF", Actividad N° 14 "Sentimientos". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Para introducir el tema pregunte a los participantes del grupo como expresan ellos sus sentimientos o emociones a sus hijos o al joven que representan en el programa. Invite a todos a dar ideas sin opinar sobre ellas. (Anote todas las ideas que aparezcan en una pizarra o papel) Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. ✓ Reconocer las propias formas que tienen de expresar los afectos. ✓ Valorar el rol de la expresión de cariño para el desarrollo de la autoestima de sus hijos/as ✓ Reconocer la importancia de contener las emociones de los hijos.
DESCRIPCIÓN	Actividad principal: Fotolenguaje (45 a 60 minutos) La actividad central tiene por objetivo reflexionar acerca de la expresión de sentimientos de los/las jóvenes, y reconocer cómo actuamos como adultos frente a ellas. Ponga las imágenes del fotolenguaje (deber ser reemplazadas de acuerdo a la edad de los jóvenes) en un lugar donde todos puedan verlas (el suelo puede ser un buen lugar) y dé algunos minutos para que todos puedan mirarlas con calma. Luego pida que cada participante escoja una de ellas. En primer lugar motive a cada participante a contar brevemente qué impresión le produjo la imagen a primera vista. Luego, invítelos a comentar qué sentimientos tiene(n) él o los jóvenes que aparecen en la imagen. Finalmente pregunte a los participantes, que mensaje(s) te está(n) transmitiendo a ti este joven o que necesita(n) de ti como madre o padre.

Es importante que cada persona pueda expresar libremente su opinión, sin ser descalificada, para lo cual se sugiere a los profesionales recordar al grupo que es natural que a personas distintas cada imagen les provoque sentimientos diferentes.

Luego se pueden formar grupos de dos o tres personas. Motive a los participantes a expresar sus mayores dificultades para ponerse en los zapatos de sus hijos utilizando algunas de estas preguntas:

¿Qué sentimientos o emociones de mis hijos me cuesta más acoger?

¿Cómo reacciono yo cuando uno de mis hijos presenta esa emoción?

Luego en plenario invite a los participantes a compartir cuáles son las emociones que manifiestan nuestros hijos que más nos cuesta acoger y por qué.

Actividad alternativa: Reconociendo las emociones de nuestros hijos

El objetivo de esta actividad es comprender cómo los adultos acogemos o no los sentimientos de nuestros hijos.

Organizar a los participantes en grupos de 2 o 3 personas y repartir a cada grupo un set de cartas (carpeta de recursos)

Las cartas deben ser repartidas con las preguntas hacia abajo para que no sean vistas por ningún jugador. Cada participante debe recibir el mismo número de cartas. El juego comienza por aquel que está de cumpleaños en la fecha más próxima. El jugador que parte debe escoger una carta sin mirarla, leer la pregunta o frase y dar su opinión, o contestar a la pregunta. El grupo decide si la respuesta es satisfactoria para que el jugador pueda deshacerse de esa carta. Luego le toca a otro jugador hasta que uno de ellos termine de jugar todas las cartas.

Una vez que hayan terminado el juego, se les pedirá a cada grupo que presenten en plenario la frase o pregunta qué más discutieron y a qué conclusión llegaron.

Síntesis

El profesional realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos del primer punto del módulo o de la hoja "Hoy conversamos sobre..."

Tarea para la casa

La tarea para esta semana consistirá en disponer todos los sentidos en alerta para captar los sentimientos que expresan los hijos y poner en práctica actitudes para acogerlos y escucharlos.

EVALUACIÓN

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.

Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 CONSTRUCCIÓN DE AUTOIMAGEN	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo, reconozca la importancia que tiene en la construcción del autoconcepto del joven.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce concepto e importancia de la autoimagen positiva. ✓ Logra realizar algún reconocimiento y estímulo de logros a el/la joven.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Recortes con imágenes de jóvenes en diversas situaciones. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales "Programa abriendo caminos", Actividad N° 7, pág. 186. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si les fue muy difícil hacerla. Para introducir el tema de hoy pregunte a los participantes del grupo si han escuchado alguna vez la palabra autoestima y pida que la definan. Invite a todos a dar ideas sin opinar sobre ellas. Anote todas las ideas que aparezcan en una pizarra o papel. Luego se puede promover una discusión en que se entreguen opiniones sobre los conceptos anotados, intentando llegar entre todos a una definición de autoestima positiva. Para cerrar esta primera parte, se sugiere entregar elementos sobre el significado y la participación de los padres en la construcción de la autoestima de los jóvenes.
DESCRIPCIÓN	1. En primer lugar se presentan diversas fotografías y recortes, de distintos jóvenes, en diversas situaciones. 2. Seguidamente se pide al adulto significativo que elija las que asocia más con el el/la joven. 3. Luego y para desarrollar una conversación, el profesional pregunta: - ¿Por qué asocia esta fotografía con el/la joven? - ¿Cuál es la característica central de su comportamiento? - ¿Por qué crees que es así? - ¿Le genera algún problema? - ¿Cómo incides tú en la construcción de esa imagen? 4. Cierre de la actividad: El profesional incentiva al adulto significativo en torno a reflexionar sobre los cambios fundamentales que puede realizar para mejorar la relación con el el/la joven. 5. Se puede finalizar con la exhibición de un video para la reflexión y refuerzo de contenidos.

EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual MEST



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 5 COMUNICACIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo, conozca herramientas para establecer canales de comunicación con el/la joven en un ambiente de escucha mutua y respeto.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce herramientas para el establecimiento de una comunicación más eficaz con el/la joven. ✓ Pone en práctica elementos para mejorar la comunicación con el/la joven.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Pliegos de papel o pizarra. ✓ Plumones. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención Te suena Familiar "UNICEF", Actividad Nº 13 "Comunicación". ✓ Hoja de recursos "los nudos de la comunicación". ✓ Anexos Nº 2 y 3 con situaciones que expresan nudos en la comunicación (Imprimir págs. 20 - 21). ✓ Anexo Nº 1, "Hoy conversamos sobre..." para cada participante (Imprimir pág. 19). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. - Conocer herramientas para el establecimiento de una comunicación más eficaz con el/la joven. - Poner en práctica elementos para mejorar la comunicación con el/la joven. Comente aspectos generales del tema a tratar, sobre la base del texto inicial del módulo. Pregunte al grupo qué palabras asocia con comunicación y haga un listado con todas ellas en un papelógrafo. A partir de las palabras que surjan del grupo, entregue información sobre lo que se entiende por comunicación tomando como base el texto entregado al inicio del módulo. Hacer énfasis, especialmente, en que existe un aspecto de la comunicación verbal y otro no verbal, y que reconocer las claves no verbales ayuda a acoger mejor los sentimientos y emociones de nuestros hijos.
DESCRIPCIÓN	Actividad principal El objetivo de esta actividad es promover entre los/las participantes formas más efectivas de comunicar sus necesidades. Mostrar que para que exista una buena comunicación, todos los miembros de la familia pueden aportar mejorando sus propias formas de pedir y escuchar. El profesional debe presentar la actividad señalando que la comunicación es como una manguera con agua corriendo, pero muchas veces el agua no logra llegar a donde uno quiere porque a la manguera se le van haciendo nudos, y el agua va quedando dentro lo que finalmente puede hacerla incluso llegar a reventar. ¿Les suena familiar? Luego escriba o lleve un papelógrafo o PPT preparado (PPT elaborado por el profesional en base a contenidos de Manual te suena familiar) con los nudos de la comunicación y las sugerencias para deshacerlos, que aparecen en la primera parte del módulo (págs. 7 - 8).

	Para la actividad forme dos o tres grupos y entréguele a cada uno la una hoja de recursos con la descripción de algún nudo de la comunicación. El grupo deberá comentarlo y preparar una actuación de una escena entre padres e hijos en que se produzca ese nudo. Los demás miembros del grupo deberán describir cuáles eran los nudos de la comunicación en esta situación y reformularla para que la comunicación sea fluida, aplicando las sugerencias para deshacer nudos o evitarlos. Luego seguir con el otro grupo. Por si algún grupo tiene problemas para armar una escena, en el anexo se adjuntan dos situaciones que pueden servir (págs. 20 - 21). Se sugiere al profesional motivar la discusión preguntando por situaciones semejantes que algunos de ellos hayan vivido, cómo se sintieron y cómo podrían hacerlo mejor cuando enfrentan situaciones como la representada. Actividad alternativa Para el desarrollo de esta actividad se requiere que el profesional presente los nudos de la comunicación y las estrategias que ayudan a resolver esos nudos. Luego divide a los participantes en grupos de 2 o 3 personas. A cada grupo le entrega un set de papelitos previamente preparados con los nombres de cada nudo de la comunicación (escuchar parcialmente, descalificar y sobrevalorar el propio criterio) y la estrategia para una buena comunicación (escuchar activamente, ponerse en el lugar del otro, contener al otro dándole seguridad, expresar expectativas mutuas y el humor). En forma de sorteo, cada participante deberá sacar un papelito y explicar qué entendió por ese concepto que allí aparece. Luego tendrá que contar al grupo alguna situación en que haya sentido que actuó de esa manera con alguno de sus hijos, y cómo se sintió. El trabajo del grupo termina cuando todos hayan sacado un papelito y contado su experiencia. En plenario pida a los participantes que comenten qué aprendieron en el trabajo grupal y qué dudas tienen en relación con los conceptos planteados. Síntesis El profesional realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes y refuerza algunas ideas importantes sobre la comunicación; dando especial importancia a las salidas para una buena comunicación y al rol de escuchador empático que los hijos necesitan de sus padres y madres. Tarea para la casa La tarea para esta semana consistirá en proponerse aplicar una de las estrategias para la buena comunicación, y observar qué pasa con los demás cuando se actúa de esa manera.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 6 NORMAS Y LIMITES FAMILIARES	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo, conozca la importancia y necesidad de poner límites a los hijos durante el proceso de crianza y los diferentes estilos de disciplina que tienen los padres para hacerlo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce y reflexiona sobre las condiciones básicas de una disciplina efectiva. ✓ Distingue su propio estilo disciplinario predominante, revisando sus ventajas y desventajas. ✓ Realiza monitoreo de las actividades del joven, supervisando y colocando normas y límites.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Hojas de papel y lápices según número de participantes. ✓ Fotocopias "Estilos de disciplina" para cada grupo. ✓ Fotocopias de "Hoy conversamos sobre...". ✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención Te suena Familiar "UNICEF", Actividad Nº 12 "Padres ¿Amigos o autoridad?" ✓ Hoja de recursos, estilos de disciplina. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla. Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión, y presentar algunos contenidos del tema de hoy. Se sugiere partir preguntando a los participantes qué entienden por disciplina y qué tan complicado es este tema para cada uno y por qué. Sobre la base de esto puede dar algunas definiciones como: disciplina, límites, castigos, tipos de disciplinas.
DESCRIPCIÓN	Actividad principal Representando a la disciplina familiar (45 a 60 minutos) El objetivo de esta actividad es generar una reflexión en los participantes sobre distintos estilos de disciplina empleados por las figuras adultas, y sus respectivas consecuencias en los jóvenes. Se divide al grupo en tres subgrupos. A cada grupo se le entrega la tarea de representar un estilo de disciplina, para lo cual se le entrega la hoja de recursos con la descripción del estilo democrático, autoritario u horizontal, según corresponda. La representación debe ser una actuación de una escena familiar donde alguno de los adultos tenga que ejercer ese estilo de disciplina con un niño o adolescente.

Después de que cada grupo presenta su actuación pregunte al actor que hizo de hijo cómo se sintió, qué emociones sintió frente a ese padre o madre. También pregunte a los que actuaron de padre o madre cómo se sintieron en ese rol.

Luego siga con los otros grupos haciendo el mismo ejercicio.

Posteriormente invite a los participantes a expresar libremente qué vieron en las representaciones de sus compañeros, cómo les llegaron las escenas, y los sentimientos que ellos manifestaron después de la actuación.

Para guiar el plenario se sugiere:

Reflexionar sobre las consecuencias que tiene en los jóvenes cada uno de los estilos.

Si ha hecho la sesión de comunicación de este taller, se sugiere invitar a los participantes a ver modos de comunicación que provocan nudos y otros que lo facilitan en cada estilo de disciplina.

Finalmente, invite a los participantes a pensar con qué se sintieron identificados y a comentar si les surge alguna reflexión en relación a la forma como establecen límites con sus hijos. ¿Hay algún cambio que quisieran hacer?

Para cerrar la actividad, complemente los contenidos que hayan aparecido con otros que aparezcan al inicio de este módulo.

Actividad alternativa: El decálogo de la disciplina efectiva

(45 a 60 minutos)

Forme grupos de dos o tres personas y entregue a cada uno una fotocopia de los estilos de disciplina. Pida al grupo que los lea y que luego conversen en torno a las siguientes preguntas:

¿En cuál de los estilos ubicaría a mis propios padres?

¿En cuál de los estilos me ubicaría yo como papá o mamá?

¿Qué desafíos se me plantean a partir de esta conversación en relación a la forma en que ejerzo la disciplina con mis hijos?

Luego en plenario cada grupo presenta las conclusiones de su trabajo y entre todos hacen el “Decálogo de la disciplina con amor y firmeza”, el que consiste en diez reglas de oro que este grupo quisiera transmitirle a todo padre o madre que quiere poner límites adecuados y efectivos a sus hijos.

Síntesis

El profesional realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos del módulo y a la hoja “Hoy conversamos sobre...”.

Se sugiere preparar un papelógrafo con las características de una disciplina efectiva para reforzar los puntos más relevantes.

Es importante recordar también que los jóvenes necesitan estos límites para sentir seguridad frente al mundo que los rodea, y que un desafío para los padres es hacerlo con cariño y firmeza.

Tarea para la casa

La tarea para esta semana consistirá en escribir una carta a sus hijos, señalando todo lo que aprendieron en la sesión. La estructura de la carta es libre y si se desea se puede compartir con su(s) hijo(s) en casa.

EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Anote todo lo que ellos vayan contando en un papelógrafo. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual MEST



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 7 RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo conozca estrategias para la resolución no violenta de conflictos, el control de la impulsividad y autorregulación de la conducta del joven.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce herramientas para la resolución no violenta de conflictos. ✓ Identifica efectos positivos del control de la impulsividad y autorregulación de la conducta.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Papelógrafos y plumones. ✓ Imprimir Anexo Nº 2 (pág. 22), situaciones-problema si hace actividad alternativa. ✓ Hojas blancas. ✓ Fotocopias de la hoja "Hoy conversamos sobre...". ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención Te suena Familiar "UNICEF", Actividad Nº 11 "Resolver". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla. Luego puede presentar los objetivos de la sesión y pedir a los participantes que digan en voz alta palabras o ideas que asocien con el término conflicto, anotándolas en un papelógrafo. Al final de esta lluvia de ideas, formen entre todos una definición de conflicto, considerando qué lo hace diferente de otras situaciones donde existen diferencias de opinión. Luego presente las etapas de resolución de conflictos en un papelógrafo, pizarra o power point para que quede a la vista durante la sesión.
DESCRIPCIÓN	Actividad Principal (45 a 60 minutos) La actividad central se divide en dos partes. La primera tiene como objetivo la reflexión individual de experiencias de conflicto pasadas y la segunda, identificar nuevas estrategias de resolución de conflictos. Se forman grupos pequeños, invitando a los integrantes a que escriban en una hoja o piensen durante un rato, en conflictos con sus hijos que hayan sido resueltos de buena y mala manera. Luego se comparte en grupo, y una vez que todos han participado deberán elegir alguno de los conflictos mal resueltos y presentarlo al plenario con una breve actuación. Al final de cada presentación, los espectadores pueden aportar mostrando en qué etapa de la resolución de conflicto está fallando el caso y cómo podría darse una mejor solución a este problema. Recuerde que los pasos necesarios para una buena resolución de conflicto son:

	✓ Reconocer la existencia de una tensión. ✓ Dialogar entre las partes en conflicto para definir exactamente cuál es el problema. Este diálogo implica necesariamente que cada parte es capaz de escuchar, sin atacar, los argumentos del otro. ✓ Proponer soluciones alternativas en que cada parte ceda un poco, pero también gane un poco. ✓ Lograr un acuerdo concreto y visible con un compromiso de cumplimiento de ambas partes. Para que exista una buena resolución de conflicto, ambas partes deben sentir que ganaron algo, aunque tuvieron que ceder un poco. Actividad Alternativa: ¿Cómo lo resolvemos? (45 a 60 minutos) El objetivo de esta actividad es visualizar nuevas estrategias frente a un conflicto o una situación problemática y experimentar la capacidad de toma de decisiones eligiendo la mejor alternativa frente a una situación problema. Se forman grupos de dos a cuatro personas y a cada grupo se le entrega una posible situación-problema que hay que resolver (anexo Nº 2 Manual, imprimir pág. 22). Los grupos deberán inventar soluciones posibles considerando las etapas de la resolución de problemas. Se forma el plenario y se lee cada situación, junto a la solución planteada por cada grupo. Promueve la discusión entre los participantes sobre cuáles les parecen las mejores propuestas, y vea posibilidades de integrar elementos de una solución a otras hasta llegar a la mejor resolución de ese problema. Luego siga con la otra situación-problema. Síntesis Al final de la sesión es importante que los profesionales hagan un breve resumen de la resolución pacífica de conflictos. Además es importante señalar algunos elementos sobre el maltrato infantil en Chile, se sugiere mencionar algunas estadísticas y las consecuencias en los niños. Tarea para la casa La tarea para esta semana consistirá en identificar durante la semana alguna situación de conflicto, poniendo atención a las propias reacciones para enfrentarlo, e intentar aplicar las nuevas herramientas adquiridas en la sesión. Traerlo escrito aunque no es obligatorio compartirlo.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas de lo conversado se quedan y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 8 ETAPAS DEL DESARROLLO	
OBJETIVO	✓ Que el adulto responsable o referente significativo aprenda a reconocer y dar respuesta a las necesidades del desarrollo de el/la joven, de acuerdo a la etapa del ciclo vital en la que se encuentra.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce características y necesidades del desarrollo de el/la joven de acuerdo a la etapa del ciclo vital en la que se encuentra.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad N° 6, pág. 181. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla. Luego puede presentar los objetivos de la sesión y preguntar a los participantes que digan en voz alta cuáles son las necesidades de los jóvenes en su etapa de desarrollo (físicas, emocionales, sociales, etc.), anotándolas en un papelógrafo. Al final de esta lluvia de ideas, reflexiones sobre las distintas necesidades que presentan los jóvenes en su etapa de desarrollo.
DESCRIPCIÓN	1. Entregarle al adulto significativo el dibujo de una silueta de un o una joven. 2. Pedirle que coja un lápiz de color diferente y que vaya escribiendo en las distintas partes del cuerpo, cómo es el el/la joven, al cual representa: DESARROLLO MOTOR (FINO Y GRUESO): Dentro de las piernas se escribe: ¿Que puede hacer con sus piernas, con su cuerpo? ¿Qué habilidades tiene? ¿Qué actividad puede hacer? ¿Qué manualidades puede hacer? DESARROLLO EMOCIONAL: Dentro del tronco se escribe: ¿Qué hace cuando se enfada o esta triste? ¿Qué crees que siente? ¿Entiende sus emociones? ¿Entiende las emociones de los demás? DESARROLLO SOCIAL: Dentro de los brazos se escribe: ¿Cómo se relaciona? ¿Cómo se relaciona con familiares y personas ajenas a la familia? COGNITIVO Y LINGÜÍSTICO: Dentro de la cabeza se escribe: ¿Qué puede hacer con la cabeza? ¿Qué memoriza? ¿Qué sabe decir? ¿Qué le gusta leer? ¿De qué temas le gusta hablar? ¿Qué le genera curiosidad?

	3. Durante la actividad, mientras el adulto significativo va describiendo las características de sus hijos/as según su desarrollo motor, cognitivo, emocional y social, el profesional puede hacer aportaciones dando las características de la etapa evolutiva del joven que se está hablando. 4. Seguidamente, se le pedirá que escriba fuera de la silueta del joven cuáles son sus necesidades según el ámbito: físico, cognitivo, afectivo y social. Se preguntará: Alrededor de las piernas las necesidades físicas: ¿Qué crees que son las necesidades básicas para que el/la joven pueda hacer las actividades diarias? ¿Qué crees que necesita para desarrollarse o mantenerse físicamente? Alrededor del tronco las necesidades afectivas: ¿Qué crees que necesita para sentirse bien y ser feliz? ¿Qué crees que necesita para aprender a reconocer sus emociones y las de los demás? ¿Qué crees que necesita para aprender a regular sus emociones? Alrededor de los brazos las necesidades sociales: ¿Qué crees que necesita para poder relacionarse adecuadamente con sus compañeros? ¿Qué crees que necesita para aprender a relacionarse con los adultos? Alrededor de la cabeza las necesidades cognitivas: ¿Qué crees que necesita para mejorar sus estudios, su interés por la lectura, música...? Ideas para apoyar el desarrollo de la actividad: El siguiente esquema presenta las necesidades de los/las jóvenes según el ámbito: físico, afectivo, social y cognitivo. Esta información puede ser utilizada para apoyar a las participantes en la parte de la actividad en que detectan las necesidades de sus hijos/as. ✓ Necesidades físicas: Necesidad de protección, actividad física y juego, alimentación, higiene, salud, sueño. ✓ Necesidades afectivas: Necesidad de vínculo, de aceptación, de ser importante para el otro. ✓ Necesidades sociales: Necesidad de comunicación, consideración, de estructura. ✓ Necesidades cognitivas: Necesidad de estimulación, experimentación, refuerzo. 5. Cierre de actividad: en esta actividad es importante que el profesional pregunte al adulto significativo cuáles han sido los aprendizajes obtenidos una vez realizados los ejercicios, qué rescata, en qué le ayudan estos aprendizajes en su función parental. Tarea para la casa La tarea para esta semana consistirá en observar si en el trato cotidiano hacemos diferencias entre nuestras hijas y nuestros hijos varones, y evaluar por qué lo hacemos. Si alguno tiene la posibilidad, sugiérale que le pregunte a sus hijos si se dan cuenta de esa diferencia.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 9 CADA HIJO UN NUEVO DESAFIO	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo identifique la diversidad en la crianza de los hijos en las distintas etapas de la vida, las diferencias de género y necesidades especiales.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce diferencias entre sus hijos y la importancia de responder en forma diversa a sus necesidades o formas de ser. ✓ Reflexiona en torno a las diferencias de crianza en niños y niñas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Papelógrafos y plumón. ✓ Hojas de papel. ✓ Lápices de colores revistas o diarios viejos. ✓ Pegamento y tijeras (dos de cada una puede ser suficiente). ✓ Cinta adhesiva. ✓ Una radio y música tranquila. OBSERVACION: si realiza la actividad alternativa no necesita estos materiales.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención Te suena Familiar "UNICEF", Actividad Nº 10 "Cada hijo un nuevo desafío". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla. Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. Presente la sesión de hoy comentando aspectos generales del tema a tratar, en base al texto inicial del módulo.
DESCRIPCIÓN	La dinámica de los nombres (15 minutos) El objetivo de esta actividad es conectar a los padres y madres con cada uno de sus hijos en un momento importante que es elegir su nombre. Además permite introducir a los participantes a la temática de trabajo de la sesión. El profesional invita a los participantes a que en una hoja de papel escriban el nombre de cada uno de su(s) hijo(s). Posteriormente, deben poner en la parte inferior del nombre la razón por la cual eligieron ese nombre para sus hijos. Una vez que todos los participantes hayan terminado se invita a compartir libremente la actividad, señalando las razones que los motivaron a elegir el nombre de cada hijo. Al finalizar es importante que el profesional señale que así como cada uno tiene un nombre, también tiene una individualidad particular que hace a cada persona única y diferente de todos los demás. Sobre éstas particularidades y cómo las enfrentamos los padres, es el tema a trabajar en la sesión de hoy.

Actividad principal: El retrato de mis hijos

(45 a 60 minutos)

El objetivo de esta actividad es reconocer las diferencias entre cada uno de los propios hijos, identificando su sello personal.

Retomando la actividad inicial, invite a los participantes a hacer un retrato de cada uno de sus hijos. Para eso entrégueles una hoja que puede tener un borde para que parezca un marco de cuadro. Reparta tantas hojas como hijos tenga cada uno. El retrato puede consistir en un dibujo del hijo, o una imagen abstracta que simbolice cómo es ese hijo. Una pregunta que puede guiar a los participantes es:

¿Qué características de personalidad tiene este hijo y cuál es su sello personal que lo hace diferente de los demás?

Para esto, disponga de lápices de colores, revistas o diarios viejos, papeles de colores, pegamento y tijeras.

Es necesario dar un tiempo largo de trabajo individual, aproximadamente 30 minutos. Se sugiere poner una música tranquila si dispone de radio.

Una vez que hayan terminado todos los participantes, se los invita a pegar en las paredes de la sala los retratos de sus hijos y a observar este “Museo de retratos” por unos minutos.

Luego invite a compartir en un plenario abierto, qué descubrió cada uno de sus hijos o de sí mismo con este ejercicio.

Algunas preguntas que pueden guiar esta conversación son:

¿Fue difícil encontrar el sello de cada hijo(a)? ¿Fue más difícil con alguno en particular?

¿Sienten que hacen diferencias entre los hijos hombres y las hijas mujeres? ¿Por qué?

¿Cuáles diferencias?

¿Cómo entienden la justicia en el trato con los hijos?

A medida que responden las preguntas, especialmente la número tres, puede entregar información de la primera parte de este módulo que refuerce la importancia de valorar las particularidades de cada niño, y el no hacer discriminaciones de género en la crianza.

Actividad alternativa: El juicio

(60 minutos)

Divida a los participantes en tres grupos, y señale que a continuación se va a realizar un juicio en esta sala para lo cual un grupo debe asumir la defensa del caso, otros serán los acusadores y el tercer grupo será el jurado que va a definir quién gana el juicio.

El tema a debatir es: ¿Los padres deben tratar a todos los hijos por igual?

Para tratar el tema de la discapacidad puede cambiar el tema del juicio. Por ejemplo, el tema puede ser: ¿Tener un hijo con discapacidad es igual que tener un hijo sin ella?

El grupo que defiende debe preparar los argumentos de su defensa para convencer al jurado de que efectivamente la frase es verdadera, dando elementos justificados que apoyen su posición.

El grupo acusador debe preparar argumentos para convencer al jurado que por el contrario, la frase es falsa, dando elementos justificados que apoyen su posición.

Disponga en la sala un espacio para el jurado y frente a ellos un lado para los acusadores y otro para los defensores.

Después de un tiempo prudente de preparación de los argumentos inicie el juicio, otorgando el mismo tiempo para que cada parte haga su exposición al jurado.

	Luego el jurado puede salir de la sala a tomar la decisión. Cuando esté listo puede entregar su veredicto argumentando por qué un grupo u otro, o ambos, tenían la razón. En plenario invite a los participantes a comentar qué les pareció el ejercicio y qué aprendieron. Incorpore algunos elementos complementarios a los argumentos presentados en base a la primera parte de este módulo. Síntesis Al cerrar la sesión haga una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes, y refuerce algunas de las ideas más importantes. Tarea para la casa Si realizó la actividad principal, la tarea podría ser observar si el sello personal o símbolo escogido corresponde bien al hijo o hija, o si habría otro más representativo de él o ella. Se puede sugerir que entregue a cada hijo el trabajo que realizó. Si realizó la actividad complementaria, la tarea puede ser observar a cada uno de sus hijos identificando sus características particulares, como una forma de aprender a ser justos valorando sus diferencias.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión, preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 10 PARTICIPACIÓN SOCIAL	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo se informe sobre recursos existentes en las redes sociales, en las cuales pueda participar y solicitar recursos o beneficios.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce recursos disponibles en la red social ✓ Utiliza recursos de la red social.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Adhesivos de color verde, azul y naranja. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de apoyo para la formación de competencias parentales “Programa abriendo caminos”, Actividad N° 5 “Construcción de una constelación de red de apoyo”, pág. 180. ✓ Hoja de recursos estructura familiar y red comunitaria. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al profesional recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión. Presente la sesión de hoy comentando aspectos generales del tema a tratar, en base al texto de apoyo en carpeta de recursos.
	1. Al adulto significativo se la hace entrega de la hoja de recursos para la detección de instituciones y organismos existentes en su entorno. 2. Posteriormente se realiza la entrega de una hoja con una constelación (dibujo de la estructura familiar) dibujada en el centro, en la que aparecen todas las posibles relaciones que se dan al interior de la familia. 3. Posteriormente se le hace entrega de fichas de colores adhesivas: verdes para representar a las personas, azules para representar a las instituciones o centros de apoyo. 4. Luego construirá su constelación pegando los adhesivos de colores más cerca o más lejos del centro, según el nivel de apoyo sentido hacia ellos o ellas. 5. Una vez finalizada la creación individual, se comentará el trabajo final. El profesional puede guiar el diálogo con preguntas como: ✓ ¿Qué hace que este miembro esté más cerca del centro? ✓ ¿Qué hace que esté más lejos? ✓ ¿En qué te ayudan las personas o instituciones que están cerca de ti en la constelación? 6. Posteriormente se les hace entrega de adhesivos color naranja para indicar miembros o instituciones de la red que le gustaría añadir. Es importante hacer hincapié en identificar miembros de la red que efectivamente puedan ser integrados, redes reales de probable apoyo frente a las necesidades específicas de cada uno. ¿Cómo lo harías para cambiarlo?

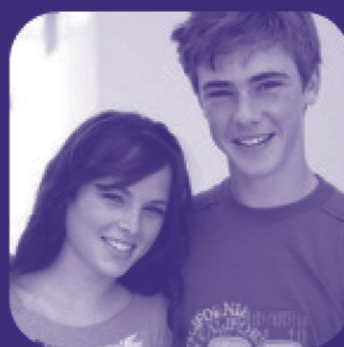
DESCRIPCIÓN	7. Si se considera importante ampliar la red de apoyo, el o la profesional puede preguntar ¿cómo lo harías para lograr ampliar tu constelación? ¿Qué deberías hacer para mantener esta red de constelaciones? 8. Cierre de actividad: El profesional o la profesional debe recalcar la importancia de conocer las redes institucionales y cómo éstas pueden ser instancias de apoyo al enfrentar ciertas problemáticas o dificultades. Resulta relevante indicar que tanto las personas como las instituciones u organizaciones apoyan el desarrollo de estrategias de resolución, pero que finalmente quien resuelve es el adulto.
EVALUACIÓN	Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



MÓDULO N° 3

“CONDUCTAS DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA”



OBJETIVO

Fortalecer o desarrollar en el adulto significativo conductas preventivas frente a situaciones de riesgo presentes en la etapa del ciclo vital de el/la joven.

Hoy en día, la mayoría de los problemas de salud en la adolescencia son consecuencia de conductas de riesgo, trayendo como resultante enfermedades de transmisión sexual, accidentes de tránsito, depresión y suicidio. En el desarrollo de un adolescente, el contexto social en que se desenvuelve -familia y escuela- son los contextos más influyentes. Al respecto, se ha demostrado que un adecuado funcionamiento familiar es relevante, siendo la disfunción familiar un factor que se asocia a mayor prevalencia de problemas de salud mental en adolescentes, lo que se asocia también con alteración del rendimiento académico, mayor deserción escolar y aumento de la violencia.

Lo anterior, cobra particular importancia porque la adolescencia es un período de transición en el cual se concretan importantes hitos del desarrollo. La consolidación de la identidad personal, sexual, vocacional, la independencia económica y la conformación de las bases para una posterior relación de pareja estable, objetivos frente a los cuales, el contexto vital del adolescente -familia, escuela, amistades- son un apoyo fundamental.

En un estudio realizado en nuestro país (Sylvia Santander R. 2007) se concluye que existe una alta prevalencia de síntomas emocionales, percepción de disfunción familiar y conductas de riesgo como consumo de alcohol, drogas y actividad sexual precoz en adolescentes escolares chilenos. Todas las conductas de riesgo son más frecuentes en adolescentes provenientes de familias percibidas por ellos mismos como disfuncionales.

Los adultos significativos son claves al momento de realizar prevención e identificación de conductas de riesgo, por la influencia que tienen en el desarrollo de la identidad de un joven, en sus hábitos de vida, en sus formas de expresar sus afectos y relacionarse con los demás, modelando formas básicas de interactuar con otros, de resolver conflictos, de desarrollar conductas de autocuidado, entre otros.

Toda familia puede ser protectora, por el solo hecho de generar lazos de afecto; cada una tiene su sello particular, su dinámica y estilo propio. La historia de la familia, la forma de demostrar el cariño, los valores que transmite, etc., constituyen la identidad, y la identidad de una familia es protectora en la medida que podemos reconocerla, apreciarla y nutrirnos de ella.

Es posible potenciar estos factores protectores identificados en la familia, y desarrollar otros que ayuden a hacer más preventiva la relación familiar y enriquecer la forma de relacionarse en familia. Muchos factores protectores del consumo son posibles de entrenar y potenciar

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1 TEMAS DIFÍCILES DE HABLAR	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo comprenda la importancia del rol de los padres en informar y formar adecuadamente a sus hijos, en temas difíciles de tocar en la familia como la sexualidad, el sida, o el consumo de drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce dificultades para hablar de ciertos temas con los hijos. ✓ Valora la importancia de conversar con los hijos y darles información como forma de prevención. ✓ Conoce elementos básicos para enfrentar estas conversaciones de manera más segura.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ 4 fotocopias del tablero del anexo. ✓ 4 fotocopias recortadas de las preguntas del anexo. ✓ Fotocopia para cada participante de la hoja "Hoy conversamos sobre..."
CARPETA DE RECURSOS	✓ Manual de intervención Te suena Familiar "UNICEF", Actividad Nº 15 "Temas difíciles de hablar". ✓ Tablero y cartas para actividad principal (Imprimir anexo Nº 2 del "Manual te suena familiar", págs. Nº 18-21). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para iniciar las actividades de hoy se sugiere a los profesionales recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados. Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión, y presentar algunos contenidos del tema de hoy. ✓ Reconocer las dificultades que han tenido para hablar de ciertos temas con los hijos. ✓ Valorar la importancia de conversar con los hijos y darles información como forma de prevención. ✓ Adquirir elementos básicos y potenciar sus propios recursos para enfrentar estas conversaciones de manera más segura.
DESCRIPCIÓN	Actividad principal Respondiendo preguntas difíciles (45 a 60 minutos) La actividad central tiene por objetivo que los padres identifiquen aquellos temas que les ha costado o creen que les costaría conversar con sus hijos. También pretende que los padres valoren la importancia de tratar ciertos temas con los hijos, identificando a la familia como el agente directo y responsable de su educación. El profesional divide a los participantes en grupos, entregándole a cada uno un set de cartas o papelitos con preguntas y un tablero (anexo). Cada participante debe ir por turno sacando un papelito, leer la pregunta y definir en qué sector del tablero se ubicaría y por qué. Una vez que se acaban los papelitos, el grupo debe anotar qué temas o preguntas quedaron en cada casillero del tablero para presentar esto en el plenario.

En plenario, haga una encuesta anotando en un papelógrafo qué preguntas quedaron en cada casillero. Luego invite a los participantes a comentar libremente qué opina de los resultados. Procure centrarse en las preguntas que quedaron en el casillero “no me atrevo a conversarlo”, y ayude a los participantes a buscar alternativas para poder abordar esos temas con los hijos.

Actividad complementaria

Ni tan fácil ni tan difícil

(30 a 45 minutos)

El objetivo de esta actividad es reflexionar acerca de temas complejos de tratar con los jóvenes. Permite además una retroalimentación entre todos los participantes, de cómo abordar las situaciones complicadas de tratar.

Se forman cuatro grupos y a cada uno se le reparten los mismos papelitos de la actividad principal. Cada persona lee y elige el que le costaría más hablar con su hijo o hija, y lo comparte con el grupo.

Luego, el grupo elige el tema que le parece más difícil de todos los que seleccionaron antes los participantes y crea una representación o actuación donde se muestre cómo hablar este tema en forma adecuada con los hijos e hijas.

En plenario se presentan las actuaciones y luego se conversa sobre los componentes más importantes para conversar los temas difíciles.

Síntesis

El profesional realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos de la primera parte de este módulo. Especialmente relevante es que a los padres les quede claro que hablar de estos temas con los hijos es una buena forma de prevención, que además fortalece el vínculo afectivo con ellos y les abre las puertas para que los busquen otra vez frente a nuevas inquietudes.

Tarea para la casa

La tarea consistirá en recordar alguna pregunta que sus hijos le hayan hecho y que no haya podido contestar. La idea es que aplicando los aprendizajes de esta sesión pueda conversar de este tema con su hijo o hija.

EVALUACIÓN

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.

Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 FAMILIA Y CONSUMO DE DROGAS	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Que el adulto significativo reflexione acerca de la importancia de la familia como factor protector frente al consumo de drogas. ✓ Que el adulto significativo identifique algunos factores de protección y de riesgo del medio que influyen en el consumo de drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Reconoce la importancia de la familia como factor protector frente al consumo de drogas. ✓ Identifica algunos factores de protección y de riesgo del medio que influyen en el consumo de drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Parejas de padres o madres e hijos o solamente padres o madres.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video «La iniciación». ✓ Prevenir en familia, Manual para el monitor Sesión N° 1: Familia y drogas. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Comienza la reunión sensibilizando a los participantes acerca de la importancia de abordar esta temática entre padres e hijos, y del rol que juega la familia como soporte y factor protector frente a este problema y muchos otros, haciendo mención a la siguiente realidad. «El uso de drogas es un fenómeno global que afecta a todos los sectores de nuestra sociedad. Es un problema social que va en aumento, ya que cada día hay más personas que consumen, mayor variedad y mayor facilidad de acceder a las drogas». Los últimos estudios realizados en escolares de todo el país muestran tendencias al aumento del consumo en general, a edades más tempranas, especialmente entre los jóvenes de octavo básico a cuarto medio. En estos estudios queda en evidencia la importancia de la familia para prevenir el consumo de drogas. Cuando los hijos perciben que sus padres se involucran en sus vidas, y tienen una actitud clara de oposición al consumo de éstas, tienden a evitar hacerlo.
DESCRIPCIÓN	ACTIVIDAD N° 1: Presentación «Cruzada» Tiempo: 30 min. Indicar a los participantes que se junten en pareja. Ojalá padres o madres con hijos/as. Luego, pedir a cada uno que se presente a su pareja como si no se conocieran, respondiendo las siguientes preguntas: • Nombre, edad, actividad. • Lo que más me gusta de mí es... • Lo más característico de mí es... • Estoy en el taller porque... A continuación, pide a los hijos/as que presenten a sus padres al grupo general, y que los padres presenten a sus hijos como si fueran ellos, hablando en primera persona, destacando los principales rasgos mencionados. Sugerencia al Monitor/a. Es importante tener presente que se trata de la primera reunión, por lo tanto es necesario dar el espacio para conocerse. Puede ayudar al grupo y al monitor

que cada participante tenga un distintivo con su nombre escrito en la solapa, de modo de facilitar el proceso de identificación y conocimiento. Aun cuando se conozcan entre sí, el ejercicio genera la capacidad de poder escuchar al otro en aspectos importantes tales como: «lo que más me gusta de mí», «lo que más me caracteriza», etc. lo que desarrolla la capacidad de autorreflexión.

ACTIVIDAD N° 2: Exposición del video «La iniciación»

Tiempo: 40 min.

El video «La iniciación» trata de un joven que cumple 16 años y para celebrarlo decide reunirse con el grupo de «carrete» de su único amigo. Expone el tema del inicio en el consumo, de la presión del grupo, de aprender a decir que no, de la ansiedad y habilidades en torno a las relaciones sociales, la disponibilidad de drogas, específicamente pasta base, y de las relaciones familiares.

Sugerencia al Monitor/a. Revisar la cartilla del video. Es importante sensibilizar y promover la reflexión en aspectos tales como: primer consumo, microtráfico, factores de riesgo, presión del grupo, consumo de alcohol, relaciones familiares y sociabilidad del adolescente, los cuales aparecen en el video. En el video aparece otro documental «Regreso a la libertad», que contiene una serie de testimonios de personas que están en tratamiento para rehabilitarse. Este puede ser exhibido en otra sesión para reforzar algún contenido.

Compartiendo experiencias una vez que todos han visto el video, el monitor/a solicita a los participantes que expresen sus impresiones y reacciones, y que lo asocien a diversas situaciones que les toca enfrentar. Es importante generar el espacio para que todos los participantes compartan sus sentimientos y opiniones. Procurar que la reflexión no se centre sólo en la historia del video, sino que lo puedan extrapolar a la realidad del grupo, que no analicen sólo lo «mal amigo que era», la sobre protección de la madre, sino también los factores protectores que debiera tener un joven como Pato al enfrentarse a una situación como la del video.

Para iniciar la conversación se puede invitar a los participantes a responder las siguientes preguntas:

- ¿Qué les pasó al ver el video? Sensaciones, temores, sentimientos, etc.
- ¿Cuáles son las situaciones protectoras y de riesgo que se presentan en la historia?
- ¿Qué podría haber hecho la familia, la escuela y/o los amigos para proteger al joven y reducir los riesgos?

Sugerencia al Monitor/a. Puedes ir anotando los riesgos que nombren los participantes, y luego asociarlos con un factor protector. Revisar el Anexo I para reforzar tus conocimientos. Es importante registrar lo que para este grupo particular constituyen factores de riesgo y protección. Esta actividad puede ser una buena herramienta diagnóstica para tener en mente las necesidades del grupo.

Es necesario destacar los comentarios y conclusiones entregados por las familias en relación a las ideas fuerza.

Ideas fuerza

- La familia es fundamental para prevenir el consumo de drogas en los hijos e hijas.
- Es importante anticiparse a la aparición de posibles problemas asociados al consumo de drogas, involucrándose en el mundo de los jóvenes (conocer los amigos, actividades, tareas, pasatiempos, etc.).
- Todas las familias poseen recursos preventivos, y es posible potenciarlos y desarrollar otros.

	Cierre Preguntar al grupo: ¿Cuáles son las ideas aprendidas hoy? Puedes anotarlas en el pizarrón, y sugerir a los participantes que las anoten. A partir de lo dicho por las familias, completar algunos conceptos, si es necesario, con las ideas de la ficha complementaria. Finalmente, explicar a los participantes que el resto de las dudas e inquietudes que tengan y hayan surgido hoy, se irán aclarando en las siguientes sesiones. Reflexión para la Casa: «Conociendo el Mundo de Nuestros Hijos». Proponer a las familias que conversen o compartan experiencias en su casa acerca de sus principales preocupaciones respecto de lo que viven los jóvenes. Para promover y facilitar la reflexión se puede proponer a las familias que respondan las preguntas sugeridas a continuación: • ¿Cómo es el mundo de nuestros hijos/as con relación a su grupo de amigos, los panoramas que realizan, fiestas, carretes, el barrio, etc.? • ¿Qué influencias sociales podemos identificar en el medio que los rodean que pueden estar afectando a nuestros hijos/as, especialmente en el tema de consumo de drogas?
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Que el adulto significativo descubra algunas características del consumo inicial o experimental de drogas. ✓ Que el adulto significativo conozca el concepto de «dependencia del consumo de drogas» y el proceso de convertirse en dependiente.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce algunas características del consumo inicial o experimental de drogas. ✓ Conoce el concepto de «dependencia del consumo de drogas» y el proceso de convertirse en dependiente.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Prevenir en familia, Manual para el monitor Sesión N° 7: Claves para la Intervención Temprana. ✓ Naipes de situaciones (Anexo V, imprimir págs. 168 - 171). ✓ Cuestionario de Observación de Conductas (imprimir pág. 84). ✓ Power point. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Explicar que en esta sesión se conversará sobre cómo podemos actuar los padres cuando un hijo/a está consumiendo drogas. Es importante señalar que no hay una sola forma correcta de actuar, ya que depende de las características de cada familia. Sin embargo, es posible identificar elementos comunes y básicos para detectar y frenar el consumo de nuestros hijos/as cuando se está produciendo. Nota al Monitor/a. Para realizar las siguientes actividades, es importante contar con una cartilla informativa de los Centros de Tratamiento en alcohol y drogas, de la comuna o región.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Algunos comportamientos que se asocian al consumo de drogas Tiempo: 20 min. Pedir a los padres que llenen individualmente el cuestionario. Es importante darles la seguridad de que ésta es una información privada. Luego que hayan terminado, iniciar una discusión para aclarar que muchas de estas conductas están asociadas al proceso de búsqueda de identidad de los adolescentes (recordar la sesión de adolescencia). Sin embargo, es importante despejar las propias dudas o sospechas al respecto, e involucrarse en lo que le puede estar pasando su hijo o hija. Es fundamental leer previamente el Anexo III (págs. 155 - 159) del Manual para realizar la siguiente actividad. Cuestionario de Observación de Conductas: Se hace entrega a cada participante de una hoja con un cuestionario personal y confidencial (imprimir página N° 84 del manual). Guía de Análisis de Resultado Recordar que una de estas respuestas afirmativas no quiere decir que el joven esté consumiendo. Es importante recalcar que la respuesta afirmativa de varias preguntas

simultáneamente indica que los padres o apoderados deben estar atentos a posible consumo u otros conflictos.

Si se presentan muchas alternativas Sí (más de seis), es recomendable que los padres, madres o apoderados se acerquen al hijo, busquen una instancia tranquila, alejada de lo cotidiano y conversen con el hijo o hija acerca de sus ideas, motivaciones, intereses o conflictos. Si no lo ha hecho nunca, puede que se requiera más de una oportunidad para que el hijo o hija se sienta en confianza, pero hay que empezar ¡ya!

Si tiene más de 6 respuestas positivas, en particular las últimas, es probable que haya consumo, aunque no siempre es así, y es importante acercarse al hijo urgente e indagar lo que le puede estar pasando. Por otra parte, hay que diferenciar si es la primera vez que se producen estas conductas o es más sistemático.

Revisar el Anexo III para reforzar estos conceptos.

Sugerencia al Monitor/a. Puede ocurrir que el cuestionario levante sospechas y temores injustificados en los padres o madres. Se debe tener claro que el monitor no está capacitado para resolver las dudas más profundas de la familia cuando hay consumo, ni tampoco debe aconsejar qué hacer en casos de consumo; lo importante es saber derivar adecuadamente a esa familia para que aclaren dudas y sepan qué hacer en su caso particular. Para eso existe como primera instancia el profesional Delegado o Psicólogo del programa, quienes podrán realizar acciones tendientes a realizar un primer diagnóstico y derivación especializada.

Actividad N° 2: ¿Qué hacer? Juego de naipes

Tiempo: 50 min. (20 min. de discusión grupal y 30 min. de reflexión en el grupo general).

Objetivo

- Entregar claves para la acción frente a posibles consumos de algún miembro de la familia.

Instrucciones

- Invitar a los participantes a formar grupos de dos o tres personas aproximadamente.
- Entregar a cada grupo una o dos cartas con una situación diferente. Elegir las situaciones que sean más adecuadas al grupo de trabajo.
- Promover en el grupo la discusión de las situaciones que se presentan en las cartas. El grupo deberá reflexionar y tomar decisiones frente a las situaciones analizadas.
- De cada situación planteada, destacar las respuestas o recursos de los padres y madres para afrontar los problemas determinados.
- Concluir con las ideas fuerza.

Sugerencia al Monitor/a. Se puede agregar algunos naipes en blanco, para escribir las situaciones que te parezcan más pertinentes a la realidad de los grupos de trabajo. Se puede inventar otros ejemplos de situaciones de acuerdo a la realidad del grupo de trabajo y de tu propia experiencia. Leer el Anexo IV del Manual, para tener algunas ideas sobre la derivación, e ir anticipando los temas de la próxima sesión.

Exponer a través de un power point, los siguientes contenidos:

- ✓ Ideas Fuerza.
- ✓ Recomendaciones para los padres y madres que tienen sospecha que su hijo/a consume drogas.
- ✓ Recomendaciones para los padres y madres que tienen evidencia clara que su hijo está consumiendo drogas.

	Cierre Invitar a los participantes a comentar la sesión y los aprendizajes que han logrado. Completar la reflexión con la exposición de material complementario del power point. Reflexión para la Casa Invitar a los participantes a que conversen con los hijos acerca de la pregunta: ¿Qué harían ellos si se enteran que un amigo o un hermano está consumiendo drogas? Es importante que como padres escuchen sus respuestas y analicen los recursos que los jóvenes tienen. Ellos pueden darnos luces a nosotros como padres para saber cómo actuar.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 FAMILIA Y DEPENDENCIA	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Que el adulto significativo conozca características asociadas al consumo problemático de drogas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Identifica características de familias con problemas de consumo. ✓ Identifica factores protectores del consumo familiar de drogas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Una hoja de papel para cada participante. ✓ Lápiz para cada participante. ✓ Alfileres.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Prevenir en familia, Manual para el monitor Sesión N° 8: Familia y Dependencia. ✓ Guion de la escena a representar (imprimir págs. 93 - 94). ✓ Power point. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Invitar a los participantes a comentar sobre su experiencia de reflexión en la casa, con la pregunta a los hijos: ¿Qué harían ellos si algún amigo/a o hermano/a está consumiendo drogas? Ofrecer el espacio para que algunos voluntarios resuman los resultados de su conversación. Luego, relacionar estos comentarios con lo siguiente: Todos estamos expuestos y tenemos de alguna manera relación con el consumo de drogas, ya sea en forma directa o indirecta, por la presencia de un familiar o un amigo que tiene problemas asociados al consumo de drogas, y por lo tanto es necesario abordarlo, detectarlo y contener el problema a tiempo. Cuanto antes lo enfrentemos, será más fácil solucionarlo. Para realizar esta sesión es importante leer previamente el Anexo IV del Manual. Invitar al grupo a participar en esta sesión en que trataremos de identificar algunas características comunes de familias en las cuales algún miembro está sufriendo dependencia al consumo de drogas. Reflexionar sobre las diferentes alternativas para enfrentar el problema, y lo que es posible hacer para cambiar el estilo de relación familiar. Es necesario diferenciar entre familias en las cuales hay problemas porque algún miembro está consumiendo, de aquellas en las cuales hay una persona dependiente, ya que la dinámica de relaciones va cambiando en la medida que se agudiza el conflicto.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Juego de roles: Una familia con características de co-dependencia Tiempo: 40 min. Sugerencia al Monitor/a: Es fundamental no culpabilizar a la familia en la cual alguno de sus miembros presenta dependencia al consumo. Recordar que existen factores personales, del contexto, y de la droga misma que interactúan para producir la dependencia. Esta sesión está destinada a analizar sólo los factores relacionales de la familia que contribuyen a la dependencia, (recordar que no son los únicos). Identificar estos factores permite cambiarlos o actuar sobre ellos. La presencia de estas características por sí solas no es sinónimo de dependencia, pero aumentan la probabilidad de que ésta se produzca.

Objetivo

Analizar una situación familiar con características relacionadas con la dependencia al consumo de drogas.

Instrucciones

- Invitar a un grupo de cuatro voluntarios a representar una situación (no importa que no coincidan en edad o sexo con los personajes del guion, recordar que es una actuación).
- Entregar a los voluntarios la tarjeta con la situación a representar (3 actos). El resto del grupo será el público y se le pide que vayan tomando nota de aquellos aspectos que les llamen la atención.
- Antes de la representación, leer al grupo general, el primer texto del guion como antecedente a la representación.
- Luego comenzar la representación.
- Sugerencias al Monitor/a: En la siguiente actividad se sugiere la representación de una situación. En caso de que los miembros del grupo no se entusiasmen en actuar, se puede leer las tarjetas, de manera de estar contando una historia. Es importante que los actores hayan leído al menos una vez antes el guion, para evitar leer todo y que no se dificulte tanto la actuación.
- Una vez finalizada la presentación, preguntar a los actores cómo se sintieron en su rol, qué les pasaba con las respuestas de sus familiares de actuación, qué emociones experimentaban. Especialmente a Juanito, es posible preguntarle qué cree que andaba mal en su familia...
- Luego, interrogar al resto de los participantes qué piensa con respecto a las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo se establecen las normas en la familia?
 - ¿Cómo se vela porque se cumplan los límites en esa familia? - ¿Cómo se expresa y demuestra el afecto?
 - ¿Cómo es la comunicación dentro de la familia?
 - Recoger los comentarios y dejar que el grupo interactúe de acuerdo a sus propias observaciones.
- Exponer a través de un power point, los siguientes contenidos:
 - Promover la reflexión de la representación a través del refuerzo de contenidos.
 - Ideas Fuerza.
- Nota al Monitor/a. Hacer los cambios necesarios a la historia de manera que se adapte a la realidad en que vive el grupo con el cual se está trabajando.

Actividad N° 2: ¿Qué aporta cada uno a la integración familiar?

Tiempo: 30 min.

Objetivos

- Descubrir los recursos que tiene cada familia para aportar al clima preventivo familiar.

Instrucciones

- Entregar a cada uno de los participantes una hoja de papel en blanco.
- Indicarles que escriban con letra grande y clara, una característica positiva que lo identifique y que es un aporte para la dinámica familiar.

	• Prender con un alfiler la hoja escrita en la espalda de cada persona. • Invitar a los participantes a moverse por la sala, libremente y en silencio, caminando, encontrándose unos con otros, y leyendo los diferentes letreros, sin hacer comentarios. • Una vez que hayan leído todos los carteles, pedir que formen tríos uniéndose con las personas que tienen los carteles que más les interesaron, ya sea porque les gustaría tener esas características o porque consideran que su familia necesita adquirirlas. • Una vez formados los tríos, cada uno de los integrantes comenta la razón de su descripción y luego por qué asiste a este taller. • Acordar con el grupo de participantes, cuáles fueron los carteles más requeridos por todas las familias. • Asociar esas características elegidas con los factores protectores que tenemos, es decir, con los recursos y las necesidades que tenemos en común como familias. Cierre • Invitar a los participantes a comentar la sesión con la pregunta: ¿Qué hemos aprendido hoy? • Rescatar las principales ideas, y reforzarlas, si es necesario, con las ideas de la ficha complementaria (power point). Reflexión para la Casa Motivar e invitar a los participantes a que reflexionen como familia sobre cuáles creen que son los riesgos más importantes a que están expuestos en el barrio, la escuela, o la comunidad, y que seleccionen uno o dos de estos riesgos o problemas que puedan cambiarse o disminuirse. Recordar que... Si durante la sesión aparece que alguno de los miembros de las familias buscan mayor orientación, señalar que se pongan en contacto con el Programa de Drogas de su comunidad, en su municipio (PREVIENE) o que llame a Fono drogas y alcohol (1412 desde red fija y celulares) que dispone de un conjunto de especialistas para orientar su decisión.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 5 EDUCACIÓN SEXUAL	
OBJETIVOS	✓ Que el adulto significativo cuente con elementos para asumir la responsabilidad de entregar orientación sexual a los hijos/as.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce algunos elementos para entregar orientación sexual a sus hijos/as.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos, tarjetas de mensajes. ✓ Power point, "Educación sexual". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad con un ejercicio invitando a tres o cuatro parejas voluntarias que deseen participar. El resto del grupo serán espectadores. Cada pareja se toma de las manos frente a frente, con los pies juntos, buscando el punto de equilibrio, haciendo fuerza hacia atrás, primero uno, luego el otro y finalmente los dos. El público trata de orientarlos para desarrollar el ejercicio. Terminada la dinámica se compara con la vida de pareja: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué tiene que ver el público con la influencia que ejerce el otro en la pareja? ¿Se encontró el equilibrio? ¿Se sintieron seguros, inseguros, apoyados, complementados, no se entendieron, se dejaron influenciar por lo que decía el público, tomaron su propia decisión de acuerdo con lo que sintieron en ese momento?
DESCRIPCIÓN	Presentación del tema: 1. Se explica el objetivo de la actividad y la manera de trabajarla. 2. Formar grupos de dos o tres personas. 3. Se entrega a cada grupo una tarjeta "Mensaje" de acuerdo con el orden numérico, hasta entregar nueve, para que respondan las preguntas que aparecen allí, recordando y compartiendo los mensajes verbales y no verbales recibidos acerca de la sexualidad en diferentes edades. Plenario: Compartir lo que sintieron y aprendieron teniendo en cuenta. Diferencias individuales entre mujeres y hombres. Diferentes ambientes familiares de los participantes. Se concluye exponiendo el power point con el refuerzo de principales contenidos, a fin de promover la reflexión sobre como la educación recibida en el pasado influye hoy en la educación que transmitimos a los hijos. Es importante recordar y apreciar las diferencias en el contexto histórico, cultural y los valores en que se formaron nuestros padres, aquel ambiente en el que crecimos y en el que crecen nuestros hijos hoy.

	Compromiso: Se entrega a cada participante un papel con la siguiente Pregunta: ¿Qué puedo hacer para dar una educación sexual adecuada a mis hijos? Escribir la respuesta y asumirla como compromiso.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

Propiedad Intelectual MES



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 6 FALSAS CREENCIAS SOBRE LA EDUCACIÓN SEXUAL	
OBJETIVO	✓ Que el adulto significativo identifique las falsas creencias sobre la educación sexual a los hijos/as.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce falsas creencias sobre la sexualidad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 10
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos, tarjetas “mitos sobre la educación sexual”. ✓ Power point, mitos de la educación sexual. ✓ Video mitos y realidades de la sexualidad. ✓ Tarjetas rojas y verdes (una por participante). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad comentado a los/las participantes respecto a la existencia de mitos y realidades asociados al plano sexual, referente a hombres y mujeres. Se hace alusión en primera instancia a la definición de mito; “creencia que posee una cultura, que responde de manera fantasiosa a un hecho o fenómeno”, como por ejemplo “el que los bebés son traídos por las cigüeñas”. Por el contrario se le señala que la realidad es algo que se puede probar de manera objetiva y que responde a hechos verídicos por ejemplo “los bebés surgen de la unión entre un óvulo y un espermatozoide”.
DESCRIPCIÓN	1. Se entrega a cada participante la ficha 1 y dos tarjetas, una roja y otra verde. 2. Durante cinco minutos leen individualmente las frases. 3. Se pasa al análisis y debate de cada una de las frases; para ello se utilizará la siguiente dinámica: a. Se lee en voz alta una frase y se les pide que, si están de acuerdo con la afirmación, levanten la tarjeta verde y, si están en desacuerdo, la tarjeta roja. b. Después de cada frase, se les va preguntando, por qué sí o por qué no, de forma aleatoria entre las personas (para evitar que siempre respondan las mismas personas). c. Finalmente, se aclara el concepto a través del contenido expuesto en el power point, a fin de motivar a los participantes a reflexionar distintos puntos de vista. El monitor cierra la actividad exhibiendo el video mitos y realidades de la sexualidad. Finalmente se menciona que en nuestra cultura circulan una serie de mitos, creencias y temores en torno a la sexualidad, que son la base del conocimiento que gran parte de la población maneja con respecto a este tema. Sin embargo, todavía a la mayoría de los adultos les resulta difícil hablar abiertamente sobre sexualidad y realizar educación sexual. Esto limita la información que se pueda obtener sobre sexualidad, sobre derechos sexuales y reproductivos, sobre los riesgos en sexualidad (embarazo no deseado, ITS, VIH), y sobre la negociación sin presión ni violencia en las decisiones en torno a este tema.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se recuerda la próxima reunión.

MÓDULO Nº 4

“PATERNIDAD / MATERNIDAD RESPONSABLE”



OBJETIVO

Fomentar la paternidad y maternidad responsable a través de la sensibilización y concientización de el/la joven, respecto a sus derechos y obligaciones como padres y madres para disminuir los efectos negativos que desfavorecen su ejercicio

El ser madre o padre adolescente es un fenómeno social de gran relevancia, pues es un hecho que marca la vida de sus protagonistas y la de sus familias, ya que si bien la maternidad y paternidad pueden considerarse como parte del ciclo vital de los seres humanos, se presenta en una etapa del ciclo vital de profundas búsqueda y transformaciones. Lo anterior lleva a los jóvenes a enfrentarse a responsabilidades propias de un adulto y a un modelo de maternidad/paternidad frente al cual, generalmente, no tienen las herramientas y/o competencias necesarias. Es necesario considerar que la significación de la experiencia de la maternidad/paternidad es muy difícil de generar, hasta no vivirla directamente.

El programa de intervención tiene como finalidad de crear conciencia sobre la paternidad responsable como propia y no de la familia o pareja, conocer las responsabilidades y necesidades que traen consigo un recién nacido en la adolescencia tanto al padre como a la madre y así crear un autocuidado en materia de salud sexual. La paternidad responsable significa el establecimiento de la paternidad, estando presente en la vida del niño (aunque sea casado, en convivencia o soltero), el intercambio de pareja, el apoyo económico, y de ser implicado personalmente en la vida del niño, tanto el padre como la madre y en colaboración conjunta.

La intervención sobre paternidad responsable por lo tanto implica concientizar a los/las jóvenes que el embarazo debe ser planificado para que ocurra en el momento deseado por la pareja, que los padres tengan conciencia que el procrear un ser humano implica no sólo un compromiso y deber recíproco entre la pareja, sino también ante el hijo, la familia y la sociedad, que los padres no deben procurar solamente brindar adecuada vivienda, alimentación, educación, salud y vestimenta a sus hijos, sino, además, tienen la responsabilidad de brindarles amor, amistad, tiempo y protección.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1 UN RECADO PARA TI: “VAS A SER PAPÁ / MAMÁ	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Que el/la joven pueda descubrir aspectos relacionados con la espera y nacimiento de su hijo/a.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven expresa sus emociones con la llegada de su hijo/a. ✓ Joven reflexiona en torno a los cambios que significó en su vida la llegada de un hijo/a.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Lápices por cada participante. ✓ Hoja de cartulina por cada participante. ✓ Computador y parlantes. ✓ Proyector.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Videos: yo te prometo, la gestación y el nacimiento, etapa del bebé de 0 - 3 meses y presentación programa Chile crece contigo. ✓ Hoja de recursos. ✓ Cartillas educativas Chile crece contigo: Gestación y nacimiento y línea de tiempo de 0 - 12 meses. ✓ PPT Ideas fuerza. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	A fin de promover un espacio de confianza y distensión, se le solicita a cada participante que realice a través de un “Anuncio Publicitario” la presentación de su hijo/a (en proceso de gestación o en la etapa de ciclo vital en la que se encuentre), considerando aspectos tales como: ✓ Nombres del bebé y motivos de la elección del mismo. ✓ Nombre de ambos padres. ✓ Compromiso asociado a su paternidad/maternidad. Se le hace entrega a cada participante de una cartulina y lápices para la elaboración del anuncio, debiendo una vez terminado presentarlo a los demás participantes.
DESCRIPCIÓN	Se inicia la actividad proyectando dos videos: el primero sobre la experiencia de paternidad/maternidad (elegir de acuerdo a características de los participantes) y el segundo video “la gestación y el nacimiento” con la finalidad de que cada uno/a pueda compartir su experiencia en torno a la noticia de convertirse en padres. Al finalizar, se hace entrega a cada participante de la hoja de recursos, donde se invita a cada uno a contestar preguntas que intencionan la expresión de sus principales temores, aprehensiones y emociones vivenciadas en dicho momento. En una segunda parte se exhibe el video “etapa del bebe de 0 - 3 meses”, al finalizar se invita a los participantes a comentar como ha sido su experiencia en este proceso, considerando los cuidados y responsabilidades asumidas en los cuidados de su hija/o como mudar pañales, lavar la ropa del bebé, vestir al bebé, hacerlo/a dormir, hacer tareas domésticas, etc.

	Al finalizar, se hace entrega de material de apoyo a través de cartillas educativas del Programa Chile crece contigo, las cuales se deben seleccionar de acuerdo a la situación actual de embarazo o crianza, a fin de que los/las participantes sean informados respecto a los distintos procesos de gestación y los principales cuidados que deben realizar en el proceso de la llegada del bebé, entregándoles el material con la información señalada. Se cierra la actividad con la exhibición del PPT con ideas fuerza o a través de una lluvia de ideas considerando los aspectos más relevantes del proceso de convertirse en padres, considerando además el compromiso y cuidados que deben realizar, agradeciendo su participación y disposición. Se les refuerza la importancia de la nueva “tarea” parental, de los compromisos y responsabilidades hacia sus hijos/as”.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 2 “EL DÍA QUE ME CONVERTÍ EN PAPÁ / MAMÁ”	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Que el/la joven reflexione sobre las tareas de cuidado y crianza de un hijo/a y como se percibe él/ella ejerciendo esa responsabilidad.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Participante verbaliza algunas tareas de cuidado y crianza de un hijo/a. ✓ Participante manifiesta como se percibe en el ejercicio de su maternidad/paternidad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Recortes de revistas o láminas de imágenes de tipos de paternidad/maternidad. (Para dinámica de bienvenida) ✓ Set de lápices de colores por cada participante.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos “el pastel del tiempo”. ✓ Apuntes para el facilitador/a. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	A partir de la temática propuesta, se realiza una dinámica de bienvenida, en donde se presentan una serie de láminas asociadas a roles en la paternidad/maternidad, intencionando que cada uno de los participantes elija la imagen con la que mejor se represente su rol actual, atendiendo a sus temores y compromisos asociados a la premisa ¿Qué padre/madre quiero ser? Una vez escogida la imagen, cada participante la comparte con el resto, verbalizando los motivos de la elección.
DESCRIPCIÓN	Se hace entrega a cada uno de los participantes una copia de la hoja de recursos: el pastel del tiempo. Diles que se imaginen que cada círculo es un pastel y que corresponde a un día de 24 horas. Pídele a cada uno que divida el pastel con líneas correspondientes a los porcentajes de tiempo que dedican a cada una de las tareas de su vida cotidiana: trabajar, dormir, comer, recrearse, trabajar en el hogar, etc. También deben identificar el tiempo que dedican a labores de crianza, educación y cuidado de hijos/as, Si corresponde. Una vez terminado el pastel de la distribución de tiempo personal, pide que dibujen otro(s) pastel(es). En caso de ser padres, pide que dibujen el pastel de tiempo de su pareja o madre/padre de su hijo/a. En caso de no ser padres, pídeles que dibujen otros dos pasteles de tiempo que representen a alguna pareja que sea muy cercana a ellos: su propia madre y padre, su madre y su pareja, su abuelo y abuela, u otra pareja de la cual conozcan cómo distribuyen su tiempo. Abre el espacio para que cada participante pueda presentar sus pasteles del tiempo y compartir sus reflexiones. A los que son padres pídeles que comparen ambos pasteles (el propio y el de la madre/padre de su hijo/a) y que compartan sus reflexiones al hacer esta comparación. A quienes hicieron los pasteles con sus padres y madres, u otras parejas, también pídeles que los comparen. <i>Abre la discusión con las siguientes preguntas:</i> - ¿Qué te llamó la atención al hacer este ejercicio? ¿De qué te distes cuenta? ¿Qué cambio te gustaría hacer respecto a cómo distribuyes el tiempo actualmente?

	- ¿Qué perdemos y qué ganamos los padres/madres si tenemos una mayor participación en otras tareas que no sean las que tradicionalmente realizamos? - ¿Qué podemos hacer para cambiar estas asignaciones tradicionales de género y asegurar una participación justa y equitativa de los hombres y mujeres en las tareas de crianza y cuidado? - ¿Cómo se sienten con la distribución actual de tareas que tienen con sus parejas? (En caso de tener pareja.) - ¿Cómo crees que se siente tu pareja con la distribución actual? (En caso de tener pareja.) - ¿Qué les parece la distribución de tareas entre sus papás y mamás? (Si aplica.) Los pasos que siguen a continuación se pueden realizar si la actividad del pastel les deja tiempo, o bien en lugar de la anterior actividad. Divide a los participantes en dos grupos, grupo A y grupo B. El grupo A: prepara una dramatización de una pareja en la cual la madre hace todas las tareas de cuidado. El grupo B: prepara una escenificación de una pareja en la cual el padre está muy involucrado en las tareas domésticas y de cuidado de sus hijos/as (se puede reemplazar el sociodrama con la exhibición de dos videos que reflejen las mismas situaciones). Sociodrama (dramatización o actuación): dispón una zona de la sala como escenario y a los participantes como público (puede ser en círculo o media luna). Pide a cada grupo que presente su dramatización frente al grupo completo y que los demás escuchen con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas, que todas son importantes porque son una creación colectiva. Haz un círculo con todos los participantes. En una primera ronda pregunta cómo se sintieron en el papel que les tocó representar. En una segunda ronda se conversa en torno a las siguientes preguntas: - ¿De qué se dieron cuenta a través de las dramatizaciones? - ¿Qué les llamó la atención en ambas situaciones representadas? - ¿Qué ventajas y desventajas le ven a cada situación? - ¿Cómo es la posición de la madre y del padre en cada situación? Pide a los participantes, a modo de tarea, que se involucren por lo menos en una actividad doméstica que generalmente no hacen y que para la próxima sesión preparen una reflexión en torno a dicha experiencia.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3 HOMBRE CUIDANDO A UN NIÑO MUJER CUIDANDO A UN NIÑA	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Qué él/la joven reconozca la importancia del cumplimiento de su rol parental.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Participante verbaliza importancia del rol que cumple como padre/madre. ✓ Participante reflexiona en torno a estereotipos de género en la crianza.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Lápices por cada participante. ✓ Hojas en blanco (una por cada participante). ✓ 2 cajas vacías (una decorada con la figura de un hombre y la otra como mujer). ✓ Imágenes de bebés, niños, ancianos, enfermos, objetos, animales y/o plantas. Al menos 2 imágenes por participante. ✓ 1 caja vacía para el cofre de recuerdos.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos. ✓ Apuntes para el facilitador/a. ✓ Díptico: Importancia del apego y paternidad activa. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para comenzar se les entrega a cada participante de la hoja de recursos con la forma de pergamino y un lápiz, y se les enseña un cofre (caja de zapatos decorada como tal). Se les explica que ése es el cofre de los recuerdos, y que allí deben colocar escrito en el pergamino, uno de sus mejores recuerdos como hijo/a. Cuando hayan terminado de escribir, se promoverá que cada uno/a comparta su experiencia en torno a lo escrito. Reflexionando en torno a su propio rol y a la importancia de que procuren a sus hijos/as experiencias significativas.
	Posterior a la actividad inicial, se distribuye la hoja en blanco y un lápiz por persona, solicitando que escriban la palabra "cuidado" y a partir de ello, frases o conceptos alusivos a la misma. Después de cinco minutos, se pide que cada uno lea lo que escribió y se construye una lista de todas las palabras y frases que surgieron a modo de identificar las asociaciones más frecuentes. En un segundo momento, se les solicita que piensen en sus vidas desde que eran niños y que traten de recordar situaciones en que percibieron una escena de cuidado. Finalmente, se realiza un debate respecto de: -¿Es posible definir cuidado a partir de una única idea? -¿Cómo me siento al ser cuidado? ¿Por qué? -¿Me gusta cuidar de otros/as? ¿Por qué? Se entrega junto con esto cartilla impresa de apego o paternidad activa, explicando su contenido. Para continuar se les señalan dos cajas, indicando que una de ellas corresponde a un hombre y la otra es una mujer. Se reparten las imágenes al azar a todos los participantes (al

DESCRIPCIÓN	menos dos imágenes por participante). Pídeles que coloquen en la caja que representa a la mujer las imágenes que ellos crean que ella tendría más condiciones y capacidades para cuidar. En la otra caja, pídeles que coloquen las que crean que el hombre tiene más condiciones y capacidades para cuidar. Una vez que los participantes hayan terminado de ordenar las imágenes en las cajas, sácalas una a una, presentándolas al grupo y tratando de indagar porqué fueron agrupadas en cada lugar. Posteriormente se abre el debate explorando las razones por las que: 1) Algunos tipos de imágenes sólo fueron colocadas en la caja del hombre. 2) Algunos tipos de imágenes sólo fueron colocadas en la caja de la mujer. 3) Algunas imágenes aparecieron en las dos cajas. Abre la discusión con las siguientes preguntas: - ¿Podrían los hombres cuidar bien de las figuras que están en la caja de la mujer? - ¿Podrían las mujeres cuidar bien de las figuras que están en la caja del hombre? - ¿Quién cuida más de las personas en general (niños/as, ancianos, enfermos), los hombres o las mujeres? - ¿Qué opinan de la siguiente frase?: “las mujeres cuidan de los hijos, los hombres ayudan.” - ¿El hombre y la mujer aprenden a cuidar o sería una condición innata? - ¿Cómo se distribuyen los roles de cuidado en sus familias de origen? - ¿Qué se ha dicho en sus familias a las mujeres y a los hombres acerca de las tareas de cuidado y del hogar? - ¿Si han construido sus propias familias, cómo se distribuyen actualmente los roles de cuidado? Habla de la importancia de que los hombres se involucren en las tareas de cuidado de los hijos/as y en las tareas domésticas, y que compartan con la pareja dichas tareas de modo corresponsable, sobre todo si ambos trabajan (remuneradamente). Invítalos a experimentar gestos de cuidado con personas cercanas a ellos (hijos/as, pareja, amigos).
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 LOS DERECHOS DE LOS NNO/AS	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	✓ Que el/la joven conozca los derechos de los niños, niñas y adolescentes y como ejercerlos a través de una paternidad o maternidad responsable.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Conoce el concepto de derechos del niño, niña y adolescentes. ✓ Conoce algunos derechos de los niños, niñas y adolescentes y como ejercerlos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices por cada participante. ✓ Hojas de cartulina. ✓ Computador y parlantes. ✓ Proyector.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video "Derechos y deberes NNA". ✓ Power Point "Concepto de derechos y deberes de los NNA". ✓ Folleto de Derechos NNA. ✓ Video UNICEF. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	A fin de intencionar el abordaje de la temática propuesta, se le entrega a cada participante una cartulina, en la misma deberá dibujar o escribir algún derecho del niño o responsabilidad/deber asociado al mismo que recuerde o que haya escuchado, ya sea por terceros o en difusión en los medios de comunicación, elaborando una lluvia de ideas considerando cada una de las opiniones. Posterior a ello, el moderador presenta los conceptos de "Derechos" y "Deberes", inherentes al ser humano como sujetos de derechos a través de la proyección del video introductorio derechos y deberes NNA.
DESCRIPCIÓN	Una vez presentados los conceptos asociados a la temática a través de la exhibición del video, se proyecta el material visual a través del PPT "Concepto de derechos y deberes de los NNA", a fin de aclarar y reforzar los conceptos, destacando la importancia de comprender qué significa ser sujeto de derechos. A través de folleto de Derechos NNA, se analizara a través de la discusión en duplas, que presenten a lo menos tres ejemplos donde en la vida cotidiana no se cumplen dichos derechos, explicitando además aquellas medidas que hoy en día son empleadas frente a la vulneración de derechos de los NNA. Posteriormente se reflexiona junto a los/las jóvenes padres/madres, qué importancia tiene el conocer estos derechos, y de qué forma ellos/as podrían pedir el cumplimiento de deberes o responsabilidades a sus hijos, ya que al ser los derechos una construcción social, el aprendizaje de ellos y de las responsabilidades asociadas es responsabilidad del grupo familiar. A continuación, se presenta un video de refuerzo sobre la labor desarrollada por UNICEF sobre la protección de derechos y deberes de los NNA, a fin de reflexionar en torno a la importancia de hacer valer los derechos de cada NNA, se busca vincular hacia sus propias historias, en torno a si se respetaban sus derechos y de qué forma sus padres/madres les inculcaron las responsabilidades asociadas a los mismos.

	A partir de la temática abordada se solicita a cada participante que escriba, en la cartulina que se le entregó, cual es a su parecer el derecho más importante trabajado.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual MEST



Propiedad Intelectual MESP

MANUAL DE INTERVENCIÓN PARA LA REINSERCIÓN Y PERMANENCIA EN EL SISTEMA EDUCATIVO



ÍNDICE

Introducción	437
Módulo N° 1: “La educación en el desarrollo personal”	440
Actividad socio-educativa N° 1: Historia escolar.	442
Actividad socio-educativa N° 2: “La Historia de Fredy o Anastasia”	443
Actividad socio-educativa N° 3: “Oportunidades que brinda la educación”.	446
Actividad socio-educativa N° 4: La educación en mi proyecto de vida.	447
Módulo N° 2: “Re - incorporación al sistema educativo”	449
Actividad socio-educativa N° 1: Detección de intereses educativos.	451
Actividad socio-educativa N° 2: “Conociendo mis redes educacionales”.	452
Actividad socio-educativa N° 3: “Compromiso educativo”	454
Módulo N° 3: “Mantención en el sistema escolar”	455
Actividad socio-educativa N° 1: Seguimiento de la mantención escolar.	457
Actividad socio-educativa N° 2: Evaluación de resultados educativos.	459
Actividad socio-educativa N° 3: FODA, identificación de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas de la permanencia educacional.	460
Actividad socio-educativa N° 4: Reconociendo mis habilidades académicas.	461
Módulo N° 4: “Herramientas para favorecer la permanencia escolar”	462
Actividad socio-educativa N° 1: Adaptación a las normas escolares.	464
Actividad socio-educativa N° 2: Ansiedad ante el rendimiento escolar.	465
Actividad socio-educativa N° 3: Estrategias y hábitos de estudio.	466
Actividad socio-educativa N° 4: Estrategias para la mantención escolar.	467

INTRODUCCIÓN

Las políticas educativas implementadas en las últimas décadas en nuestro país, han contribuido a la consolidación de un sistema educativo regular o formal segregado y excluyente, no sólo entre los establecimientos sino también al interior de los mismos¹. Frente a este escenario, las posibilidades de reinserción social de los/las jóvenes infractores de ley, a través de la educación, se ven limitadas, siendo la tendencia mayor la deserción escolar, sobre todo al iniciar la enseñanza media, complejizando su trayectoria escolar y excluyéndose de un sistema educacional que no les integra.

De acuerdo a lo señalado por Baeza (2004), es importante considerar que la mayoría de los/as jóvenes al momento de ser sancionados por un delito, se encuentran fuera del sistema educativo, por diferentes razones; drogadicción, reincidencia, violencia, abandono, entre otros factores considerados de riesgo (Baeza, 2004). Los/ las jóvenes se enfrentan a factores en el medio que le son adversos e inciden en su protección y desarrollo sano, la deserción del sistema escolar es un factor de riesgo importante, que impide o trunca el desarrollo de habilidades personales, sociales e incluso cognitivas que debiese favorecer su relación con el medio social comunitario, educativo y familiar.

De esta forma, la reinserción social enfatizada básicamente en la “Educación”, es entendida como una herramienta para la promoción y desarrollo integral mediante mecanismos que coadyuvan a reparar el daño, las dificultades y riesgos que presentan los jóvenes infractores de ley y en el que requieren de una mayor atención en su problemática.

En este contexto de reinserción social, la educación es considerada y visibilizada como un eje de gran importancia en los procesos de intervención de los/las jóvenes, la que se sustenta en dos pilares:

1. Desde el punto de vista de los mandatos legales nacionales e internacionales vigentes, señalándose entre los más relevantes los siguientes:
 - La Convención Internacional de los Derechos del Niño en su artículo 28, prescribe que los Estados Parte reconocen el derecho a la educación, a fin de que se pueda ejercer progresivamente y en condiciones de igualdad de oportunidades.
 - Por su parte, el Comité de la Convención de los Derechos del Niño de Naciones Unidas, a través de su Observación General N° 10 del año 2007, sobre los derechos del niño en la justicia de menores, en el párrafo 89, establece que “todo menor en edad de escolaridad obligatoria tiene derecho a recibir una enseñanza adaptada a sus necesidades y capacidades y destinada a prepararlo para su reinserción en la sociedad. Además, siempre que sea posible, tiene derecho a recibir formación para ejercer una profesión que lo prepare para un futuro empleo”.

¹ Treviño, E.; Valenzuela, J. y Villalobos, C. (2014) **¿Se agrupa o segrega al interior de los establecimientos escolares chilenos? Segregación académica y socioeconómica al interior de la escuela**. CIAE, Universidad de Chile. Según este estudio la segregación al interior de las escuelas se concentra en la enseñanza media, donde ocurre en un 45% de los establecimientos, mientras que en educación básica se da en 30% de las escuelas. (2014: 4)

- Un hito relevante en el proceso de reforma educacional en Chile es la promulgación, el 7 de mayo de 2003, de la Reforma Constitucional que establece la enseñanza media obligatoria y gratuita, entregando al Estado la responsabilidad de garantizar el acceso a este nivel educacional para todos los chilenos hasta los 21 años de edad.
2. Enfrentar un requerimiento generalizado de necesidades educativas específicas, relacionado con que: a partir del abandono y lejanía del sistema educacional se profundiza una situación deficitaria de escolaridad, lo que restringe considerablemente el abanico de oportunidades de inserción para los/las adolescentes. Con ello, paralelamente se va agudizando la relación conflictiva de los/las adolescentes con el sistema escolar motivado por experiencias escolares traumáticas tanto de deserción escolar, continuas repitencias, maltrato cultural o educacional por parte de funcionarios de los establecimientos educacionales, como de estigmatización permanente o latente, ya que el modelo educativo actual muestra aspectos expulsivos puesto que opera con una tipología de alumno que, por su arbitrariedad, erige filtros y exigencias a las cuales no todos los estudiantes se pueden adaptar.

La salida prematura de los estudiantes del sistema educativo tradicional o la interrupción de su proceso formativo, es un problema que ha implicado la destinación de recursos e iniciativas con el propósito de generar condiciones, que permitan la reintegración al sistema formativo de los niños, niñas y adolescentes que se han retirado del sistema escolar tradicional, como las escuelas de reintegración o de segunda oportunidad, iniciativas que se encuentran siendo implementadas por Organizaciones no gubernamentales en nuestro país, como lo es el caso de la Fundación Súmate, que busca garantizar el derecho a aprender de niñas, niños y jóvenes con alto potencial de desarrollo que viven en contextos de vulnerabilidad social.

Es en este contexto, en que la falta de oportunidades de inserción escolar para la población de jóvenes infractores de ley, nuestra Institución a través de la experiencia desarrollada en diversos proyectos, ha impulsado alternativas educativas que busquen dar respuesta a las necesidades de esta población intervenida, a través de la ejecución de tres proyectos de re-escolarización y un Centro de Educación Integrada de Adultos, todos financiados por el Ministerio de Educación, los que a pesar de haber rendido importantes logros relativos a la nivelación de la Enseñanza Básica a un significativo porcentaje de jóvenes que no contaban con alternativas de reinserción en el sistema tradicional, han sido alternativas transitorias e inestables a través del tiempo, que no han logrado garantizar el acceso educativo permanente de los/las jóvenes.

La ejecución de los proyectos de re-escolarización, ha permitido a nuestros equipos profesionales analizar la efectividad de las estrategias utilizadas para la reinserción y mantenimiento escolar, las cuales han servido de base para el diseño y sistematización del presente Manual, que busca entregar una herramienta de intervención socioeducativa con aquellos jóvenes que se encuentran ingresados en un programa de medida o sanción.

Las sesiones de intervención socioeducativa que considera este ámbito, han sido elaboradas en base a los requerimientos de estándares de intervención establecidos en las orientaciones técnicas de Libertad Asistida Especial² y tras la revisión de materiales y bibliografía específica en el tema.

Este ámbito de intervención se desarrolla siguiendo una metodología modular, que comprende cuatro ejes: La educación en el desarrollo personal, re - incorporación al sistema educativo, mantención en el sistema educativo y herramientas para favorecer la permanencia escolar.

² Orientaciones técnicas de Libertad Asistida Especial, SENAME 2012.

La cantidad de talleres socioeducativos alcanzan a 15 sesiones, para ser ejecutadas con una frecuencia semanal o quincenal, según sea el caso.

Sujetos de Intervención:

El planteamiento de objetivos de intervención en este ámbito debe ser ajustado a las características y necesidades reales de el/la joven, a fin de aumentar las probabilidades de éxito en el proceso de reinserción social establecido. En este sentido, se hace necesario identificar un conjunto de requisitos para la re-incorporación al sistema escolar, tales como:

- Adolescentes atendidos en el periodo de marzo a noviembre.
- En plataforma SENAINFO Calidad Jurídica de “Condenados” (a fin de excluir los ingresos temporales y por incumplimiento).
- Jóvenes que no cuenten con escolaridad completa.
- Que el tiempo de permanencia proyectado en la sanción sea al menos de 60 días.
- En caso de encontrarse en tratamiento por consumo de drogas, que cuente con la recomendación técnica del equipo SENDA.
- Que no se encuentre desarrollando actividad remunerada en el mercado formal (acceso voluntario).
- Que cuente en su plan de intervención con objetivos asociados a la re - incorporación escolar.

De acuerdo a lo antes señalado, los objetivos de intervención propuestos en este ámbito son:

1. Que el/la joven (re)conozca la importancia de la educación en su desarrollo personal.
2. Que el/la joven se (re) integre al sistema de educación.
3. Que el/la joven cuente con herramientas para su mantención escolar.
4. Que el/la joven desarrolle herramientas que favorezcan su permanencia en el sistema escolar.

MÓDULO N° 1

“LA EDUCACIÓN EN EL DESARROLLO PERSONAL”



OBJETIVO

1. Que el/la joven (re)conozca la importancia de la educación en su desarrollo personal

Los/las niños/as incorporan desde su niñez hasta la adolescencia una serie de aprendizajes sociales y culturales, que van configurando su identidad. Durante este proceso, uno de los aspectos que puede contribuir de manera significativa al desarrollo es el proceso de interacción con el sistema educativo. De tal manera, la escuela se convierte en un elemento esencial y preponderante de desarrollo en la vida del adolescente.

Sin embargo, cuando el sistema escolar se ve enfrentado con variables complejas y/o disruptivas por parte del joven, tiende a la expulsión o exclusión. Por lo mismo, la disyuntiva es cómo poder incluir a jóvenes que en cierto modo llevan consigo un estigma social por las conductas o valores antisociales adquiridos a través de la socialización e interacción de grupos de riesgo.

Es así, que al iniciar un proceso de intervención con el/la joven, surgen algunas características que deberán ser potenciadas o controladas como por ejemplo; la motivación que siempre se encontrará lábil bajo cualquier circunstancia y la tolerancia a la frustración ante situaciones complejas que se presenten.

Otro de los factores que se ha observado es el emocional, que se relaciona directamente con fracasos educativos y a deserción escolar, producto de un sistema educativo que no supo y no pudo proteger a un adolescente dañado en diversos ámbitos.

En tanto, la necesidad de intervención radica en primer lugar a reparar el daño que el joven ha sufrido en su vida, en un sentido profundo del trabajo día a día, transformándose en un proceso de aprendizaje lento y difícil de llevar a cabo, que debe ser constante y con alto compromiso por parte de cada uno de los profesionales que conforman los equipos de intervención.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 1 "HISTORIA ESCOLAR"	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique episodios positivos en su historia educacional.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce experiencias positivas en su historia educacional.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Tijeras. ✓ Pegamento o pegote. ✓ Cartulina o papelógrafo.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos con tarjetas de imágenes. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes al taller y se invitan a participar en una dinámica grupal de presentación "Caramelo" (sugerida en material de apoyo). Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Reconocer experiencias en la historia educacional" Se busca con esta actividad, la toma de conciencia de situaciones simplemente vividas y no analizadas, dándole un sentido de reconstrucción a la biografía escolar y una nueva forma de verse a sí mismo, entendiendo que la valoración de lo ocurrido, también afecta a nuestro futuro.
DESCRIPCIÓN	A continuación se invita a el/la joven a concentrarse en su etapa escolar y recordar aquellas experiencias positivas al asistir al establecimiento educacional (que recuerde a sus compañeros, sala de clases, profesores, etc.) Se puede utilizar música de fondo que ayude a la reflexión. Luego se entrega a el/la joven los materiales de trabajo (tijeras y pegote) y la hoja de recursos con tarjetas de imágenes que representan diversas experiencias positivas del ámbito escolar, invitándole a que elija aquellas más significativas en su paso por el sistema educativo. En un segundo momento (si el caso lo amerita) se solicita a el/la joven que reflexione sobre los motivos o razones concretas que motivaron su deserción o expulsión escolar, a partir de su experiencia (¿Por qué fue expulsado o salió de la escuela?, ¿Cuánto tiempo lleva fuera?, ¿qué competencias adquirió y conserva?, ¿cuál es su historia particular?, etc.). Se finaliza la actividad realizando un plenario por todos los participantes, donde cada uno exponga su reflexión en relación a las tarjetas escogidas (pegar en cartulina o papelógrafo), de tal forma de generar una re-significación positiva de su paso por el sistema escolar, y de la contribución en su desarrollo personal.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se expone cartulina utilizada para el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 “LA HISTORIA DE FREDDY O ANASTASIA”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca elementos de superación personal a través de la educación.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica elementos de superación personal a través de la educación.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Pegamento en barra.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos historia de Freddy y Anastasia. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar. “Identificar elementos de superación personal a través de la educación” Se introduce el tema señalando que: “Muchas veces no valoramos en el momento oportuno el realizar ciertas cosas y que luego con el paso del tiempo, comprendemos lo importante que son para nuestro desarrollo personal” Se realiza la pregunta ¿cuál es el significado del refrán, “no dejes para mañana, lo que puedes hacer hoy”? Complementar las respuestas de los participantes, con la interpretación del refrán: “No es conveniente dejar para otro día lo que bien podemos empezar a hacer hoy. Para mañana no sabemos que nos depara el día”. “Si tienes un deber entre manos, y tienes el tiempo y las condiciones para iniciarlo hoy mismo, energiza tu voluntad y manos a la obra”.
DESCRIPCIÓN	En base a lo anterior se invita a el/la joven a que escuche la historia de Freddy o Anastasia (dependiendo del sexo de los participantes, si es un grupo mixto, elegir de acuerdo a la mayor representación): <u>Historia de Freddy</u> Fredy era un joven de 18 años de edad, el vivía en una ciudad llamada Constantín junto a su familia, el joven había dejado de estudiar a los 12 años, ya que se aburría de estar en la sala de clases, pues prefería estar jugando con sus amigos o quedarse en casa durmiendo, su madre quien mucho le había insistido, estaba muy enferma, debiendo trabajar largas horas para llevar el sustento al hogar, constantemente le decía “hijo mío, cuándo comprenderás lo importante que es estudiar” - “algún día”, respondía Freddy. El tiempo pasó y la madre de Freddy se sentía cada vez más enferma, hasta que sus fuerzas se agotaron y ya no pudo trabajar más. Frente a esta situación Fredy decidió que tenía que buscar trabajo para poder ayudar en su hogar. Se levantó animoso y salió en la búsqueda, pero a medida que se entrevistaba con los dueños y jefes de empresas y éstos le preguntaban su escolaridad, se daba cuenta lo importante que era tener estudios. Al llegar a casa su madre le preguntó ¿hijo cómo te fue? el joven agachó la cabeza y le dijo: “mal madre, ahora entiendo lo que me decías”, la madre se

acercó y le dijo “hijo nunca es tarde, si dejas pasar más tiempo será aun peor, porque con el paso del tiempo se sumará a la falta de estudios la edad, aprovecha que tienes la juventud y termina tus estudios, por hora nos arreglamos con lo que tenemos pero más adelante verás los frutos”.

El joven esa noche pensó en lo que le dijo su madre, al otro día se levantó muy animoso y su búsqueda esta vez fue de un establecimiento donde continuar con sus estudios. En la tarde volvió a casa contento para comunicarle a su madre la noticia “mamá me matriculé, voy estudiar”, su madre estaba muy feliz. Con el tiempo Fredy se había acostumbrado a ir al colegio y aunque en un principio le costó, con la ayuda de sus profesores y su perseverancia, logró finalizar sus estudios, el día de su licenciatura estaba feliz y su madre, amigos y cercanos estaban muy orgullosos de él.

Con sus estudios finalizados se fue a buscar trabajo, lo llamaron a entrevista de varias partes, y decidió entrar en una fábrica de chocolates, allí trabaja hasta el día de hoy, pudiendo ayudar a su familia, viendo la sonrisa de su madre y sintiéndose orgulloso por lo que logró con su esfuerzo.

Historia de Anastasia

Anastasia era una joven de 17 años de edad, vivía en una ciudad llamada Constantín junto a su familia, la joven había dejado de estudiar a los 15 años, ya que luego de quedar embarazada se había dedicado al cuidado de su hijo y a las labores del hogar. Con el tiempo Anastasia fue sintiendo la inquietud de poder buscar un trabajo que le permitiera un mejor bienestar y mayores herramientas para la educación de su hijo.

La joven sentía que no podía realizar ambas cosas, le parecía difícil poder ser madre y estudiante a la vez, y sentía miedo de enfrentar la situación, aun cuando sabía que si continuaba con sus estudios podía optar a una vida mejor.

Un día conversando con una amiga, le expresó su intención de continuar con sus estudios, sin embargo, pensaba que no lo podía hacer, ya que debía cuidar de su hijo. Su amiga le mencionó que existían diferentes formas de continuar con sus estudios le dijo “Amiga, debes pensar en tu futuro y tu hijo, el sacrificio que hagas hoy valdrá la pena, te lo aseguro...mira podemos buscar un jardín para tu hijo, o ver si algún familiar te lo cuida mientras vas a clases, puedes ir a clases los sábados o los días de semana en las tardes...”.

Anastasia reflexionó lo que podría hacer, hasta que se decidió a realizar las consultas de las posibilidades para continuar con sus estudios, así se dio cuenta que existía la modalidad de estudios de 2x1 y que podía asistir durante las mañanas. Comenzó a buscar un jardín para su hijo y encontró uno en que el niño podía hacer diversas actividades y lo cuidaban desde la mañana hasta la tarde.

Durante el tiempo de estudios, Anastasia, asistía a clases y en algunas ocasiones realizaba trabajos en las tardes que le permitía generar ingresos para sus gastos y de su hijo. También se enteró de la realización de cursos en peluquería, manipulación de alimentos, entre otros, que le llamaron la atención.

Anastasia estaba contenta porque había retomado sus estudios, recordó que antes no tenía malas calificaciones, a pesar de dedicar poco tiempo al estudio. Así paso el tiempo y logró finalizar sus estudios, se sentía orgullosa de lo que había logrado con su esfuerzo, dedicación y preocupación por el futuro de su hijo, el cual la miraba con una sonrisa radiante cada vez que lo iba a dejar y buscar al jardín.

Entonces pensó que todo el esfuerzo y el sacrificio valió la pena, ahora podía buscar un mejor empleo, brindarle una mejor vida a su hijo y que éste se sintiera orgulloso por su esfuerzo.

	Al finalizar el cuento cada participante trabaja en forma individual la hoja de recursos, con pauta de preguntas para una reflexión personal respecto de la importancia de continuar los estudios: <u>Pauta de Preguntas de la historia de Freddy</u> 1.- ¿Qué te pareció la historia de Freddy? 2.- ¿Cuál era su principal problema para encontrar trabajo? 3.- ¿Por qué entendió Freddy la importancia de estudiar? 4.- ¿Qué le decía la mamá a Freddy, respecto de los estudios? 5.- ¿Cómo se sentía Freddy, cuando termino sus estudios? 6.- ¿Cómo se sentía la familia de Freddy cuando termino sus estudios? 7.- ¿Qué pasó después de que Freddy finalizó sus estudios? 8.- ¿Que te impide continuar con tus estudios? 9.- ¿Cómo contarías la historia (como cuento) de tus estudios? ¿Cuál sería el final? <u>Pauta de Preguntas de la historia Anastasia</u> 1.- ¿Qué te pareció el cuento de Anastasia? 2.- ¿Qué motivo a Anastasia a continuar con sus estudios? 3.- ¿Por qué Anastasia sentía temor de continuar con sus estudios? 4.- ¿Qué acciones hizo Anastasia para poder estudiar? 5.- ¿Qué logro Anastasia con continuar sus estudios? 6.- ¿En qué se parece tu historia a la de Anastasia? 7.- ¿Cómo quieres que termine tu historia, en relación a los estudios? ¿Qué tienes que hacer para eso? Finalmente se realiza un plenario leyendo cada pregunta en voz alta e invitando a los participantes a compartir sus respuestas en forma voluntaria.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 “OPORTUNIDADES QUE BRINDA LA EDUCACIÓN”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique y reflexione sobre las oportunidades que le puede brindar la educación.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica oportunidades de contar con educación. ✓ Joven desarrolla actividades de reflexión en torno a las oportunidades que entrega la educación.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Pegote . ✓ Tijeras. ✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos. ✓ Video “motivación para el estudio”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar las oportunidades que puede brindar la educación” Se introduce la actividad “invitando a reflexionar sobre las oportunidades que se pueden presentar cuando se cuenta con alguna profesión u oficio, que será nuestra arma para abrirnos paso en la sociedad, para salir adelante y lograr todas nuestras metas, nuestros ideales y vivir de una manera sin limitaciones de lo que vayamos a obtener con nuestro trabajo”. Se realiza la pregunta: ¿Cuál es el significado del refrán, “a quien madruga Dios le ayuda”? Complementar las respuestas de los participantes, con la interpretación del refrán: “Quien pone una idea o una actividad a funcionar adelantándose a otros, lleva ya una gran ventaja”. “Cuando tengas una nueva y buena idea, revisala bien, y no tardes en ponerla en funcionamiento”.
DESCRIPCIÓN	Se hace entrega a el/la joven de los materiales de trabajo (tijeras y pegote) y la hoja de recursos. Se indica a los participantes que se entregará una serie de láminas con diferentes opiniones respecto de beneficios que puede brindarle el finalizar sus estudios. Se solicita que indique si se siente de acuerdo o en desacuerdo con las opiniones y las pegue en la columna que corresponda en la hoja de recursos, argumentando el porqué. Posteriormente se realiza un plenario donde cada participante pueda expresar sus opiniones libremente. Se finaliza la actividad con la exhibición del video “motivación para el estudio”.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 4 “LA EDUCACIÓN EN MI PROYECTO DE VIDA”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven logre construir un proyecto de vida con un componente educativo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven elabora un proyecto de vida educativo. ✓ Joven establece objetivos y metas a cumplir en un plazo de seis a doce meses.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point “establecimiento de metas”. ✓ Power point “pasos para alcanzar metas”. ✓ Hoja de recursos “proyecto educacional”. ✓ Hoja de recursos “establecimiento de metas”. ✓ Video de reflexión “Rocky Balboa”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “La educación como parte del Proyecto de vida” Se busca con esta actividad motivar a los/las jóvenes a plantearse objetivos para su vida que puedan lograr a través de la educación, además de generar en conjunto metas a corto plazo que puedan cumplirse dentro de su permanencia en el programa y que motiven a el/la joven a lograr sus objetivos a largo plazo. Se introduce la actividad invitando a el/la joven a soñar indicando que: “La mayoría de las personas tienen sueños o metas que cumplir acerca de su vida (completar los estudios, conseguir un buen trabajo, una familia, etc.). Se hace hincapié en que “algunas personas lo logran y otras no”. Lo que hace la diferencia entre unas y otras es lo que hacemos en la actualidad para lograr esos sueños, el esfuerzo que dedicamos a ello y la perseverancia en el tiempo”.
ACTIVIDAD	Se invita a los participantes a revisar un power point explicativo sobre la importancia del establecimiento de metas. En base a lo anterior se invita a el/la joven a que pueda reflexionar sobre las siguientes preguntas: ¿Sabes con claridad, hacia dónde te diriges? ¿Hacia dónde te quieres dirigir? ¿O vas simplemente por el camino que marca la sociedad en la que vives, reaccionando y actuando de acuerdo a lo que se te presenta? Se le hace entrega de la hoja de recursos, donde anotará sus respuestas y se realizará un plenario para compartir las reflexiones de los participantes. En un segundo momento se invita a los participantes a revisar un power point explicativo sobre la elaboración de un proyecto de vida, donde se plantean las principales interrogantes a las cuales se debe dar respuesta, antes de planificar objetivos y metas a alcanzar.

A continuación, se invita a el/la joven a completar la hoja de recursos, con aquellos objetivos que desea lograr en un plazo de cinco años y que se relacionen en mayor o menor medida con su educación. Estos objetivos pueden ser amplios como por ejemplo “titularme como soldador calificado” o específicos “finalizar la Enseñanza Media”.

Pueden incluso ser objetivos abstractos, como por ejemplo “mejorar mi relación con los profesores”, pero deben ser traducibles en metas a corto plazo cuantificables y observables.

Un elemento a desarrollar para cada objetivo corresponde a una estrategia que diseñen el/la joven en conjunto con el/la profesional para la consecución de las metas propuestas.

A continuación se presenta un ejemplo de la actividad completa:

Objetivos a largo plazo (5 años)	Metas a los seis meses	Metas a los doce meses	Estrategia(s)
Ser profesional en lo que me gusta, como soldador calificado.	Reingresar a estudiar en 1º ciclo Medio.	Pasar de curso a 2º ciclo Medio.	Asistir a clases todos los días, estudiar y mejorar mi conducta.

Finalmente se invita a los participantes a un plenario, donde puedan compartir sus objetivos y metas propuestos a alcanzar.

Se finaliza la actividad con la exhibición de un video motivacional “Reflexión de Rocky Balboa”.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

MÓDULO N° 2

"RE-INCORPORACIÓN AL SISTEMA EDUCATIVO"



OBJETIVO

1. Que el/la joven se (re) integre al sistema de educación

La generación de alternativas de reinserción educativa requiere de un proceso de apoyo permanente a los/ las jóvenes del Programa, que permita favorecer una recuperación de expectativas de integración y al mismo tiempo que revierta los daños asociados a los procesos de desescolarización en sus construcciones de identidad y sus manifestaciones comportamentales. Para ello, resulta importante que la escuela -así como otras alternativas educativas- pueda ser resignificada como una oportunidad para el desarrollo.

En aquellos casos de deserción prolongada y marginación escolar, se debe tener claro que el/la joven no puede volver al sistema formal de enseñanza que no le sirvió en su oportunidad y en la cual ha fracasado en su rol de alumno. Además, en la que se le ha “marcado” negativamente como persona. Necesita una escuela o programa reeducativo que tenga relación con sus características y se ocupe de sus condiciones de educabilidad, de “legítimo aprendiz”, acorde con un desarrollo de competencias en base a las destrezas que posee. Asimismo, constituir espacios en los cuales el joven vivencie otros aprendizajes, que sean exitosos y le permitan adquirir confianza e interés en aprender³.

En la actualidad existen tres modalidades de educación para quienes han abandonado el sistema escolar formal, o se encuentran en riesgo inminente de hacerlo, la Modalidad Regular de educación de adultos (CEIA), Modalidad Flexible de Nivelación de Estudios (MFNE) y los Proyectos de Reinserción, implementados por instituciones ejecutoras públicas y/o privadas sin fines de lucro (Fundaciones, Corporaciones, Departamentos Municipales, ONG, entre otras).

³ Tsukame Sáez, A. (2010) **Deserción escolar, reinserción educativa y control social del delito adolescente**. Revista de la Academia n°15, disponible en: <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/82/articulo2.pdf;jsessionid=7111ED0C502BD8A-4F8772B198D63B839?sequence=4>

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 “DETECCIÓN DE INTERESES EDUCATIVOS”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique sus necesidades educativas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica sus necesidades educativas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos, cuestionario escolar. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar las necesidades educativas” Se introduce la actividad invitando a el/la joven a reflexionar sobre lo siguiente: “Un compromiso es invisible, pero uno sabe cuándo existe, ya que las personas se comprometen con una meta personal en la medida que realmente creen que es importante para ellos mismos. Implica tener las ideas claras de lo que se quiere, y tener un plan para ejecutarlo, y por supuesto seguirlo sin abandonar en el intento. Nos impulsa a desafiar nuestros propios límites, a tomar riesgos y a seguir, finalmente, a nuestro corazón.
DESCRIPCIÓN	La actividad contempla las siguientes etapas: 1. Recopilar documentos escolares: Certificado escolar ultimo aprobado y/o ultimo año cursado, informe de personalidad y certificado de nacimiento para matrícula. 2. Aplicar cuestionario escolar, con fines de detectar necesidades educativas (Hoja de recursos). 3. Retroalimentación a el/la joven sobre los resultados obtenidos, indicando el nivel educativo en el cual se encuentra, asociado a sus características y necesidades actuales en el ámbito educativo. 4. Se finaliza la actividad preguntando a el/la joven su interés por reinserirse al sistema educativo. 5. En caso que la respuesta sea afirmativa se deben continuar las intervenciones con actividades destinadas a la reinserción y en caso que sea negativa o dudosa se debe continuar con intervenciones motivacionales.
EVALUACIÓN	Se solicita a el/la joven que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a el/la joven su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 "CONOCIENDO MIS REDES EDUCACIONALES"	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca sus redes educacionales.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica oferta educacional acorde a sus necesidades.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video "frases de motivación para aquel que tiene el alma de campeón". ✓ Power point: "Yo conozco, Yo elijo". ✓ Hoja de recursos, mapa de oferta educativa. ✓ Dúptico Informativo (Elaborado por cada programa en relación a la territorialidad y oferta educacional existente vigente y actualizada. Debe contener las unidades educativas, metodología, horarios de atención, dirección, teléfono). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se da la bienvenida a los participantes al taller y se invitan a participar en una dinámica grupal de presentación "La telaraña" (sugerida en material de apoyo). Se continua presentando el tema que se va a trabajar: "Identificar la oferta escolar existente" Se introduce la actividad invitando a el/la joven a reflexionar que para tomar una decisión se requiere estar bien informado a fin de elegir la mejor opción educativa que se ajuste a sus necesidades e intereses de forma tal que no deserte del sistema educacional por factores que dependen de una adecuada elección. Se refuerza a el/la joven su intención por continuar sus estudios. Se exhibe un video motivacional "frases de motivación para aquél que tiene el alma de campeón".
DESCRIPCIÓN	Posteriormente se informa a el/la joven que existen distintas maneras de continuar los estudios lo cual dependerá de sus intereses y necesidades, a fin de que elija la opción que más se ajuste a sus características. Primero se explican las distintas modalidades de educación existente, formal y flexible. Aclarando que la primera de éstas es la incorporación en un establecimiento educacional, en el cual se usa uniforme, recreos, etc., como en el que seguramente estuvo con anterioridad. Luego se informa respecto de las posibilidades en educación flexible; dentro de las cuales se encuentra la preparación para la rendición de exámenes libres, ya sea a través de instituciones de la comuna o proyecto de la institución (si corresponde), además de la incorporación en Centros de educación para adultos (CEIA), en las que puede cursar dos niveles en uno. Para otorgar la información se debe tener en cuenta la oferta disponible en la comuna de la o el joven. Se presenta power point, que contemple las distintas modalidades de educación, además de hacer entrega del dúptico informativo.

	Una vez que el/la joven posee un conocimiento respecto de la oferta de educación disponible en su comuna, se le invita a realizar un mapa de oferta educativa (hoja de recursos), en el que señale su casa y los puntos de unidades educativas de mayor interés a fin de tomar la mejor decisión (considerar diversos aspectos, como actividad desarrollada, años de desfase escolar, dificultades de aprendizaje, adaptación a normas, disponibilidad horaria, traslado, recursos económicos, entre otros)
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual ME



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3 "COMPROMISO EDUCATIVO"	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven se incorpore al sistema educativo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven se incorpora al sistema educativo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Mapa de oferta educativa (elaborado en sesión anterior). ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Hoja de recursos: "Compromiso educativo". ✓ Ficha de seguimiento escolar mensual. ✓ Video motivacional: "¿Por qué nos caemos?" ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Establecimiento de compromiso educativo" Se introduce la actividad reforzando la decisión de el/los joven/es de reinserirse en alguna modalidad de educación, para la continuidad de sus estudios.
DESCRIPCIÓN	Posteriormente en torno al mapa de ofertas educativas, realizada con el o la joven en la sesión anterior, se invita a manifestar aquellas de su principal interés, en cuanto a la modalidad y centro educativo escogido. Posteriormente se debe completar el documento de "compromiso educativo" en que se debe incorporar la elección de establecimiento o programa educativo. Este documento deberá ser firmado por el/la joven y su adulto responsable (si corresponde), el que será citado a fin de motivar su apoyo, refuerzo y monitoreo permanente del proceso educativo. En esta instancia se definen y establecen además las acciones de seguimiento y monitoreo que desarrollará el programa con una frecuencia mensual a fin de conocer aspectos de su comportamiento, asistencia y rendimiento académico. Se finaliza la actividad exhibiendo el video motivacional "por qué nos caemos".
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

MÓDULO N° 3

“MANTENCIÓN EN EL SISTEMA ESCOLAR”



OBJETIVO

1. Que el/la joven cuente con herramientas para su mantención escolar”.

El principal objetivo de este módulo es contribuir a la permanencia y finalización del sistema escolar de los/las jóvenes estudiantes en riesgo de deserción escolar, a través del acompañamiento y apoyo psicosocial permanente, que desarrolle habilidades socioeducativas, promueva prácticas protectoras en los establecimientos y active redes territoriales.

Se busca por medio de la intervención generar condiciones que permitan a los/las jóvenes motivarse por mantenerse insertos en el sistema escolar y validarse como legítimos estudiantes, capaces de logros educativos.

Por lo tanto, la motivación es considerada como una estrategia transversal de intervención con el/la joven, a través de la cual se busca movilizarlo en una dirección y con una finalidad determinada; “es la disposición al esfuerzo mantenido por conseguir una meta”. Constituye, por tanto, un factor que condiciona la capacidad para aprender y mantenerse inserto en el sistema educativo.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 “SEGUIMIENTO DE LA MANTENCIÓN ESCOLAR”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven se mantenga inserto en el sistema escolar.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Adolescente se mantiene inserto en un establecimiento escolar formal/flexible.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Ficha de seguimiento escolar (mensual). ✓ Calendario mensual. ✓ Video motivacional: “Nunca te rindas”. ✓ Hoja de recursos: “Seguimiento de la mantención escolar”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Realizar seguimiento de la mantención escolar” Se comienza la sesión señalándole a el/la joven la importancia de evaluar constantemente nuestros avances, ya que a medida que trabajamos en una meta ésta puede cambiar o podemos darnos cuenta que los pasos que pensábamos dar, no son los más adecuados, por lo cual estamos a tiempo de corregir todas las veces que sea necesario.
DESCRIPCIÓN	Se recordará al joven el “compromiso educativo” adquirido por cada una de las partes involucradas: <u>Delegado</u>: Mensualmente realizará una coordinación con establecimiento/programa educativo, con fines de seguimiento para la mantención. Instancia en la cual se completará una ficha de seguimiento escolar que incluye reporte de asistencia, conducta y rendimiento. Ficha que será revisada y completada (antecedentes) junto a el/la joven. <u>Adulto responsable</u> (si corresponde): Aportará mensualmente información relativa al cumplimiento de el/la joven de sus compromisos educativos, relacionados con asistencia, conducta y rendimiento, así como también, se realizará una intervención relevando su rol de apoyo y acompañamiento en este proceso. <u>Joven</u>: Auto reporte mensual que incluirá información relativa al avance obtenido en las metas propuestas en el ámbito educativo, analizando cada uno de los compromisos establecidos en su plan de trabajo. Mensualmente se hará entrega a el/la joven de un calendario del mes en curso, en el cual se marcan los días que deberá asistir a clases. Se orientará a colocarlo en un lugar visible de su hogar a fin de recordar y planificar sus actividades diarias. Posteriormente se invita a el/la joven a ver un video motivacional relacionado con la temática, llamado “nunca te rindas”.

	Se inicia una reflexión posterior, en torno a las preguntas: 1. ¿Qué motivaba al joven a seguir adelante? 2. ¿Que creía que le iban a hacer los lobos? 3. ¿Qué sucede cuando algo que creíamos una amenaza (programa, horarios de clases, familia, etc.) finalmente nos ayuda a continuar hacia nuestras metas? 4. ¿Qué crees que pasó con el joven después? Se finaliza utilizando la hoja de recursos que contiene las enseñanzas que se pueden extraer del video.
EVALUACIÓN	Se solicita al participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a el/la joven su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 “EVALUACIÓN DE RESULTADOS EDUCATIVOS”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven logre evaluar sistemáticamente sus resultados educativos.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven evalúa sistemáticamente sus resultados educativos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Ficha mensual de seguimiento escolar. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Evaluar los resultados educativos” Se comienza la actividad señalándole a el/la joven la importancia de evaluar constantemente nuestros avances ya que a medida que trabajamos en una meta, ésta puede cambiar o podemos darnos cuenta que los pasos que pensábamos dar, no son los más adecuados, por lo cual estamos a tiempo de corregir todas las veces que sea necesario.
DESCRIPCIÓN	Mensualmente se realizará una intervención con fines de seguimiento y apoyo de la mantención escolar. El profesional guiará la intervención a través de la retroalimentación y análisis junto a el/la joven de los resultados obtenidos durante el período de 1 mes o según se requiera, en el área educativa a través de las siguientes fuentes de información: a) Resultados de reporte mensual de establecimiento/programa educativo, sistematizado en ficha de seguimiento escolar que incluye reporte de asistencia, conducta y rendimiento. b) Reporte mensual de adulto responsable (si corresponde) en relación a cumplimiento de asistencia a clases, adaptación a normas y rendimiento. c) Auto reporte de el/la joven, quien informará desde su visión el grado de cumplimiento de los compromisos adquiridos y el grado de avance de las metas propuestas. Posteriormente se realizará una evaluación final del grado de avance de las metas propuestas y establecimiento de acuerdos y compromisos para el próximo mes.
EVALUACIÓN	Se solicita a el/la participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a el/la joven su participación y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA Nº 3
“FODA, IDENTIFICACIÓN DE FORTALEZAS, DEBILIDADES, OPORTUNIDADES
Y AMENAZAS DE LA PERMANENCIA ESCOLAR”

OBJETIVO	✓ Que el/la joven, sea capaz de identificar fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades de su permanencia educacional.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica las debilidades, amenazas y oportunidades de su permanencia educacional.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point: “Análisis FODA”. ✓ Hoja de recursos: “Análisis FODA”. ✓ Video: “Vive el aquí y el ahora”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas de la permanencia escolar” Se comienza la sesión señalándole al/la joven que se trabajará en torno al reconocimiento de diferentes aspectos que pudieren influir en el logro de sus metas escolares.
DESCRIPCIÓN	Se introduce la actividad presentando el power point “Análisis FODA” a fin de introducir el tema y entregar los elementos teóricos para una mayor comprensión de los contenidos que se trabajarán. Posteriormente se hace entrega de la hoja de recursos para realizar el ejercicio de análisis FODA, relacionado con la permanencia de el/la joven en el sistema educativo. Una vez que el/la joven contesta las preguntas y completa la tabla se realiza una retroalimentación en torno a aquellos aspectos obstaculizadores que pudieran ser trabajados en conjunto con el programa y aquellos que son de responsabilidad más individual. Dependiendo del tiempo que haya tomado la realización de la actividad se exhibirá video de refuerzo, “vive el aquí y el ahora”.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 “RECONOCIENDO MIS HABILIDADES ACADÉMICAS”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca sus habilidades académicas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica sus habilidades académicas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point: “habilidades escolares”. ✓ Hoja de recursos: “listado de habilidades para estudiar”. ✓ Video: “La persona más importante del mundo”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Reconocer las habilidades académicas” Se comienza la sesión señalándole a el/la joven que se trabajará en torno al reconocimiento de diferentes aspectos que pudieren influir en el logro de sus metas escolares. Se les plantea la siguiente pregunta para iniciar el proceso de reflexión: ¿Qué es una habilidad personal?
ACTIVIDAD	Para este ejercicio, es importante que el/la joven, como protagonista de su vida, sea capaz junto con su delegado/a de identificar sus habilidades como estudiante. Se revisa el power point “habilidades escolares”, posteriormente se invita a el/la joven a recordar su historia escolar y a reconocer aquellas habilidades que están presentes en él/ella, se entrega la hoja de recursos y se responde afirmativa o negativamente. El profesional debe apoyar y orientar las respuestas ya que algunos jóvenes no logran reconocer la habilidad dentro de sus características personales. Se busca que el/la joven, opine respecto de la habilidad seleccionada, qué cree que significa, cómo la observa aplicada en él/ella, por qué cree tenerla o no, qué tendría que hacer para adquirirla. La intención es que el/la joven quede con una sensación de estar en condiciones de desarrollar aquellas que verbaliza no tener o de asumir aquellas presentes que no han sido reconocidas. Dependiendo del tiempo que haya tomado realizar la actividad se exhibirá el video de refuerzo “la persona más importante del mundo”.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

MÓDULO N° 4

"HERRAMIENTAS PARA FAVORECER LA PERMANENCIA ESCOLAR"



OBJETIVO

Que el/la joven desarrolle herramientas que favorezcan su permanencia en el sistema escolar.

Favorecer la permanencia escolar de aquellos jóvenes que han sido reinsertados al sistema de educación, posterior a un proceso de reparación de daño y desarrollo motivacional, es sin duda un gran y difícil desafío, que dentro de un proceso de intervención debe identificar en primer lugar aquellos factores de riesgo de deserción escolar que se encuentren presentes y puedan ser disminuidos para evitar una nueva deserción.

A continuación se presentan los principales factores de riesgo que pueden estar presentes y poner en riesgo la mantención escolar, los cuales pueden ser intervenidos junto a el/la joven en la ejecución de este módulo:

1. Las actitudes de rechazo hacia el proceso educativo (profesores y estudio): Se puede producir por una deficiente relación entre profesores y alumnos, especialmente por los imaginarios sociales que han construido donde el/la estudiante es etiquetado como “un fracasado e incapaz de estudiar”, por lo que tenderá a abandonar su formación para conformarse con un trabajo modesto”, lo que en general suele ser acumulativo y se configura en los/las jóvenes como una estigmatizante experiencia de fracaso social y escolar. Lo anterior incide en que estos/as estudiantes tengan sentimientos de rechazo hacia la figura del profesor y sentimientos de frustración al no lograr un nivel adecuado en la comprensión de los contenidos teórico-conceptuales.

Como un factor relevante en este punto se encuentra la adaptación de el/la joven al sistema normativo escolar a través del conocimiento y respeto de las reglas de convivencia escolar, que permita su integración social como miembro de una comunidad educativa basada en valores. En este aspecto se deben resaltar sus deberes como estudiante, siendo en primer lugar un compromiso que debe cumplir sin necesitar el refuerzo y orientación constante de otra persona. A través de los deberes, podrá desarrollar habilidades como la organización, la precisión, la disciplina y el compromiso.

2. Carencia de medios para la educación: Se entiende a partir de situaciones de vulnerabilidad económica, así como las posibles problemáticas a nivel de funcionamiento familiar, destacándose las deficiencias en lo referente a las estructuras de reglas y apoyo y la presencia de violencia física y verbal, lo que con base en lo antes mencionado se conforma como un factor de riesgo para la deserción de los estudiantes.

3. Deficientes habilidades en técnicas y hábitos de estudio: Dentro de los factores relevantes que inciden en el fracaso escolar se encuentran factores como el déficit cognitivo, trastornos específicos del aprendizaje y carencia de técnicas y hábitos de estudios. Por lo tanto, la intervención debe apuntar a la entrega y puesta en práctica de técnicas y herramientas de estudio, que ayuden al/la joven a lograr un mayor sentido de eficiencia, lo que contribuirá a aumentar su seguridad y confianza, pudiendo alcanzar mayores niveles de satisfacción. En aquellos casos que presenten déficit cognitivo o trastorno específico del aprendizaje, se debe facilitar su acceso a una atención o tratamiento especializado.

4. Estilo de vida y riesgo de consumo de sustancias: Este es un factor que debe ser atendido en forma prioritaria, ya que a partir del deterioro de la salud física y mental, y la posibilidad de consumo de sustancias, es muy probable que los/las estudiantes desertan, por lo que habría que desarrollar estrategias en torno al mejoramiento del estilo de vida, la generación de alternativas para el manejo y aprovechamiento del tiempo libre, el desarrollo de habilidades asertivas para disminuir la influencia de grupos de pares que pudieran resultar nocivos, la mejora y el fortalecimiento del clima y las relaciones sociales.

Otro elemento a considerar es la presencia de riesgo de desarrollar trastornos psiquiátricos, debiendo en estos casos realizar intervenciones de gestión de redes, para la apertura de instancias pertinentes que brinden a los/las jóvenes el tratamiento necesario para la recuperación de sus estados psicoafectivos.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 1 “ADAPTACIÓN A LAS NORMAS ESCOLARES”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca las normas escolares y las consecuencias de su incumplimiento.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce las normas escolares y las consecuencias de su incumplimiento.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point: “Convivencia escolar”. ✓ Hoja de recursos: “Mi Establecimiento Educacional”. ✓ Video: “El chavo del 8, la violencia nunca es buena”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Cumplimiento de la normativa escolar” Se comienza la sesión señalándole a los/las jóvenes que en todos los espacios de participación (trabajo, familia, grupo de amigos, etc.), existen normas y límites que facilitan el normal funcionamiento de la sociedad y cumplimiento de metas individuales y colectivas. Siendo importante para cada uno conocerlas y respetarlas, para que se conviertan en un punto facilitador de nuestro camino al éxito.
DESCRIPCIÓN	Se inicia la actividad exhibiendo el power point “convivencia escolar” a fin de apoyar los contenidos que serán trabajados posteriormente. Se hace entrega a los/las jóvenes la hoja de recursos “Mi Establecimiento Educacional”. Se completa en conjunto con el/la joven, indistintamente si rendirá exámenes libres o se encuentra inserto en un sistema formal de educación. El profesional debe conocer con anticipación las materias o exámenes que deberá rendir el/la adolescente con el fin de reforzar aquellas que se le olviden o desconozca. Se debe centrar el análisis en el reglamento de convivencia escolar, que cada establecimiento tiene para regular el respeto de normas y mantener una buena convivencia. Además debe manejar aquellos aspectos básicos de convivencia escolar (amistad, solidaridad, responsabilidad, compromiso, honestidad, perseverancia, generosidad, respeto y tolerancia). Dependiendo del tiempo que haya tomado realizar la actividad se emitirá video de refuerzo, “El chavo del 8, la violencia nunca es buena”. ¿Qué lección nos deja este video, en cuanto a la mejor forma de resolver las dificultades entre los estudiantes?
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 2 “ANSIEDAD ANTE EL RENDIMIENTO ESCOLAR”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca estrategias para disminuir la ansiedad generada por el contexto educacional.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce estrategias para enfrentar la ansiedad producida por el contexto educativo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video: “Ansiedad en adolescentes”. ✓ Video: “Ansiedad ante exámenes”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Herramientas para enfrentar la ansiedad educativa” Se introduce el tema señalando que: Una de las estrategias que puede ser utilizada para favorecer la mantención escolar es el manejo de la ansiedad, la que puede influir directamente en el resultado de un examen, dependiendo con qué nivel se presente en tus jornadas de estudio y al momento de responder. O sea, en condiciones normales la ansiedad nos moviliza y al aproximarse la fecha de la prueba nos lleva a estudiar, activando los sentidos y permitiendo mejorar el aprendizaje. Pero si la ansiedad sobrepasa nuestros límites, se convierte en un problema y deja de ser nuestra aliada para transformarse en el peor enemigo, ya que baja nuestra capacidad de reacción o de respuesta.
DESCRIPCIÓN	Se comienza la sesión señalándole al/la joven que se verá un video donde aparece el concepto de ansiedad e identificación de síntomas (se adjuntan 2 videos, de los cuales se puede seleccionar 1 o utilizar ambos). El/la profesional debe manejar con anticipación material relativo a la ansiedad. Se hace entrega a el/la joven la hoja de recursos con un lápiz y se le solicita que cuando aparezcan conductas que haya experimentado las pueda recordar. Con posterioridad se socializa en torno a indagar el motivo por el cuál cree haber tenido dichos síntomas y se anotan al lado del mismo y las posibles alternativas de solución, con el fin de generar un plan alternativo.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 3 “ESTRATEGIAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca estrategias y hábitos de estudio.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce estrategias y hábitos de estudio.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point: “Estrategias de estudio”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Video: “Una reflexión para el estudiante”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Conocer estrategias y hábitos de estudio” Se introduce el tema señalando que: Las técnicas de estudio son estrategias que pueden hacer más fácil el aprendizaje de una información determinada en cualquier contexto de la vida. • Estudiar es una actividad mas de nuestro día a día, por lo que enfrentarlo de la mejor manera es fundamental. • Estudiar no tiene por qué ser una obligación, sino que tiene que ser una fuente de conocimiento y de disfrute personal. • Sentir que nuestro esfuerzo se ve gratificado y no terminar con sensación de frustración por el tiempo INVERTIDO sin resultados positivos es clave. • Una buena planificación, establecimiento de objetivos reales y la puesta en práctica de métodos de estudio eficaces, te ayudarán a trabajar con éxito este campo.
DESCRIPCIÓN	Posteriormente se exhibe el power point “estrategias de estudio”. Se entrega a el/la joven la hoja de recursos que inicia con unas frases de reflexión que introducen a la actividad práctica. Posteriormente se registran en el horario, las actividades que éste desarrolla en su rutina diaria (solo considerar lo que realiza actualmente). Se exhibe el video “una reflexión para el estudiante”. Luego se trabaja en base a la reflexión sobre la organización de su tiempo, analizando aquellos aspectos que pueden estar interfiriendo negativamente en su mantención escolar. Posterior a estos dos ejercicios, se elaborará un nuevo horario de organización del tiempo que dé respuesta a sus reales necesidades y propicien su mantención en el sistema educativo. Es importante recalcar a el/la joven que la adquisición de hábitos y estrategias de estudio implican un esfuerzo, un trabajo por parte de él/ella. Hasta que llega un momento en que son parte de la forma en que él/ella se prepara para exámenes, desarrolla tareas, entre otros.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO - EDUCATIVA N° 4 “ESTRATEGIAS PARA LA MANTENCIÓN ESCOLAR”	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven utilice estrategias que favorezcan su mantención escolar.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven pone en práctica estrategias que favorecen su mantención escolar.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video: “Autocuidado”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Video: “Autocuidado: una opción para vivir más y mejor / Los 10 mandamientos del autocuidado”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Estrategias para favorecer la mantención escolar” Se introduce el tema preguntando el significado del refrán “Mente sana, cuerpo sano”. Una de las estrategias para favorecer la mantención escolar es el autocuidado, que se define como el conjunto de acciones que realiza la persona que contribuyen a su propia salud y bienestar. Todos tenemos la capacidad para cuidarnos y este autocuidado lo aprendemos a lo largo de nuestra vida. Por ejemplo el cepillado de dientes, el lavado de manos y medidas de seguridad como atravesar las calles con precaución. Es así como las personas desarrollan prácticas de autocuidado que se transforman en hábitos.
ACTIVIDAD	Se expone el video “Autocuidado” para introducir el tema y aportar los conceptos que serán trabajados durante la actividad. Posteriormente se hace entrega a el/la joven de la hoja de recursos que contiene un listado de hábitos de autocuidado que deberá trabajarla individualmente contestando cada una de las preguntas, en relación a como él/ella realiza o puede realizar estas actividades e incorporarlas en su vida. Se cierra la actividad con un plenario, en que cada participante se puede referir a sus respuestas. Al finalizar se exhibe el video de refuerzo “Los 10 mandamientos del autocuidado” y se plantean para la reflexión las siguientes preguntas: ¿Su conducta de autocuidado podría beneficiar su salud y bienestar en general? ¿De esta misma forma puede influir en su desempeño escolar y mantención en el mismo?
EVALUACIÓN	Se solicita a cada participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas en el plenario y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual MESP

MANUAL DE INTERVENCIÓN PARA LA CAPACITACIÓN E INSERCIÓN LABORAL

lectu



P

ÍNDICE

Introducción	471
Módulo N° 1: “Diagnóstico ocupacional”	474
Actividad socio-educativa N° 1: Intereses vocacionales.	476
Actividad socio-educativa N° 2: Competencias ocupacionales.	477
Actividad socio-educativa N° 3: Habilidades personales y sociales.	479
Módulo N° 2: “Proyecto de vida laboral”	481
Actividad socio-educativa N° 1: La reinserción social, en el ámbito laboral.	483
Actividad socio-educativa N° 2: Proyecto de vida laboral.	484
Actividad socio-educativa N° 3: Plan de intervención individual, con componente laboral.	486
Módulo N° 3: “Desarrollo de competencias socio-laborales”	487
Actividad socioeducativa N° 1: Habilidades de autoafirmación.	489
Actividad socioeducativa N° 2: Comunicación verbal y no verbal.	491
Actividad socioeducativa N° 3: Expresarse con claridad en forma oral y escrita.	493
Actividad socioeducativa N° 4: Habilidades no verbales.	496
Actividad socioeducativa N° 5: Habilidades de interacción y trabajo en equipo.	498
Actividad socioeducativa N° 6: Autoconocimiento y gestión de sí mismo.	500
Actividad socioeducativa N° 7: Adaptarse a nuevas situaciones.	503
Actividad socioeducativa N° 8: Traducir ideas en acciones.	505
Actividad socioeducativa N° 9: Ejercitar la perseverancia.	507
Actividad socioeducativa N° 10: Aplicar nuevos aprendizajes al contexto.	509
Actividad socioeducativa N° 11: Alternativas de resolución de problemas.	512
Actividad socioeducativa N° 12: Fijar objetivos.	514
Actividad socioeducativa N° 13: Búsqueda y análisis de información.	517
Actividad socioeducativa N° 14: Plan de acción.	519
Actividad socioeducativa N° 15: Presupuesto.	521
Actividad socioeducativa N° 16: Presentación de un proyecto.	523
Módulo N° 4: “Apresto Laboral”	525
Actividad socio-educativa N° 1: Búsqueda de empleo.	527
Actividad socio-educativa N° 2: Redes para la inserción laboral.	529
Actividad socio-educativa N° 3: Curriculum Vitae.	530
Actividad socio-educativa N° 4: Entrevista de trabajo.	532
Actividad socio-educativa N° 5: Normas y disposiciones de la legislación laboral.	534
Actividad socio-educativa N° 6: Conducto regular.	536
Actividad socio-educativa N° 7: Relación Contractual.	538
Módulo N° 5: “Capacitación laboral”	539
Actividad socio-educativa N° 1: Orientación vocacional para la capacitación.	541
Actividad socio-educativa N° 2: Oferta de capacitación y empleo Sence.	543
Actividad socio-educativa N° 3: Selección de curso de capacitación laboral.	545

INTRODUCCIÓN¹

Lo declarado en el artículo 20 de la Ley N° 20.084 sobre Responsabilidad Penal Adolescente, busca contribuir a procesos de responsabilización y favorecer una reinserción social efectiva, exigiendo contemplar la existencia de una oferta regular de programas educativos y de capacitación laboral en los cuales los/las adolescentes puedan participar. Asimismo, enfatiza intervenciones que favorezcan de manera paralela competencias específicas y/o especializadas en el ámbito del empleo y/o micro emprendimiento, que les permita a los/las adolescentes insertarse en los distintos rubros del área productiva del país.

De esta forma, el ámbito de capacitación e inserción laboral, entiende que el exitoso cumplimiento de los objetivos de la ley no sólo implican alejar al/la adolescente de la práctica delictual y su potencial reincidencia, sino también y fundamentalmente brindar oportunidades que le permitan una efectiva integración a la sociedad, siendo necesario para ello, la existencia de procesos de formación integral y de calidad y, programas de empleabilidad y emprendimiento, que constituyen sus ejes fundamentales (SENAME, 2012).

Lo anterior, implica para los Programas la gestión y activación de recursos a través de convenios vigentes entre SENAME y SENCE, que cuentan con una oferta regular de programas de formación y capacitación laboral a los cuales los jóvenes sancionados en el medio libre pueden acceder. Además del financiamiento vía Sence, los Programas pueden optar de acuerdo a la necesidad y recursos disponibles, al uso de presupuesto propio para incorporar a los/las jóvenes a las ofertas regulares en el mercado de capacitación, disminuyendo así el riesgo de fracaso que se puede originar al agrupar jóvenes infractores con distintos grados de contaminación criminógena, lo que se ha observado a través de la experiencia en cursos de capacitación cerrados para Centros y Programas de SENAME.

La intervención en este ámbito de capacitación y formación laboral con jóvenes, debe potenciar la identidad ocupacional de estos, incluyendo la exploración de nuevos intereses, habilidades y competencias. En este sentido, se debe tener en cuenta que la participación de el/la joven en uno o más cursos de capacitación no es suficiente para el logro de objetivos en esta área, resultando central para dar coherencia y potencia a la intervención, la articulación de un trabajo coordinado y complementario de acuerdo a cada caso. De tal manera, la intervención con jóvenes en el contexto de una sanción judicial, estará centrada en generar un nuevo sentido de vida, situado en la lógica del desistimiento, siendo necesario para ello favorecer las oportunidades y herramientas sociales que le permitan optar y persistir en esta opción. En este sentido, una de las preocupaciones de nuestra Institución desde sus inicios, ha sido la implementación de estrategias de intervención socioeducativas que brinden a los/las jóvenes oportunidades concretas de reinserción social, tal es el caso de la **capacitación laboral**, que ha sido incorporada como una de las áreas fundamentales para el éxito de estos procesos.

Nuestra Institución en el año 1995, a través de los Programas de Rehabilitación conductual diurna, implementó dentro de su metodología de intervención, la capacitación pre-laboral, como un medio para lograr el acercamiento de los/las jóvenes al desarrollo de un oficio y potenciar su nivel de logros en el programa. Bajo esta modalidad se obtuvieron importantes resultados, asociados a la disminución en el reingreso a otros programas de la red SENAME, detención de futuras carreras delictivas y aumento de habilidades personales y sociales. Para la ejecución de esta

¹ Orientaciones técnicas para la intervención - Libertad Asistida Especial Sename, página 36, Septiembre 2012.

área de intervención, se gestionaron recursos externos a la subvención SENAME², para la implementación de dos salas taller de capacitación pre-laboral, equipadas con herramientas y materiales necesarios para una formación teórico práctica que acercara lo más posible a los/las jóvenes a un futuro escenario de inserción laboral en los oficios de mueblería y peluquería.

Esta complementariedad en la intervención, ha evolucionado durante los últimos años hacia su especialización, alcanzando en la actualidad la ejecución de nueve proyectos gestionados a través de recursos externos a los Programas (municipalidades, fondo nacional de seguridad pública y gobierno regional del Biobío), destinados a la capacitación laboral y formación en competencias para la empleabilidad y emprendimiento de los/las jóvenes de los programas de medidas y sanciones de nuestra Institución.

De esta manera, el Manual de herramientas de Intervención socioeducativa en el ámbito de Capacitación e inserción laboral que aquí se presenta, recoge la experiencia de nuestra institución sistematizada por los distintos profesionales que se han desempeñado en los Programas en Medio Libre, incorporando además las experiencias de otras iniciativas que están siendo implementadas en nuestro país, como lo es el caso del *Programa de Intermediación Laboral* de la Fundación Proyecto B, con el objetivo de ir aportando a la unificación de las prácticas a través de un modelo único de intervención, no obstante las diferencias que puedan existir dependiendo de los contextos de ejecución de las sanciones.

Las sesiones de intervención socioeducativas han sido confeccionadas en base a las orientaciones del modelo de formación laboral para el medio libre (SENAME 2014) y tras la revisión de materiales de empleabilidad del Programa de Competencias Laborales de Fundación Chile y el Programa de Intermediación Laboral para jóvenes que han infringido la ley de la Fundación Proyecto B. Cada temática se ha complementado además con bibliografía específica en el tema. Este diseño se desarrolla a través de una metodología modular³, que comprende cinco módulos (diagnóstico ocupacional, proyecto de vida laboral, desarrollo de competencias sociolaborales, apresto laboral y capacitación laboral), cuya ejecución es independiente una de otra, considerando para ello las distintas características, necesidades y plazos de intervención de cada uno de los y las jóvenes usuarios/as de los Programas. Existe un orden sugerido para la aplicación de las actividades, sin embargo la selección de los módulos y talleres a ejecutar, se debe adaptar a las necesidades y situación de cada joven que ingresa al Programa, las que serán contenidas y organizadas en su Plan de Intervención Individual⁴.

En cuanto al diseño de las sesiones, se ha utilizado la metodología de trabajo de *talleres*, que permiten no sólo que los/las jóvenes adquieran las competencias necesarias para su inserción laboral, sino además brinda un espacio para poner en práctica estas destrezas adquiridas a través de distintas actividades que promueven la reflexión en torno a lo aprendido.

En este sentido, cada profesional deberá por lo tanto revisar en detalle este manual con el fin de manejar no sólo los conceptos a abordar, sino que además conocer las distintas actividades y aplicarlas a lo largo del proceso de intervención con el/la joven.

² A través de la Embajada Real de los Países Bajos.

³ El sistema modular de enseñanza-aprendizaje, al proponer una secuencia no lineal de los contenidos, permite diseñar procesos de intervención ajustados a la situación y momento de cada joven, reforzándose así la necesidad de entender los procesos de reinserción de manera no lineal.

⁴ El PII es una herramienta técnica, tiene un estatus jurídico que responde a un mandato legal que organiza la gestión y la implementación de los programas de responsabilidad juvenil. Además, brinda un marco general de acción y plantea los grandes lineamientos técnicos del modelo socioeducativo.

La cantidad de talleres socioeducativos alcanzan a 32 sesiones, para ser ejecutadas con una frecuencia semanal o quincenal, según sea el caso. La modalidad de los talleres puede modificarse, pues algunas actividades pueden realizarse de manera grupal o individual.

Sujeto de atención:

Por las características del programa, se han definido criterios para la selección de jóvenes susceptibles de acceder a la oferta de capacitación y formación laboral considerando su etapa del desarrollo, condición de salud, nivel académico logrado y las motivaciones del/la propio/a joven.

Lo anterior, con el objetivo de seleccionar a aquellos jóvenes que cuentan con la motivación y otros requisitos mínimos para iniciar un proceso de intervención que se ajuste a sus características y necesidades reales, aumentando las probabilidades de éxito en el proceso de reinserción social establecido.

Criterios de selección:

- En plataforma SENAINFO Calidad Jurídica de "Condenados" (a fin de excluir los ingresos temporales y por incumplimiento).
- Ser mayores de 18 años, o con 17 años con responsabilidad parental.
- Contar con 8vo básico aprobado.
- No presentar una situación de consumo problemático de drogas ni condición psiquiátrica que implique algún nivel de discapacidad que dificulte su participación en el programa.
- Que cuenten en su plan de intervención con objetivos asociados a la capacitación e/o inserción laboral como parte del trabajo dirigido a la plena reinserción social.
- Que el tiempo de permanencia proyectado en la sanción sea al menos de 6 meses.
- Motivación y voluntad por incorporarse a un proceso de capacitación o formación laboral.

De acuerdo a lo antes señalado, los objetivos de intervención propuestos en este ámbito son:

1. Realizar con el/la joven un proceso de **diagnostico ocupacional** para detectar intereses, recursos, habilidades, competencias y factores de riesgo asociados al desarrollo de una trayectoria laboral.
2. Apoyar a el/la joven en la formulación de un **proyecto de vida laboral**, acorde a sus necesidades, intereses y motivaciones.
3. Desarrollar con el/la joven actividades de **fortalecimiento de habilidades personales y sociales** a través de su incorporación a talleres de competencias para la capacitación y/o empleabilidad.
4. Desarrollar con el/la joven un **proceso de inducción para su inserción laboral**, a través de actividades de apresto.
5. Promover la participación, mantención y certificación de el/la joven en la oferta de capacitación gestionada por el programa acorde a sus necesidades, intereses y motivaciones.

MÓDULO N° 1

“DIAGNÓSTICO OCUPACIONAL”



OBJETIVO

Realizar con el/la joven un proceso de diagnóstico ocupacional para detectar intereses, recursos, habilidades, competencias y factores de riesgo asociados al desarrollo de una trayectoria laboral.

El inicio de la intervención debe estar dado por un proceso de profundización diagnóstica en el ámbito laboral, que dé cuenta de aquellos factores dinámicos y de capacidad de respuesta; aspectos relacionados con lo vocacional, el desarrollo de habilidades y competencias, trabajo de vinculación con redes, trayectoria laboral, entre otros.

Con la elaboración de este diagnóstico ocupacional se busca identificar y evidenciar las necesidades de intervención de el/la joven, en este ámbito específico de capacitación e inserción laboral, a fin de diseñar intervenciones ajustadas a cada joven intervenido, promoviendo el desarrollo de habilidades y competencias que fortalezcan sus procesos de reinserción social.

Dicho diagnóstico será desarrollado a través de la aplicación de instrumentos específicos, que han sido recopilados desde el *Modelo de formación laboral para el Medio Libre* de Sename (2014), a fin de obtener como resultado la elaboración de perfiles ocupacionales, los que son considerados como una estrategia diferenciadora del caso a caso y el trabajo especializado que requiere la población de jóvenes que ingresan a sanciones en el medio libre.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 1 INTERESES VOCACIONALES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven pueda identificar áreas de interés vocacional, a fin de obtener un perfil ocupacional y facilitar su proceso de inserción laboral.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica áreas de interés vocacional.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Pauta de entrevista semi estructurada sobre experiencia laboral (Guía de evaluación diferenciada individual, imprimir págs. 50-62). ✓ Instrumentos de intereses vocacionales: - Listado de intereses adaptado: Kielhofner, G., Neville, A. (1983). - Inventario de preferencias profesionales: Galilea, V., Pagola, R. (2001). - Inventario de intereses vocacionales: Fernando Gutiérrez. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Evaluar intereses vocacionales” Con esta primera actividad, se busca identificar los intereses vocacionales, a fin de iniciar la elaboración de un perfil ocupacional junto a el/la joven, que permitan diseñar una estrategia de intervención diferenciada, a través de micro logros que persigan el desarrollo de nuevas destrezas y habilidades para un tránsito exitoso desde la educación hacia el trabajo.
DESCRIPCIÓN	Actividad N° 1: Se da inicio a la actividad indicando a el/la joven que tendrán una conversación sobre su experiencia en el área laboral, con la finalidad de conocer sus antecedentes y poder planificar objetivos de trabajo en esta área. Para esto, es necesario poder evaluar factores y componentes relacionados con: trayectoria laboral, peores formas de trabajo infantil, trabajo como estrategia de sobrevivencia, trabajo doméstico, posición de la familia en relación a lo laboral, cumplimiento de requisitos para acceder a capacitación, claridad e interés en capacitarse, competencias para la capacitación, percepción de autoeficacia, proyección futura, conocimiento y uso de redes y percepción de apoyo. Actividad N° 2: Aplicación de instrumentos de intereses vocacionales, que pueden ser seleccionados por el profesional de acuerdo al perfil de el/la joven: ✓ LISTADO DE INTERESES ADAPTADO: KIELHOFNER, G., NEVILLE, A. (1983). ✓ INVENTARIO DE PREFERENCIAS PROFESIONALES: INSTRUMENTO ELABORADO POR GALILEA, V., PAGOLA, R. (2001). ✓ INVENTARIO DE INTERESES VOCACIONALES: DE FERNANDO GUTIÉRREZ.
EVALUACIÓN	Se solicita a el/la participante que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	El cierre de la primera sesión debe implicar una síntesis de esta y un agradecimiento genuino por la información entregada, invitando cordialmente a las restantes.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 2 COMPETENCIAS OCUPACIONALES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven pueda visibilizar aquellas competencias específicas para la capacitación y empleabilidad con que cuenta.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica competencias específicas para la capacitación y empleabilidad.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Materiales para manualidades seleccionadas. ✓ Computador y parlantes. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de observación en terapia ocupacional. ✓ Hoja de recursos, ejercicio de manualidades. ✓ Video ejercicio de manualidades. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Evaluar competencias ocupacionales” Esta segunda actividad, busca evaluar competencias específicas para la capacitación y empleabilidad, a través de la observación del desempeño de el/la joven en el desarrollo de una actividad específica de manualidades, en que éste tenga que seguir pasos a través de diferentes tipos de instrucciones. Así mismo, se realizará la observación de factores como su capacidad para seguir instrucciones, organización, concentración, perseverancia para alcanzar un logro, tolerancia a la frustración, trabajo en equipo, etc.
DESCRIPCIÓN	Preparación: ✓ Para el desarrollo de esta actividad se entregará a los/las participantes instrucciones para realizar dos proyectos sencillos de ergoterapia (manualidades de interés para el/la joven) cada uno con diferentes tipos de instrucciones, con el fin de evaluar comprensión de indicaciones, atención, motivación, confianza, tolerancia a la frustración, creatividad, impulsividad, etc. ✓ Imprimir la guía de observación en terapia ocupacional, que se acompaña dentro de la carpeta de recursos, que permitirá al profesional registrar aquellos aspectos relevantes para la evaluación de cada uno de los/las participantes. <u>GUÍA DE OBSERVACIÓN EN TERAPIA OCUPACIONAL</u> Comportamiento en la tarea: ✓ Cuánto tiempo puede estar en la actividad. ✓ Se distrae fácilmente. ✓ Tiene dificultades para concentrarse.

	✓ Puede seguir instrucciones y usar materiales y herramientas correctamente. ✓ Qué tipo de indicación funciona mejor, ¿Verbal?, ¿Visual?, ¿demostración? ✓ Se demora o se apresura. ✓ ¿Es desorganizado para desempeñar los pasos en la tarea? ¿Le preocupa? ✓ Puede resolver error o problema. ✓ Puede mantenerse sentado. ✓ Esta orgulloso de sus esfuerzos. Recomendación: Observar la interacción con otros jóvenes para ver grado de atención, capacidad para tomar decisiones, seguir directrices, uso correcto de materiales, resolver problemas, espera de turno, cantidad y calidad de sus interacciones sociales. Se inicia la actividad a través del desarrollo de dos trabajos: Trabajo N° 1: ✓ Manualidad con instrucción verbal: En esta actividad se dividirá a los/las participantes en parejas o tríos y se entregaran las instrucciones a través de la hoja de recursos que contiene las indicaciones paso a paso, las cuales serán explicadas verbalmente por el profesional (no se deben dar instrucciones demostrativas). Trabajo N° 2: ✓ Manualidad con Video de demostración: En esta actividad se continúa con el trabajo en parejas o tríos y se entregarán las instrucciones a través de la exhibición de un video que muestra claramente cada uno de los pasos a seguir para realizar el trabajo solicitado. Se finaliza la actividad con una exposición de los trabajos realizados y felicitando a los/las participantes, ya que a través de esta evaluación y terapia se ofrece una experiencia de logro, dado que frecuentemente producto de su problemática, no tienen experiencias de resultados satisfactorios.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 3 HABILIDADES PERSONALES Y SOCIALES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven pueda visibilizar aquellas habilidades personales y sociales que debe desarrollar para iniciar un proceso de inserción social.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica concepto de habilidades sociales para la inserción social. ✓ Joven reconoce habilidades sociales necesarias para desarrollar un proceso de inserción social.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video autodiagnóstico de competencias de empleabilidad. ✓ Test de identificación de habilidades sociales de Goldstein. ✓ Pauta de resultados autodiagnóstico de competencias. ✓ Computador y parlantes. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Evaluar habilidades personales y sociales” A partir del desarrollo de esta actividad de autodiagnóstico, el/la joven será capaz de recoger información sobre las propias habilidades y competencias alcanzadas a lo largo de la vida y con ayuda del material interactivo, podrá dilucidar y comprender las respuestas afirmativas de acuerdo a cada área de aprendizaje. En consecuencia, logrará inferir las áreas en las cuales debe desarrollar competencias para su empleabilidad.
DESCRIPCIÓN	Se dará a conocer a el/la joven que para el desarrollo de este ámbito de intervención se utilizarán algunas herramientas educativas de la plataforma digital www.educarchile.cl específicamente a través del programa “Preparado”, que consiste en un diseño metodológico basado en un enfoque de competencias para la capacitación y empleabilidad de jóvenes. En esta actividad se utilizará un recurso digital, con un ejercicio de autodiagnóstico, en que el/la joven será capaz de lograr el reconocimiento general de las distintas competencias planteadas en cada una de las preguntas y podrá tener esta herramienta como base de su progreso de aprendizaje para alcanzar sus metas previamente establecidas. De esta forma, el/la joven podrá ir familiarizándose con la plataforma modular, conocer la historia y los personajes que lo acompañarán a lo largo de todo el proceso de estudio de los módulos siguientes. Para dar inicio a la actividad, el joven utilizará el recurso digital “autodiagnóstico de competencias”, mientras el profesional deberá ir registrando en la pauta de resultados las respuestas afirmativas o negativas contestadas por el/la joven. Link recurso digital autodiagnóstico de competencias: http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0029/File/Recursos_Digitales/TPeempleabilidad/objeto12/objeto12.swf

	Las áreas de aprendizaje que serán evaluadas son las siguientes: <u>Área: Comunicación</u> ✓ Expresarse con claridad en forma oral y escrita. ✓ Comunicar con lenguaje no verbal. ✓ Ser asertivo. <u>Área: Iniciativa y emprendimiento</u> ✓ Adaptarse a nuevas situaciones. ✓ Ser creativo. ✓ Traducir ideas en acciones. <u>Área: Trabajo en equipo</u> ✓ Identificar objetivos y coordinarse con otros. ✓ Resolver problemas en equipo <u>Área de planificación y gestión de proyectos:</u> ✓ Fijar objetivos. ✓ Recolectar, organizar y analizar información. ✓ Desarrollar y gestionar proyectos. ✓ Interesarse y motivarse por aprender. <u>Área de aprender a aprender:</u> ✓ Observar el proceso del propio aprendizaje. ✓ Aplicar nuevos aprendizajes al contexto. <u>Área de efectividad personal:</u> ✓ Autoconocimiento y gestión de sí mismo. ✓ Gestionar el desarrollo de la propia carrera. ✓ Trabajar con confianza y seguridad. <u>Área de resolución de problemas:</u> ✓ Recolectar, organizar y analizar la información que resuelve el problema. ✓ Aplicar alternativas de solución de problemas. ✓ Resolver problemas interpersonales. Se finaliza explicando a el/la joven que esta es una herramienta que sirve como base para evaluar su progreso de aprendizaje y al finalizar el módulo de competencias personales y sociales, se podrá aplicar nuevamente para medir el logro de sus metas previamente establecidas.
EVALUACIÓN	Se solicita realizar una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

MÓDULO N° 2

“PROYECTO DE VIDA LABORAL”



OBJETIVO

Apoyar a el/la joven en la formulación de un proyecto de vida laboral, acorde a sus a sus necesidades, intereses y motivaciones.

Es fundamental que antes de iniciar el proceso socioeducativo de formación en habilidades y competencias, se realice un análisis de los resultados obtenidos en el diagnóstico vocacional a fin de considerar algunos aspectos claves como la etapa de vida del joven, su estado de salud, u otras variables que influyan en la construcción de un proceso de acercamiento al ámbito laboral, es recomendable que las acciones se planifiquen en conjunto con el/ la joven, a través de la formulación de micro logros evaluables, que además se interrelacionen con otras áreas de intervención.

El diseño de este módulo de intervención incorpora como herramientas para promover la motivación de los/las jóvenes; el reconocimiento de fortalezas y elementos a mejorar y el proyecto de vida asociado a la capacitación e inserción laboral.

Se ha determinado nombrar este módulo como proyecto de vida laboral, ya que se busca motivar a los/las jóvenes a plantearse objetivos para su vida, que puedan lograr a través del desarrollo laboral, además de generar en conjunto metas a corto plazo que puedan cumplirse dentro del Programa y que motiven a el/la joven a lograr sus objetivos a largo plazo. Se sugiere que durante la ejecución de este ámbito no se modifiquen estos objetivos, pues servirán como base de comparación para logros y avances obtenidos por el/la joven, así como para realizar el encuadre de la intervención cuando se requiera.

Se dará a conocer a el/la joven que para el desarrollo de este ámbito de intervención se utilizarán algunas herramientas educativas del Programa de Intermediación Laboral para los/las jóvenes sancionados(as) bajo la Ley de responsabilidad penal adolescente de la Fundación Proyecto B, específicamente a través del Manual de apoyo a la ejecución, que consiste en un diseño metodológico basado en un enfoque de competencias para contribuir a la inserción laboral de jóvenes.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 1 LA REINSERCIÓN SOCIAL, EN EL ÁMBITO LABORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca el concepto teórico re inserción social y cómo éste se lleva a cabo con la capacitación e inserción laboral.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce el concepto teórico de re inserción social, con enfoque laboral.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de contenidos de apoyo al ejecutor. ✓ Power point “re inserción social”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “REINSERCIÓN SOCIAL, CON ENFOQUE LABORAL” Se considera que el primer paso para contribuir a la re inserción social de un(a) joven consiste en presentarle el concepto y dar cuenta de cómo se puede trabajar para este objetivo desde una mirada basada en la empleabilidad.
DESCRIPCIÓN	El/la profesional comienza la actividad presentando el power point “re inserción social” , donde se deberá indagar en torno a la percepción que posee el/la joven en torno a la re inserción, en qué consiste, qué elementos son necesarios para contribuir a su propio proceso de inserción. En base a la guía de contenidos de apoyo al ejecutor , se deberá contrastar las expectativas de el/la joven con las características de un proceso de re inserción social exitoso.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 2: PROYECTO DE VIDA LABORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven logre construir en conjunto con el profesional un proyecto de vida con un componente laboral.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven elabora un proyecto de vida laboral. ✓ Joven define objetivos a largo plazo y metas a cumplir en un plazo de seis a doce meses.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point "proyecto de vida". ✓ Hoja de recursos proyecto de vida. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Elaboración de proyecto de vida laboral" Se busca con esta actividad motivar a los/las jóvenes a plantearse objetivos para su vida que puedan lograr a través del desarrollo laboral, además de generar en conjunto metas a corto plazo que puedan cumplirse dentro de su permanencia en el programa y que motiven a el/la joven a lograr sus objetivos a largo plazo. Se sugiere que durante la ejecución de este ámbito, no se modifiquen estos objetivos, pues servirán como base de comparación para logros y avances obtenidos por el/la joven, así como para realizar el recuadro de la intervención cuando se requiera.
DESCRIPCIÓN	Se invita a los participantes a revisar un power point explicativo sobre la elaboración de un proyecto de vida, donde se plantean las principales interrogantes a las cuales se debe dar respuesta, antes de planificar objetivos y metas a alcanzar. A continuación, se invita a el/la joven a completar la hoja de recursos, con aquellos objetivos que desea lograr en un plazo de cinco años y que se relacionen en mayor o menor medida con su inserción laboral. Estos objetivos pueden ser amplios como por ejemplo "Independizarme" o específicos "Pagar la deuda que tengo en X tienda". Pueden incluso ser objetivos abstractos, como por ejemplo "Tener una buena relación con mi pareja", pero deben ser traducibles en metas a corto plazo cuantificables y observables. Esto es debido a que, una vez elaborados los objetivos de trabajo, debiesen establecerse las metas a lograr durante la participación en el programa (micro logros), específicamente a los 6 y 12 meses desde su inicio. El tercer elemento a desarrollar para cada objetivo corresponde a una estrategia que diseñen el/la joven en conjunto con el/la profesional para la consecución de las metas propuestas.

A continuación se presenta un ejemplo de la actividad completa:

Objetivos a largo plazo (5 años)	Metas a los seis meses	Metas a los doce meses	Estrategia(s)
1. Independizarme	Cuenta de ahorro para la vivienda abierta	Ahorro de 200.000 pesos en cuenta de ahorro para la vivienda	Ahorrar, conocer sobre subsidios disponibles
2. Pagar la deuda que tengo en X tienda	Organizar gastos actuales teniendo en cuenta pago de deuda	Pagar el 70% de la deuda	Trabajar sobre las finanzas personales
3. Tener una buena relación con mi pareja	Pelear menos que al ingresar.	Realizar más actividades en conjunto.	Inscribirnos en clases gratuitas de baile, salir a caminar por las tardes y conversar.

Finalmente se invita a los participantes a un plenario, donde puedan compartir sus objetivos y metas propuestos a alcanzar.

EVALUACIÓN

Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 3 PLAN DE INTERVENCIÓN INDIVIDUAL, CON COMPONENTE LABORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven en conjunto con el profesional actualicen el Plan de intervención individual, con micro objetivos asociados al ámbito de capacitación e inserción laboral.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven participa en la revisión y reconocimiento de micro objetivos en su PII asociado al ámbito de capacitación e inserción laboral.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point "plan de intervención individual con componente laboral". ✓ Compromiso de trabajo. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar. "Revisión del plan de intervención individual" Una vez que el/la joven ha comprendido cual es el enfoque que sustenta el diseño del programa de intervención en el ámbito laboral, y ha logrado dar forma a su proyecto de vida laboral, se considera necesario la revisión de su plan de intervención individual en profundidad, de manera previa a la firma de un compromiso de trabajo conjunto. Para que dicho compromiso sea realmente vinculante, el/la joven debe conocer en detalle todos los aspectos de la implementación de su plan de intervención individual, apropiándose de cada uno de los objetivos establecidos en conjunto.
DESCRIPCIÓN	El/la profesional comienza la actividad, a través de la exposición del power point "plan de intervención individual con componente laboral", en el que se presenta el PII aprobado por el Tribunal y los micro objetivos incorporados posteriormente, de acuerdo a las necesidades detectadas a través del proceso de profundización diagnóstica. El trabajo se centrará en primer lugar en revisar las distintas alternativas de objetivos de intervención que son posibles de alcanzar en este ámbito, a fin de que el joven conozca los límites y alcances de la intervención, estableciendo una relación con su situación particular. Se debe en este punto revisar y precisar cuáles serán los micro objetivos definitivos para su alcance, siendo estos planteados como una respuesta real a los intereses y motivaciones de el/la joven en el ámbito de capacitación e inserción laboral. A continuación, el/la profesional deberá articular el plan de intervención individual con el proyecto de vida laboral realizado por el/la joven, poniendo énfasis en los deberes de el/la joven y de el/la profesional, revisando en conjunto el compromiso de trabajo para aclarar posibles dudas. Finalmente deberá leerse y firmarse el compromiso de trabajo conjunto (carpeta de recursos).
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

MÓDULO N° 3

“DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIOLABORALES”



OBJETIVO

Desarrollar con el/la joven actividades de fortalecimiento de habilidades personales y sociales a través de su incorporación a talleres de competencias para la capacitación y/o empleabilidad.

Las competencias blandas o habilidades personales y sociales desde hace algunos años se han ido convirtiendo en un requerimiento básico para cualquier postulante a un trabajo, transformándose en un elemento diferenciador que perfectamente permite que alguien alcance su objetivo para cualquier puesto de trabajo.

Se pueden definir como habilidades que van más allá de los aspectos cognitivos y técnicos de un oficio y están vinculadas con la parte emocional, la conducta, las motivaciones, los valores y cultura del ser humano. Por lo tanto, son aquellos atributos o características de una persona que le permiten interactuar con otras personas de manera efectiva, lo que generalmente se enfoca al trabajo, a ciertos aspectos de este, o incluso a la vida diaria.

Este módulo de formación en competencias sociolaborales, incorpora como estrategia de intervención el desarrollo de **talleres de competencias personales y sociales**, que deberán ser planificadas para cada caso en particular, en base a la identificación de habilidades con un menor desarrollo que han sido detectadas en la actividad N°3 del módulo N°1. Actividades que tendrán como objetivo el establecimiento del **vínculo con el profesional interventor y la entrega de herramientas** que promuevan y faciliten el desarrollo laboral, contribuyendo además al **mantenimiento de conductas prosociales** adquiridas durante su participación en el Programa, además de aumentar su empleabilidad futura.

Estos talleres han sido recopilados y adaptados desde el Programa de Competencias Laborales de Fundación Chile y el Programa de Intermediación Laboral para jóvenes que han infringido la ley de la Fundación Proyecto B, ambos basados en un modelo cognitivo conductual.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 1 HABILIDADES DE AUTOAFIRMACIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca la importancia de conocerse a sí mismo y aquellas habilidades que posee, así como también aquellas que son necesarias desarrollar y fortalecer.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce la importancia de conocerse así mismo, identificando sus principales fortalezas. ✓ Joven identifica aquellas habilidades que necesita desarrollar y fortalecer.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Cartulinas blancas separadas por la mitad. ✓ Revistas. ✓ Tijeras. ✓ Pegamento y lápices.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video Nick Vijucic, testimonio extraordinario. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Reafirmar las habilidades que poseemos para desarrollar diversas actividades, así como también aquellas que son necesarias desarrollar y fortalecer” La competencia de autoafirmación es entendida como la “importancia de conocerse a sí mismo, así como también las habilidades que poseen los/las jóvenes”. Se observa que los/las jóvenes presentan dificultades al momento de reconocer las diversas habilidades que poseen para entablar relaciones, conocer gente nueva y realizar diversas tareas y responsabilidades que posean en el espacio labora. En este sentido, se observa que, los/las jóvenes reconocen más fácilmente sus aspectos negativos más que positivos. Esto se debe a que poseen un discurso internalizado que reafirma y cataloga sus conductas como negativas, al ser etiquetados como “delincuentes”. Sumado a lo anterior, se ha observado que en las oportunidades que los/las profesionales catalogan alguna conducta de los/las jóvenes como positiva, ellos/as reconocen que son escasas las ocasiones en que la gente realiza este tipo de observaciones, ya que están constantemente recordando los aspectos negativos. De hecho, en ciertas ocasiones, los/las jóvenes se emocionan y agradecen estos espacios.
DESCRIPCIÓN	¡Collage de autoconocimiento! En esta instancia, los/las jóvenes, a través de la realización de un collage, en donde la cartulina blanca estará dividida en dos partes. Primeramente, un apartado de aspectos positivos, en donde los/las jóvenes deberán identificar aquellas habilidades que posean para desarrollar diversas actividades, como por ejemplo: concentración, rapidez, colaboración y apoyo al resto del equipo, capacidad de identificar problemas y de solucionarlos, liderazgo, entre otros (se pueden preparar previamente tarjetas con imágenes que representen las habilidades).

	En segundo lugar, un apartado en donde los/las jóvenes deban representar a través de los recortes, aquellos aspectos más débiles que dificultan el desarrollo de diversas actividades, como por ejemplo: timidez, escaso control de impulsos, impuntualidad, entre otros. Tiempo de duración: 20 minutos aproximadamente Luego, cada joven comparte su collage al grupo, quienes además podrán aportar habilidades o debilidades que no se habían vislumbrado anteriormente. ✓ Para finalizar se exhibe un video de refuerzo de la actividad "Nick Vijucic, testimonio extraordinario".
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual

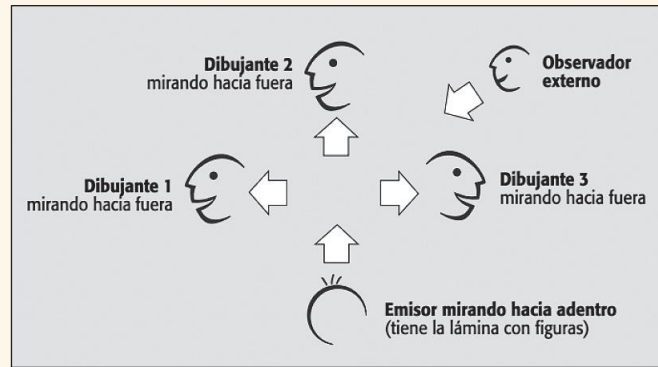
ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 2 COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca las habilidades verbales necesarias para entablar diversos tipos y espacios de conversación.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven participa en actividad para reflexionar sobre la capacidad de expresarse con claridad en forma oral. ✓ Joven identifica por lo menos dos habilidades verbales necesarias en una relación interpersonal.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point "comunicación verbal". ✓ Power point "comunicación no verbal". ✓ Hoja de recursos con dinámica de juegos de rol. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Reflexionar en torno a las habilidades verbales necesarias para entablar diversos tipos y espacios de conversación, además como utilizar estas instancias para la resolución de conflictos” La habilidad verbal es entendida como “el lenguaje que se debe utilizar en diferentes espacios”. Los jóvenes en general afirman que poseen un lenguaje más bien limitado a la hora de entablar diversos tipos de conversación, se establece como un aspecto preocupante ya que en reiteradas ocasiones no poseen las herramientas para expresar correctamente lo que les sucede, utilizando diversas jergas y garabatos. Este aspecto cobra fundamental relevancia en cuanto a la reinserción social y laboral de los/las jóvenes, debido a que se deben desenvolver en diversos espacios formales, en los cuales no son permitidos los garabatos o un lenguaje informal. En este sentido, el no poseer un lenguaje que les otorgue la capacidad de comunicarse sin utilizar jergas les puede perjudicar en el momento de postular a un trabajo en particular, o de entablar conversaciones en diversos espacios. El/la profesional introduce la actividad, a través de la exposición del power point “comunicación verbal” y “comunicación no verbal”, en el que se presentan los conceptos y competencias que serán desarrollados en este ámbito.
DESCRIPCIÓN	Actividad: Dinámica de juegos de rol. En esta instancia se dividirá a los/las participantes en dos grupos y se hará entrega a cada uno, la hoja de recursos con una dinámica de juegos de rol, de acuerdo a las siguientes escenas: Grupo 1: El jefe se encuentra enojado y manda a un empleado a realizar actividades que no le corresponden, ya que la persona que estaba a cargo se encuentra con licencia. El empleado de mala manera realiza lo solicitado por el jefe, peleándose además con el resto de sus compañeros. En resumidas cuentas el episodio amarga todo el día del empleado, no pudiendo resolver el problema, ni hablándolo con su jefe.

	Grupo 2: Es la misma situación, sin embargo el empleado le explica al jefe que se encuentra ocupado, y si existe la posibilidad de que otro compañero realice la actividad. El jefe le dice que todos se encuentran igual de ocupados que él, entonces el empleado trata de entablar una conversación con el jefe, para solucionar el conflicto señalado. Luego de realizar el juego de rol, se da espacio para reflexionar en torno a las herramientas y habilidades que se tuvieron que utilizar para resolver este conflicto. Así como también las fortalezas y debilidades que surgieron a partir de esta situación.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual MIES



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 3 EXPRESARSE CON CLARIDAD EN FORMA ORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique la importancia de la expresión oral en una relación interpersonal.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica la importancia de la expresión oral en una relación interpersonal.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 5
MATERIALES	✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de la actividad “Pero si te dije que era redondo”. - Lamina con dibujos geométricos (imprimir pág. 6). - Pauta del observador (imprimir pág. 7). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Expresarse con claridad en forma oral” El ejercicio que se hará a continuación centra el esfuerzo de los participantes en la capacidad de expresarse con claridad en forma oral. Ahora bien, sabemos que la palabra oral es sólo uno de los elementos de una relación interpersonal, ya que ella está compuesta de varios otros factores influyentes, además de la voz, como por ejemplo, los gestos, la expresión facial, las posturas corporales y la presentación personal. Aislar, en esta actividad, sólo uno de los factores influyentes -la voz-, permitirá a los participantes identificar con claridad aquéllos elementos que facilitan y hacen más efectiva la expresión oral. Para vivir esta experiencia, varios participantes -los “dibujantes”- recibirán instrucciones de otro -que será el “emisor”-, quien deberá orientarlos verbalmente para realizar unos dibujos que los primeros no pueden ver. Así, se pondrá en juego la calidad de la transmisión de instrucciones y la capacidad de comprensión de dichas instrucciones, con vistas a un resultado predefinido.
DESCRIPCIÓN	¡PERO SI TE DIJE QUE ERA REDONDO! 1. Utilice la información contenida en la Guía de la actividad “Pero si te dije que era redondo”, antecedentes para el facilitador (página 2) y destaque que la comunicación verbal es sólo uno de los componentes del proceso comunicacional (más adelante se trabajará con el lenguaje no verbal), y que esta actividad se centrará en la palabra oral para favorecer su conocimiento con mayor profundidad. Complemente esta idea mencionando algunos aspectos que facilitan la comunicación oral, tales como ser claro, coherente, privilegiar siempre lo importante, etc. 2. Solicite a los participantes que conformen un equipo de cinco personas y que se sienten de acuerdo al siguiente esquema (en caso de no contar con el número de participantes, se puede adaptar con 1 dibujante, 1 emisor y el profesional representar al observador):



- Entregue al “emisor” la **lámina del material didáctico** y solicite a los tres “dibujantes” que tengan un lápiz y una hoja de papel en blanco.
- El “emisor” deberá entregar a los “dibujantes” toda la información verbal que les permita reproducir -de la manera más fiel posible- la figura que sólo él tiene a la vista. Puede ocupar todo tipo de instrucciones verbales y conceptos geométricos o espaciales (rectángulo, horizontal, vertical, mitad, centro, etc.).
- Señale que, durante esta parte del ejercicio, no se permitirán preguntas de los “dibujantes” al “emisor”, ni comentarios entre ellos.
- El “observador”, basándose en la **pauta de observación** que se encuentra en el material didáctico, deberá registrar todo lo que sucede entre los “dibujantes” y el “emisor”, en especial las confusiones y quebrantamiento de reglas que surjan durante el desarrollo de la actividad.
- Para realizar esta primera parte de la actividad, los participantes tendrán 10 minutos. Una vez terminados los dibujos, pida a todos los participantes que se sienten formando un círculo y que, durante 5 minutos, comparen los resultados obtenidos con el modelo original.

Es importante que en este momento el “observador” le señale al equipo lo que vio y anotó a partir de su pauta de observación. Sugíerale al equipo que tome nota de los comentarios surgidos.

Plenario:

Solicite a los equipos que muestren los dibujos realizados y que señalen cuáles fueron los principales comentarios emitidos al momento de confrontar el diseño original con los resultados.

Luego, solicite a los “observadores” que confirmen o contradigan las opiniones entregadas, de acuerdo a lo que ellos pudieron apreciar durante el desarrollo de la actividad.

Varios de ellos criticarán al “emisor”, y señalarán que éste no les dijo a los “dibujantes” una cosa u otra, o que estos últimos no siguieron con rigor todas las indicaciones. Muy pocos identificarán que estaban en presencia de importantes dificultades para lograr una buena comunicación, ya que no se veían entre sí, debían transmitir una imagen en palabras, no hubo posibilidad de contra preguntar y estaban sujetos al ruido ambiental de la sala en que se efectúa la actividad.

Ofrezca la palabra a los participantes, a través de la siguiente pregunta: ¿Qué otras reglas o recomendaciones creen ustedes que son indispensables para lograr que dos o más personas se comuniquen entre sí?

EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las asistentes su participación y se exponen las principales conclusiones obtenidas: A partir de los comentarios surgidos, usted deberá destacar el esfuerzo que tenemos que hacer los seres humanos para lograr comunicarnos, y que la comunicación no es un fenómeno que se produzca de manera automática. Requiere de una dedicación consciente y una actitud de comprensión ante las dificultades que se puedan presentar a los que escuchan. Esto se debe a que, constantemente, nos encontramos con variados elementos que dificultan la calidad de la comunicación, tales como el ruido ambiente, la falta de contacto visual y la imposibilidad de preguntar lo que no se entiende, entre otros. Finalice la actividad señalando que la mayoría de las dificultades se pueden solucionar poniendo atención cuando se nos habla, centrándose primero en entender lo que se nos dice y poniéndose en el lugar del otro antes de emitir mensajes, y privilegiando la información relevante por sobre la accesorio.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 4 HABILIDADES NO VERBALES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique la importancia de ajustar la coherencia entre los mensajes emitidos verbalmente, con aquellos que se entregan a través del lenguaje corporal.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica la importancia de la expresión no verbal.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz. ✓ Computador y parlantes.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de la actividad ¡Carita Feliz! ✓ Hoja de recursos ¡Carita Feliz! (imprimir pág. 6-8). ✓ Video comunicación no verbal. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Reflexionar en torno a la comunicación a través de las expresiones corporales” Utilizando la información contenida en la guía de la actividad ¡Carita Feliz!, destaque la importancia de tomar conciencia que las expresiones del rostro reflejan las emociones que hay detrás de las palabras. Las habilidades no verbales, pueden ser entendidas como la importancia de poder transmitir sentimientos y emociones a través de la actitud corporal, se aprecia que en general para los jóvenes los gestos son significativos, ya que mencionan que debe existir concordancia con lo que las personas manifiestan y su actitud corporal. Es decir, logran identificar que en ocasiones, este lenguaje no verbal expresa algo completamente distinto a lo que las personas se encuentran afirmando o comunicando.
DESCRIPCIÓN	¡Carita Feliz! El sentido de esta actividad apunta a reconocer que las expresiones de los ojos, cejas y boca conforman un mensaje, dibujado en un rostro “hablante”, que está íntimamente relacionado con el mensaje verbal. Para lograr sensibilizar a los participantes en el reconocimiento de los mensajes entregados a través de los gestos faciales, se les invitará a relacionar distintas expresiones faciales con mensajes predeterminados y sus correspondientes emociones. Luego, deberán hacer una mímica de diferentes expresiones. Preparación: Imprima la hoja de recursos y recorte las caras, los textos que aluden a distintas emociones y los nombres de las emociones. Debe haber un recorte para cada participante. Desarrollo: 1. Divida primero al grupo en tres equipos. En el equipo 1, cada participante recibirá “una cara” que expresa algún estado emocional (atracción, alegría, aburrimiento, enojo, temor,

	tristeza, desconfianza y soberbia). En el equipo 2 recibirán diversos “textos breves” con una frase que alude a alguna emoción en particular. En el equipo 3, recibirán “tarjetas” con el nombre de alguna emoción. 2. Después de haber repartido el material a cada equipo, pida a los participantes que se mezclen entre sí buscando a aquellos compañeros que tengan información complementaria a la de ellos, hasta conformar un conjunto de tres personas. Los conjuntos que se formen deberán estar integrados por “una cara” representativa de una emoción, “un texto breve” con una frase alusiva a la misma emoción que representa la cara y “una tarjeta” con el nombre de esa emoción. Otorgue tiempo suficiente para que los conjuntos se constituyan. Finalmente, se exhibe un video que nos ayude a reflexionar sobre cómo comunicamos a través del cuerpo, la postura y los gestos. Tiempo para la reflexión: 20 minutos aproximadamente.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 5 HABILIDADES DE INTERACCIÓN Y TRABAJO EN EQUIPO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven comprenda el concepto del trabajo en equipo. ✓ Que el/la joven logre aplicar a experiencias concretas las competencias para el trabajo en equipo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven comprende el concepto de trabajo en equipo. ✓ Joven aplica a experiencias concretas la competencia de trabajo en equipo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	6 - 9
MATERIALES	✓ Rompecabezas (pequeños) uno por cada grupo. ✓ Hoja en blanco. ✓ Computador y parlantes. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video trabajo en equipo. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “La importancia del trabajo en equipo y el rol que tenemos dentro éste” La competencia de interacción, es definida como la “importancia de conocer gente nueva y cómo comportarse frente a ciertos grupos”, se observa que los jóvenes son capaces de reconocer que existen diversos espacios de interacción en donde las personas nos relacionamos y cumplimos diferentes roles. A su vez que se deben comportar de diferentes maneras, según sea el contexto en el cual se encuentran. Los jóvenes afirman que es importante relacionarse con diferentes tipos de personas y conocerlas antes de emitir juicios. Manifiestan que el respeto es un aspecto fundamental, como un ámbito relevante a la hora de entablar relaciones.
DESCRIPCIÓN	“Rompecabezas” Se arman 3 grupos de 2 o 3 personas, quienes poseen un sobre que contiene piezas de distintos rompecabezas. Ellos deben intentar armar el rompecabezas y escoger a una persona representante del grupo para intercambiar las piezas que no les sirven con los otros grupos. Se dará un tiempo determinado para la negociación, y si es necesario se dará una segunda instancia. La dinámica termina cuando el primer equipo arme el rompecabezas completo. Tiempo de duración: 20 minutos aproximadamente. Luego del ejercicio, se analizan las fortalezas y debilidades personales que tuvimos al momento de desarrollar éste. Por otro lado, se reflexiona en torno a cómo el trabajo en equipo ayuda a llevar a cabo de mejor manera la dinámica establecida, es decir, mi compañero puede tener fortalezas que yo no poseo y viceversa. En un segundo momento, la conversación y reflexión se lleva al ámbito laboral (se puede exponer un video de refuerzo), rescatando lo importante que son nuestras fortalezas para

	desarrollar las tareas que nos encomiendan, así como también para desarrollar un buen trabajo en equipo. Tener en cuenta las debilidades para poder mejorar cada día éstas. Tiempo de duración: 20 minutos aproximadamente. Posteriormente, estas reflexiones deben ser escritas a través del ejercicio FODA(Fortalezas-Debilidades-Oportunidades- Amenazas). Es importante aclarar que las Oportunidades y las Amenazas son externas, por ejemplo, el tiempo establecido para resolver el rompecabezas (amenaza). Tiempo de duración: 15 minutos aproximadamente.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 6 AUTOCONOCIMIENTO Y GESTIÓN DE SÍ MISMO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven sea capaz de presentarse a sí mismo, reconociendo sus principales fortalezas y entregando una visión autocrítica de los aspectos por mejorar.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven se presenta a sí mismo, reconociendo sus principales fortalezas y debilidades.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Alfileres (2 por cada participante). ✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad “Quien soy yo”. ✓ Lámina del “Perfil personal: ¿Quién soy yo?” ✓ Lámina del “Perfil de retroalimentación: ¿Cómo te veo?” ✓ Lámina “Resumen de perfil personal”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Autoconocimiento y gestión de sí mismo” A partir de esta actividad se busca que el/la joven pueda describir su perfil personal a través de sus características físicas, intelectuales y emocionales, reconociendo aquellas que representan fortalezas y las que constituyen aspectos a mejorar. Para construir este perfil personal los/las participantes trabajarán individualmente, reflexionando acerca de cómo se ven en cuanto a sus características personales. Luego compararán este perfil con la retroalimentación que recibirán de otros miembros del grupo; y, finalmente, elaborarán un resumen de su propio perfil integrando sus apreciaciones y las que le hayan dado sus compañeros.
DESCRIPCIÓN	“Quien soy yo” 1. Basándose en los antecedentes para el facilitador (página 2), destaque la importancia de tener una visión realista de sí mismo. Destaque que este conocimiento nos permitirá enfrentar mejor los desafíos de la vida y nuestras posibilidades de realización personal. Mencione que todos tenemos fortalezas que debemos potenciar y debilidades que podemos superar. 2. Introduzca la actividad diciendo que cada participante tendrá la oportunidad de construir su propio perfil personal a partir de un ejercicio de autoevaluación, y que luego podrán complementarlo o modificarlo a partir de la retroalimentación que recibirán de sus compañeros. Una vez definido su perfil, cada uno se presentará a los demás. 3. Entregue a cada participante la lámina “Perfil personal: ¿Quién soy yo?”, para que la complete en forma individual. Luego, empleando un alfiler, deben prender la hoja sobre su pecho dejando la cara en que escribieron hacia el interior, de tal manera que los demás no puedan leerla. Otorgue 5 minutos para realizar esta actividad.

Recomendación: Destaque que -aun siendo éste un juego- deben hacer lo que se les indica con respeto a sí mismo y a sus compañeros. Preocúpese de que no se produzcan situaciones que puedan herir a algún participante.

4. Ahora divida al grupo en equipos de dos o tres participantes. Cada persona deberá llevar en la espalda la lámina **“Perfil de retroalimentación: ¿Cómo te veo?”**, pinchada con un alfiler, de tal manera que los demás miembros del equipo puedan escribir las características que ven en esa persona, señalándole sus fortalezas y aspectos por mejorar. Cada compañero marcará dos o tres características, de modo que entre los tres completen el cuestionario.
5. Una vez que todos hayan escrito sobre la espalda de los otros integrantes del equipo, cada participante desprenderá ambas hojas y comparará lo que él/ella ha definido como su propio perfil y lo que sus compañeros le han escrito. Pídales que con estos antecedentes completen ahora la lámina **“Resumen de su perfil personal”**, proponiéndose además un plan de trabajo que señale los aspectos por mejorar. Otórgueles 10 minutos para completar esta parte del ejercicio.
6. Ahora, manteniendo la formación de los equipos, solicite a cada uno de los participantes que dibujen en una hoja la figura que mejor represente cómo se sienten para enfrentar la vida, según el perfil personal que han construido. Sugiera diversas figuras, como por ejemplo, una sonrisa, un ojo, un gato, un árbol, un tren, un lápiz, un autorretrato, un paisaje lluvioso, etc.
7. Finalmente, pídales que cada uno se presente al equipo como la figura que escogió. Que comente, a partir de una explicación de esa simbología, el perfil personal que lo identifica. Pueden mencionar sus principales fortalezas y aspectos por mejorar. Otorgue 10 minutos a esta última sección del ejercicio.

Recomendación: Es muy importante que esta presentación sea convincente, para lo cual cada participante, al presentarse, debe hablar en forma clara y segura, dirigiéndose a los miembros de su equipo, manteniendo contacto visual con ellos y utilizando un lenguaje corporal acorde con el discurso.

Plenario: Puede basarse en las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes se sorprendieron con la retroalimentación recibida de sus compañeros? ¿Había aspectos que desconocían de sí mismos?
- ¿Quiénes encontraron gran similitud entre el perfil que habían construido de sí mismos y el que les mostraban sus compañeros?
- ¿En qué aspectos había mayores diferencias entre la propia percepción y la de los demás: en las fortalezas o en los aspectos por mejorar?
- ¿De qué manera pueden aprovechar la retroalimentación recibida para elaborar un plan de mejoramiento y desarrollo personal?

Recomendación: Incentive a los participantes a desarrollar un “plan de acción” para mejorar aquellos aspectos que aparecen más débiles, a los ojos de ellos mismos y de sus compañeros.

EVALUACIÓN

Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Se agradece a los/las asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas:

En la vida siempre tendrán que enfrentar desafíos; y las probabilidades de éxito estarán directamente relacionadas con la confianza que cada uno se tiene a sí mismo.

En la búsqueda de trabajo, en el ámbito laboral y en numerosas actividades de tipo social, educacional y comunitaria, tendremos que presentarnos a nosotros mismos, diciendo quiénes somos, cuáles son nuestras características principales, nuestras fortalezas y reconocer las oportunidades para mejorar. Por este motivo es muy importante tener una autoestima positiva y una percepción realista de nuestro perfil personal.

Destaque que esto se logra con una actitud reflexiva, autocrítica y aceptando las observaciones y la retroalimentación que nos entregan las demás personas.

Propiedad Intelectual M

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 7 ADAPTARSE A NUEVAS SITUACIONES	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven sea capaz de mejorar su capacidad de adaptación a nuevas situaciones, para ajustarse a otras personas, situaciones cambiantes o demandas del entorno.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven aplica a experiencias concretas la competencia de adaptación a nuevas situaciones, tales como, responder con apertura y apoyar los cambios con acciones constructivas, tomar decisiones frente a situaciones de incertidumbre o de falta de información o cambiar sus propias ideas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Pero así lo hemos hecho siempre! ✓ Power point. ✓ Historia de Patricia y Ximena. ✓ Lámina con cuadros para respuestas. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Adaptarse a nuevas situaciones” A partir del desarrollo de esta actividad, el/la joven podrá ser capaz de mejorar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones, es decir, responderá con apertura y apoyará los cambios con acciones constructivas, tomará decisiones frente a situaciones de incertidumbre o de falta de información, cambiará sus propias ideas, comportamiento o método de trabajo para ajustarse a otras personas, situaciones cambiantes o demandas del entorno. Podrá ser a su vez capaz de observar y se interesará por los cambios que ocurren en su entorno, interpretará los cambios que se producen en el entorno y adaptará su conducta para favorecerlos y aceptará el cambio sin presentar resistencias, es decir, desarrollará una disposición a enfrentar cambios de manera positiva favoreciendo la disposición a capacitarse continuamente y ejercer funciones laborales con flexibilidad. Para desarrollar este ejercicio, los participantes deberán leer una pequeña historia e identificar los comportamientos de los protagonistas ante los cambios. A partir de los antecedentes entregados y del análisis que realicen, deberán construir el final de la historia.
DESCRIPCIÓN	¡Pero así lo hemos hecho siempre! 1. Destaque la importancia de desarrollar una actitud de adaptación frente a situaciones nuevas. Utilice para ello la información contenida en los antecedentes para el facilitador. 2. Solicite a los/las participantes que, en forma individual, lean la historia del material didáctico. 3. Una vez finalizada la lectura, los participantes se juntarán en parejas y analizarán los distintos elementos presentes en la historia, dejando claramente establecido qué actitudes o comportamientos favorecen o limitan el adaptarse a nuevas situaciones.

	4. Deberán completar, por escrito, la tabla que aparece en el material didáctico; y consignar, en cada cuadro, si las protagonistas de la historia manifiestan “siempre”, “a veces” o “nunca” la actitud que se quiere destacar. 5. A partir de este trabajo, los participantes deben imaginar cómo sigue la historia de las dos amigas, teniendo como orientación las siguientes preguntas: A futuro, ¿qué pasa con cada una de ellas? ¿Se quedan en la empresa, las despiden o ellas buscan un nuevo trabajo? ¿Los cambios les producen algún beneficio profesional? ¿Por qué? Recomendación: Es muy importante que cada pareja de trabajo discuta sus opiniones y marquen su opción como resultado de un consenso. Plenario: Solicite un moderador, de entre los participantes, que recoja las opiniones de algunas parejas y un secretario que las resuma en la pizarra. Usted puede estimular el cierre de esta actividad consultando a los participantes cómo se sienten ellos ante los cambios. Puede preguntar directamente a alguno: ¿Qué te sucede a tí cuando tienes que enfrentar cambios?
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/as participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Al finalizar la actividad se espera que los/las participantes hayan apreciado que adaptarse a situaciones cambiantes es absolutamente necesario para mantenerse y progresar en el mundo laboral.

Propiedad

**ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 8:
TRADUCIR IDEAS EN ACCIONES**

OBJETIVO	✓ Que el/la joven desarrolle la capacidad creativa, dando concreción a las ideas. ✓ Que el/la joven aumente la predisposición a enfrentar dificultades y solucionarlas.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven desarrolla la capacidad creativa, concretando sus ideas. ✓ Joven logra aplicar a experiencias concretas la predisposición de enfrentar dificultades y solucionarlas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Saltando vallas! ✓ Hoja de recursos con causas de problemas. ✓ Hoja de recursos con plan de acción. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, introduciendo el tema que se va a trabajar: “Traducir ideas en acciones” ✓ Siempre es emocionante iniciar algo; existe una gran ilusión, sueños y esperanzas. ✓ Ese “algo” puede ser un nuevo trabajo, vivir en una nueva ciudad o retomar estudios. ✓ Sin embargo, prontamente comenzarán a existir problemas que es necesario resolver para llegar a materializar lo ideado, lo cual requiere de tenacidad, constancia, persistencia, fuerza de voluntad. ✓ Diremos, entonces, que el combustible para que la perseverancia pueda moverse largamente es el de la visión de largo plazo y la profundidad del interés. ✓ Los seres humanos tenemos algo de hedonistas, es decir, preferimos el bien inmediato. ✓ Por ejemplo, una persona puede utilizar una droga porque en el momento de administrársela percibe sensaciones que le gustan, sin considerar los daños a largo plazo. ✓ El punto es que la perseverancia permite tener la fortaleza de no dejarnos llevar por lo fácil y lo cómodo, a cambio de obtener algo más grande y mejor en el futuro, además de la satisfacción del logro producto del esfuerzo. ✓ La perseverancia brinda estabilidad, confianza y es un signo de madurez.
DESCRIPCIÓN	“Saltando vallas” Con este ejercicio se pretende estimular a los participantes a vencer dificultades, identificando con claridad las causas de los problemas. El grupo se dividirá para alcanzar un objetivo, identificar las dificultades que se presentan y buscarles soluciones. El objetivo es juntar dinero para hacerse una “mesada”, vendiendo ropa usada en la feria del barrio. Desarrollo: 1. Asegúrese que todos los participantes cuenten con un lápiz y hojas de papel.

	2. Anote en el pizarrón la clasificación de “Causas de problemas” (causas materiales, personales, de procedimientos y legales), de forma de despertar la curiosidad de los jóvenes y permitirles apoyarse en ellas cuando desarrollen la actividad. Utilice para ello los antecedentes para el/la profesional. 3. Solicite a los participantes dividirse en grupos de dos o tres integrantes y plantéeles la siguiente situación: Gloria y Ricardo son jóvenes y necesitan algo de dinero para sus gastos. Han decidido vender ropa usada en la feria de los domingos. Ninguno de los dos tiene experiencia previa, pero ambos están seguros de que si lo intentan podrán, incluso, más adelante, ampliar el rubro “ropa” a “artefactos usados”. 4. Pida a cada grupo que elabore una lista de las principales dificultades que, según ellos, podrían encontrar Gloria y Ricardo para instalarse en la feria a vender ropa usada. Otórgueles 10 minutos. 5. Al cabo de ese tiempo pida que cada grupo intercambie con otro su listado de “problemas”. Ahora cada uno de los grupos tiene un listado de problemas confeccionado por otro. Con la identificación de dificultades que tienen a mano, deben idear soluciones. 6. Hecho lo anterior, solicíteles trazar un plan de acción para acometer el objetivo de vender ropa usada en la feria del barrio. En aproximadamente 15 minutos, deben ayudar a Gloria y Ricardo a lograr su propósito. 7. Finalmente, pídales que anoten en la hoja de recursos los problemas que les tocó abordar, sus soluciones y el plan de acción. Plenario: Un representante de cada grupo explica a los demás los problemas que recibieron y cómo sugieren enfrentarlo. Al finalizar, usted puede ofrecer la palabra para que todos los/las participantes comenten la experiencia.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	La lista de problemas de un grupo es probablemente muy similar a la de los otros. Obtener dinero es una dificultad de naturaleza similar para la mayoría de los jóvenes; y las soluciones, a partir de un ejemplo concreto, serán también similares y de utilidad para todos. Haga ver a los/las participantes que ellos, en forma intuitiva, siguieron ciertos pasos propios de la resolución de problemas y, apoyándose en los antecedentes para el/la profesional, coménteles en qué consisten.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 9 EJERCITAR LA PERSEVERANCIA	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven logre ejercitar la perseverancia como forma de lograr lo que se ha propuesto.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce el concepto de la perseverancia y como ponerla en práctica. ✓ Joven da muestras concretas de ejercitar la perseverancia en la puesta en práctica de metas planteadas.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡El camino para llegar a casa! ✓ Lámina con las pistas para armar el rompecabezas. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Ejercitar la perseverancia” La perseverancia como virtud y valor humano, significa mantenerse firme y constante para alcanzar objetivos propuestos y empezados, para poder llegar al final y obtener los resultados previstos, que siempre llenan de satisfacción por alcanzarlos. Empieza con la firme decisión de hacer algo y continua mientras se hace hasta el final. Si no se practica esta virtud, será muy difícil cumplir los objetivos, para cualquiera de las actividades personales, económicas, sociales o profesionales, por mucho que se hayan estudiado y programado. En la ruta pueden salir otros caminos, que parecen atajos muy tentadores, cuyo objetivo es alejarnos de la avenida principal. Ahí es donde entra la práctica de la virtud de la perseverancia y las otras virtudes que la soportan.
DESCRIPCIÓN	“El camino para llegar a casa” El objetivo de esta actividad apunta a ejercitar la perseverancia como forma de lograr lo que uno se ha propuesto. En el desarrollo del ejercicio, los/las participantes deberán armar un rompecabezas que, aun teniendo todas las piezas, en momentos pareciera que no es posible llegar al final. La actividad está diseñada para que sea realizada en forma individual, de modo que cada estudiante enfrente el desafío poniendo a prueba su tenacidad. Preparación: Imprima el material didáctico, sin incluir la solución. Realice usted mismo el ejercicio con anticipación, para que luego pueda apoyar a los participantes cuando sientan que no es posible armar el rompecabezas. Desarrollo: 1. Explique a los/las jóvenes que en esta oportunidad harán un ejercicio individual, para

	luego compartir sus resultados con los demás. Refiérales que se trata de una especie de acertijo que pone a prueba la fuerza de voluntad para llegar a la meta. Comente que no se trata de una prueba de inteligencia; sólo hay que persistir. - Distribúyales la lámina con las pistas para armar el rompecabezas y pídales que trabajen en forma individual. - Otorgue 20 minutos para evitar que quienes vayan finalizando distraigan a los que están trabajando. - Siguiendo la información disponible, la solución final deberá presentar cada casa con sus correspondientes características: color, propietario, planta, animal y bebida favorita de sus propietarios. Plenario: Los/las participantes comentarán los inconvenientes que tuvieron para llegar a la solución. Habrá quienes no mantuvieron el entusiasmo hasta el final y los que sí se mantuvieron activos hasta terminar el juego. Todos compartirán con sus compañeros las sensaciones que vivieron. Pregunte si ellos se consideran, en general, personas voluntariosas. Pídales que comenten si esta capacidad es valorada por los/las jóvenes, en función de las metas que ellos mismos se proponen.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realice una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Cierre la sesión pidiendo a los/las participantes que narren los aprendizajes que ellos han obtenido respecto de la perseverancia. Luego, refuerce estos aprendizajes comentando los conceptos que se presentan en los antecedentes para el profesional, como por ejemplo, que la perseverancia está en directa relación con la claridad de objetivos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 10 APLICAR NUEVOS APRENDIZAJES AL CONTEXTO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca su propio proceso de aprendizaje, aprendiendo y reflexionando sobre cómo lo realiza.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven reconoce como es capaz de realizar su propio proceso de aprendizaje.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Fichas bibliográficas (40 por cada equipo). ✓ Caja de clips (1 por cada equipo). ✓ Cintas adhesivas (1 por cada equipo). ✓ Tijeras (1 por cada equipo). ✓ Huincha de medir o regla. ✓ Hojas en blanco. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Construyendo torres! ✓ Lámina: "Evaluación del proceso de construcción". ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Aprender a aprender" El sentido de esta actividad es entrenar la habilidad de observar el propio proceso de aprendizaje, reflexionar respecto de él, evaluarlo y re direccionar dicho proceso en beneficio de los objetivos de la tarea o de la visión personal del que aprende. Para lograrlo, se hará una actividad que se repetirá en dos instancias: una ingenua y otra reflexionando sobre lo realizado. Se comparan ambos resultados y se analiza el proceso individual y colectivo que condujo al éxito o fracaso de la tarea. Finalmente se analizan las posibilidades de cambio en cuanto a actitud, pensamiento y emoción que, de implementarse, optimiza el desempeño.
DESCRIPCIÓN	¡Construyendo torres! Preparación: ✓ Fotocopie la lámina "Evaluación del proceso de construcción". Una por equipo. ✓ Disponga para cada equipo de: 40 fichas bibliográficas (20 para la primera etapa y 20 para la segunda), dos cintas adhesivas, una caja de clips, dos hojas en blanco, un lápiz y una tijera. Las fichas bibliográficas son tarjetas fáciles de manipular que se consiguen en librerías. Pueden ser sustituidas por recuadros de cartulina gruesa, de aprox. 10 x 15 cm. ✓ Tenga usted en su poder una huincha de medir o una regla, y un reloj que le permita contabilizar minutos. ✓ Pida ayudantes que acondicionen la sala para disponer de mesas que permitan hacer los trabajos de los equipos.

Desarrollo:

1. Introduzca la actividad señalando que van a poner en juego la importancia de evaluar el propio desempeño de modo de obtener un aprendizaje y poder re direccionar las conductas, cuando sea aconsejable.
2. Motive la participación en el ejercicio invitándolos a construir torres. Coménteles que se trata de una competencia, que tendrán dos oportunidades para construirlas y deséeles suerte.
3. Solicite al grupo dividirse en equipos de dos o tres participantes. Entregue a cada uno de los equipos **20 fichas bibliográficas, cinta adhesiva, una tijera y una caja de clips.**
4. Señáleles que deben construir una torre. La ganadora será la más alta y autosustentable (no se puede adherir con pegamento a la mesa). Otórgueles 5 minutos para completar esta parte de la tarea.

El juego está diseñado para que la primera construcción resulte poco efectiva, dado que trabajarán en forma espontánea. La segunda obtendrá mejores resultados, ya que involucrará una reflexión evaluativa.

5. Al finalizar el tiempo reglamentario, detenga la actividad. Mida cada torre, anote en el pizarrón la altura obtenida, muévela suavemente y verifique que se sostiene por sí misma. Establezca cuál fue el equipo ganador de la primera construcción, de acuerdo al requisito de altura y estabilidad.
6. Otorgue 3 minutos para que los equipos miren y se acerquen a conocer las torres de los otros equipos.
7. Solicite que desechen las torres recién hechas, reciclando los clips; también deben conservar las tijeras.
8. Otorgue 4 minutos para que cada grupo reflexione sobre cómo hicieron el proceso anterior y cómo deberían hacerlo ahora, ya que tendrán una segunda oportunidad en las mismas condiciones anteriores. Entregue nuevamente 20 fichas bibliográficas por grupo y cinta adhesiva, si nos les queda.
9. Dé un plazo de 5 minutos para una nueva construcción. Transcurrido ese tiempo detenga la actividad. Mida las torres, muévalas suavemente. Con los resultados en el pizarrón, compare alturas de la primera y segunda construcción. Declare un ganador de la segunda vuelta.
10. Los equipos se reunirán a reflexionar sobre la actividad, para lo cual distribúyales la **lámina "Evaluación de la actividad" y hojas en blanco.** Otórgueles 10 minutos para efectuar la evaluación.

Plenario:

Solicite que un representante por equipo exponga las conclusiones del proceso evaluativo. Oriente el análisis sobre cómo, al estar conscientes del proceso que estaban llevando a cabo, pudieron modificar estrategias, actitudes, ritmos, etc., y cómo estas modificaciones produjeron aprendizajes. Permita que evalúen cómo lo aprendido también puede representar aprendizajes para la vida.

EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Concluya que al observar reflexivamente el proceso de ejecución y al evaluar los resultados, se obtienen mayores aprendizajes que si uno se centrara sólo en los resultados. Cuando miraron las torres de los otros equipos tuvieron un valioso aprendizaje que, extrapolado a la vida real, significa aprender de la observación consciente de experiencias propias y ajenas. Destaque cómo los aprendizajes obtenidos en la reflexión les permitieron re direccionar la ejecución del segundo momento. Es importante dejar tiempo para comentar las experiencias personales de los procesos que les ha tocado vivenciar en el trabajo o familia, de forma de generar condiciones para reflexionar la evidencia que se propone al término de la actividad.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 11 ALTERNATIVAS DE RESOLUCION DE PROBLEMAS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven sea capaz de resolver problemas de distintas maneras e identificar la solución más adecuada.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven da distintas alternativas de solución a un problema e identifica la solución más adecuada.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Campanas de boda! ✓ Lámina de "La historia...". ✓ Plan de compromisos y seguimiento. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	60 - 90 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Alternativas de resolución de problemas" El objetivo de esta actividad es que los/las participantes reconozcan el valor de hacer seguimiento a las acciones planificadas y que sepan hacerlo a través de métodos sencillos. El ejercicio consiste en ponerse en el lugar de una pareja de jóvenes enamorados que se ha propuesto enfrentar y solucionar sus problemas. Los/las participantes vivenciarán lo que significa establecer compromisos de cambio y hacerles seguimiento, para así alcanzar la solución que los enamorados de la historia esperan.
DESCRIPCION	¡Campanas de boda! Preparación: ✓ Fotocopie la lámina de "La historia..."; un ejemplar por participante. ✓ Fotocopie el "Plan de compromisos y seguimiento"; uno por equipo. Desarrollo: 1. Basándose en los antecedentes para el facilitador, destaque la importancia de hacer seguimiento a las soluciones propuestas para enfrentar un problema. Señale que pocas soluciones son completamente buenas o completamente malas. Las hay mejores o peores, en función de ciertas variables como son nuestros intereses, valores, objetivos personales y objetivos de los otros actores involucrados. Por lo tanto, en el seguimiento se deben considerar todos estos elementos para evaluar los resultados que se van obteniendo. 2. Explique al grupo que trabajarán la historia de dos jóvenes, que enfrentan dificultades de pareja, como cualquiera de nosotros. Gabriel y Carola han decidido superar sus problemas y los participantes harán las veces de consejeros. Deben, primero, imaginar los compromisos que la pareja contrajo y, luego, hacer el seguimiento de ellos. 3. Distribuya la historia que narra la situación de la pareja y solicite a los participantes que la lean individualmente. Otórgueles 5 minutos para completar la lectura.

4. Luego solicite a los/las participantes que se dividan en equipos de tres a cinco miembros cada uno. Pídeles que comenten la historia, que imaginen los acuerdos que permitirán encontrar solución al problema de Gabriel y Carola, y que sugieran el seguimiento que harían, como profesionales consejeros. Otórgueles 20 minutos para realizar el ejercicio.

Plenario:

En sesión plenaria, estimule a los/las participantes para que analicen los acuerdos que Gabriel y Carola tomaron y el tipo de seguimiento que ellos mismos indicaron realizar, en su condición de consejeros.

Ofrezca, también, la palabra a quienes quieran hacer un paralelo entre el seguimiento de soluciones en el ámbito laboral y en la vida personal.

Promueva la exposición de distintas experiencias personales de resolución de problemas, señalando lo frecuente que es que en la vida personal no hagamos suficiente seguimiento de los compromisos que adquirimos con nosotros mismos.

Es importante dejar tiempo para comentar experiencias personales de quienes así lo soliciten, pero cuide que los planteamientos giren en torno al seguimiento que hay que hacer sobre los compromisos que hemos tomado.

EVALUACIÓN

Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Destaque que el seguimiento puede hacerse tanto observando y registrando datos cuantitativos como datos cualitativos. Incluso en la historia que trabajaron, también se pueden combinar ambas formas de hacer seguimiento. También comente que el seguimiento puede hacerse en distintos momentos de un proceso y que los resultados deben conducir a ajustes, nuevas decisiones y revisiones que contribuyan al logro de lo esperado.

Propiedad

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 12 FIJAR OBJETIVOS	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven pueda transformar necesidades no resueltas en objetivos que le satisfacen.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven transforma necesidades no resueltas en objetivos que le satisfacen.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Collage con recortes de revistas, en cartulina. ✓ Lámina con fuentes de información. ✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Me gano la marraqueta! ✓ Cuaderno introductorio del área. ✓ Formato de un proyecto. ✓ Listado de verbos para la formulación de objetivos. ✓ Guía para la evaluación de un proyecto. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Planificar y organizar proyectos" En esta sesión, los participantes tendrán la oportunidad de imaginar un proyecto y, en este contexto, fijar sus objetivos para vivenciar el beneficio de orientar acciones según un propósito definido. Durante el ejercicio, los/las jóvenes serán invitados a imaginar un proyecto que les permitirá autofinanciarse durante períodos de tiempo relativamente prolongados, a partir de la visualización de unas imágenes en un collage. Definido cuál será el proyecto, deben identificar un objetivo central y varios objetivos específicos. Finalmente se les solicitará recopilar información útil para este fin.
DESCRIPCIÓN	¡Me gano la marraqueta! Preparación: ✓ En un pliego de cartulina pegue imágenes de revistas que tengan un tamaño y colorido atractivo para ser visualizadas por todo el grupo. Forme un collage con fotos bien diversas (por ejemplo: árboles, suéteres, animales, un teléfono, herramientas, un lavatorio, lentes, chocolates, autos, casas, ancianos, un sol, etc.). Puede utilizar los insertos de publicidad de periódicos de día domingo. ✓ Imprima la lámina con el formato de un proyecto, que se encuentra más adelante en el material didáctico; una copia por participante y una adicional para pegar en la pizarra. ✓ Imprima la lámina con los verbos para la formulación de objetivos; una por grupo. Recorte los casilleros para que cada verbo sea una tarjeta. Agrupe las tarjetas bajo un clip, de forma tal que arme un set de verbos para objetivos generales y un set de verbos para objetivos específicos.

- ✓ Imprima la lámina con las fuentes de recopilación de información; una por grupo.
- ✓ Imprima la guía de evaluación de un proyecto; una copia para pegar en la pizarra.
- ✓ Imprima el formato para evidencia; un ejemplar por participante.

Desarrollo:

Paso 1

1. Introduzca la sesión basándose en el cuaderno introductorio del área y en los antecedentes para el/la profesional explicando, por ejemplo, qué es planificar y su relación con un proyecto.
2. Invite a los/las participantes a ponerse en la siguiente situación: Pedro y Camila están recién egresados de la escuela y van a inventar un proyecto que les permita autofinanciarse por un año. La situación se la plantean teniendo en consideración que cuando los jóvenes salen de la Enseñanza Media les toma un tiempo conseguir su primer trabajo en una empresa, o que durante cualquier momento de sus vidas laborales no querrán o no podrán obtener un trabajo remunerado estable. Por esta razón ellos quieren desarrollar un proyecto concreto que les permita ganar dinero en forma independiente. Están decididos a postular a un “crédito blando” (bajo interés) para financiar el despegue del proyecto.
3. Pegue en la pizarra la hoja que contiene el formato del proyecto, para que los/las participantes lo tengan a la vista, destacando con lápiz plumón o con color, la etapa que van a desarrollar en esta sesión. Explíqueles que ésta es la primera de varias en las que desarrollarán el proyecto, paso a paso.

Al inicio de cada sesión deberá pegar nuevamente este formato como instrumento recordatorio de la secuencia que se está trabajando. Cuide de guardarlo al finalizar la sesión.

4. Motive a los/las participantes a que formen grupos de trabajo de dos o tres personas, teniendo como criterio que sean personas afines, ya que deberán compartir el trabajo por varias semanas. Deberán nombrar un coordinador, el que desempeñará esta función hasta el fin del proyecto (cinco sesiones).
5. Una vez formados los grupos coménteles que ellos serán Pedro y Camila. Cada grupo, independientemente de cuántas personas lo componga, será Pedro y Camila. Sin embargo, pueden cambiar los nombres si lo desean, según sus propias preferencias.
6. Usted les pedirá que imaginen un proyecto, que lo bauticen con un nombre apropiado y que definan la contribución que hará el proyecto; los productos o servicios que ofrecerá y los beneficiarios de la iniciativa. Por ejemplo, puede ser que algún grupo se oriente a ofrecer servicio de almuerzos a domicilio, que lo bauticen como “Marmita” y que entregue comida rápida preferentemente a oficinas.
7. Para estimular la imaginación y simbolizar cada proyecto, presente el collage con las fotos de revistas. Cada grupo deberá seleccionar mentalmente una de las fotos y relacionarla con el proyecto que desarrollará. Así, puede ser que algún grupo escoja la imagen de un niño y diga que el proyecto se orienta a ofrecer servicio de almuerzos y que esperan que la iniciativa crezca y se desarrolle en el tiempo, como un niño.
Otorgue 15 minutos.

Paso 2

1. Hecho lo anterior, explique la importancia de los objetivos, apoyándose en la guía de la actividad. Puede hacer énfasis en los beneficios que tiene definir un objetivo para movilizar acciones en una dirección determinada, el valor de tener objetivos personales en la vida y las razones de por qué a veces no nos planteamos objetivos. Comente que Pedro y Camila tienen que tener claro qué esperan lograr con su proyecto.
2. Entregue al coordinador de cada grupo un set de tarjetas con los verbos útiles para definir objetivos. Al interior del grupo ellos se distribuyen las tarjetas y formulan, individualmente y por escrito, un objetivo general y los objetivos específicos, a partir del verbo que les da la sugerencia. Cada miembro del grupo recibirá varias tarjetas y, a partir de cada palabra, escribirá una frase.
3. Luego comparten el trabajo individual y llegan a un acuerdo respecto de cuáles serán los objetivos que quieren lograr con el proyecto. Pedro y Camila, como buenos socios, deben consensuar al menos tres objetivos. Otorgue 15 minutos.

Plenario:

Cada grupo, representado por el coordinador, comparte con los demás el nombre del proyecto, el servicio que ofrece, la imagen escogida y su vínculo con el proyecto, el objetivo general y los objetivos específicos definidos.

Un voluntario toma nota de los proyectos en el pizarrón o en una hoja de papelógrafo, consignando los siguientes cinco ítems:

	Nombre del proyecto	Servicio que ofrece	Imagen escogida (sin consignar el vínculo)	Objetivo general	Objetivos específicos
1.					
2.					
etc.					

EVALUACIÓN

Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).

CIERRE

Cierre la actividad señalando los beneficios de planificar y de llevar a cabo un proyecto en forma organizada, en función de objetivos. Los/las participantes habrán experimentado la perspectiva que ofrece la elaboración de un proyecto concreto de autofinanciamiento.

Remarque el hecho de que se está en la primera fase de un proceso de cinco etapas que se seguirán desarrollando en las sesiones siguientes.

Pegue en la pizarra la hoja que define los criterios de evaluación de proyectos e invítelos a conocerlos para que reconozcan los aspectos que tendrán que considerar para lograr calidad en sus trabajos.

Anticipación para la sesión siguiente:

A partir de la conclusión anterior, usted les solicitará a Pedro y Camila iniciar el paso siguiente: la búsqueda de información. Para ello entregará a cada grupo el material didáctico correspondiente (lámina con fuentes de información), aclarando a los participantes que la búsqueda se hará fuera del horario de clases y que para la próxima sesión deberán traer algún producto de esa indagación.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 13 BÚSQUEDA Y ANÁLISIS DE INFORMACIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven logre apreciar la utilidad de buscar información y de ponerla al servicio de determinados objetivos, siguiendo ciertos pasos ordenadores.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven identifica técnicas de recolección, organización y análisis de información, en función de objetivos definidos.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Collage con recortes de revistas, en cartulina. ✓ Lámina con fuentes de información. ✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡IUPLA! ✓ Formato de un proyecto. ✓ Listado de verbos para la formulación de objetivos. ✓ Guía para la evaluación de un proyecto. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Búsqueda y análisis de información” Al finalizar la actividad anterior se les solicitó a los/las participantes recopilar información, para lo que se les entregó una guía general de los tipos de fuentes a los que podían acceder. En esta sesión se darán algunas pautas complementarias y se hará énfasis en que la información recopilada se debe organizar con un fin específico, en este caso, completar una cuadrícula FODA. Para ello el curso formará los mismos grupos que en la sesión anterior y harán un análisis de las condiciones en que se desarrolla el proyecto ideado por ellos, utilizando la información recopilada e identificando lo que les falta.
DESCRIPCIÓN	¡IUPLA! Preparación: ✓ En una esquina de la pizarra pegue la hoja que contiene el formato del proyecto, para que los/las jóvenes lo tengan a la vista, destacando con lápiz plumón o con color, la etapa que van a desarrollar en esta sesión. ✓ Imprima la lámina de la cuadrícula FODA y distribuya una por participante. Desarrollo: 1. Consulte a los/las participantes cómo han trabajado Pedro y Camila y qué avances lograron en el proceso de búsqueda de información. A partir de las respuestas obtenidas, entregue reseñas complementarias del tipo de las que se presentan en los antecedentes para el profesional. Haga énfasis en que la información se busca con un fin u objetivo determinado y mencione cómo ella puede organizarse (cuadros de datos, gráficos, etc.).

2. Permítales hacer un ordenamiento del material que han traído. Luego, con la ayuda de los coordinadores, distribuya la lámina de la cuadrícula FODA y otorgue algunos minutos para su lectura individual. Concluido el tiempo, dibuje la cuadrícula en la pizarra y aclare las dudas o preguntas que surjan.

Si algunos grupos no han recopilado información, el paso siguiente puede hacerse con elementos inventados y, de esta manera, se evita que el ánimo decaiga.

3. Comente que ahora Pedro y Camila tienen claro en qué consiste esta herramienta y están en condiciones de vaciar la información que poseen, recopilada anteriormente, a su propia cuadrícula FODA. Otorgue aproximadamente 15 minutos para que distribuyan la información en la cuadrícula.
4. Los/las participantes tomarán conciencia de aquellos aspectos identificados como oportunidades o fortalezas y reflexionar respecto de cuán afectado se puede ver el proyecto por debilidades o amenazas detectadas, qué variaciones habría que realizar o que obstáculos sortear.

Es el momento de decidir qué información falta para llevar adelante el proyecto o para hacerle los ajustes necesarios, antes de seguir con el plan de acción.

Plenario:

Un representante por grupo, de preferencia el/la coordinador/ra, explica brevemente los resultados del ejercicio haciendo especial hincapié en aquellos elementos que son difíciles de sortear para realizar el proyecto y si es que deben hacer alguna variación respecto de lo que habían pensado inicialmente.

EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	El/la profesional orientará respecto de la importancia de la etapa de recolección, organización y análisis de la información, recordando que es posible encontrar múltiples fuentes de información y motivando a los participantes a que continúen recopilándola en función de las necesidades que vendrán en las etapas siguientes del proyecto. Para introducir el tema de uso de Internet pregunte cuántos participantes están familiarizados con esta herramienta. Motive su conocimiento y distribuya la guía para el uso de ella.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 14 PLAN DE ACCIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven realice acciones dirigidas hacia un objetivo, con un régimen de anticipación y organización.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven comprende el sentido de un plan de acción. ✓ Joven conoce herramientas que facilitan la programación de las actividades de un proyecto.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	2 - 6
MATERIALES	✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad Y AHORA... ¿QUÉ HAGO? ✓ Guía para la elaboración de una carta Gantt. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Programar un plan de acción” Esta actividad tiene por objeto relacionar el concepto de “proyecto” con las herramientas que permiten programar un plan de acción. Para que los/las participantes puedan apreciar los beneficios de realizar las actividades de acuerdo a un cierto orden secuencial, se trabajará con un instrumento específico de organización: la carta Gantt. Divididos en grupos, los/las participantes estructurarán la etapa de “organización del proyecto”. Decidirán cómo se llevará a cabo la iniciativa, qué personas trabajarán en ella, en qué lugar, con qué horario, etc. A partir de las actividades que generen esas definiciones, se construirá una programación empleando una carta Gantt.
DESCRIPCIÓN	Y AHORA... ¿QUÉ HAGO? Preparación: ✓ En una esquina de la pizarra pegue la hoja que contiene el formato del proyecto, para que los/las jóvenes lo tengan a la vista, destacando con lápiz plumón o con color, la etapa que van a desarrollar en esta sesión. ✓ Imprima la guía para la elaboración de una carta Gantt, que se encuentra en el material didáctico. Distribuya una copia a cada participante. Desarrollo: 1. Invite a los grupos a organizar el plan de acción del proyecto enunciado por Pedro y Camila. Hágales ver que éste es el paso que corresponde luego de haber formulado los objetivos del proyecto en las sesiones anteriores, de haber recopilado la información necesaria y de haber analizado el contexto en que operará, mediante la cuadrícula FODA. 2. Solicítele que imaginen cómo van a llevar a cabo el proyecto. Deberán preguntarse qué acciones se realizarán para que el proyecto comience a funcionar, tales como, conseguir un local, habilitarlo, obtener permisos, elaborar un presupuesto, distribuir responsabilidades,

	contratar personas, determinar los horarios en qué se ofrecerá el producto o servicio, realizar compras, obtener una línea telefónica, imprimir publicidad u otros, etc. Otórguele 10 minutos a esta sección, la que debe concluir con la elaboración de un listado de actividades. Recuerde a los/las participantes que ellos tienen copia de la lámina que consigna las secciones de un proyecto y que pueden utilizarla para hacer seguimiento de los avances que han realizado. 3. A través de los coordinadores de grupo, distribuya la guía para la elaboración de una carta Gantt. 4. Ahora pídale que, en los siguientes 10 minutos, ordenen el listado, señalando cuánto tiempo requiere cada actividad y en qué secuencia se deben llevar a cabo. 5. Finalmente solicíteles que elaboren una carta Gantt, seleccionando las cinco o seis, máximo ocho principales actividades del listado. Es importante que las actividades seleccionadas estén vinculadas entre sí. Otorgue 15 minutos para realizar esta parte del ejercicio. Plenario: El/la coordinador/a de cada grupo pegará en la pizarra la carta Gantt que han elaborado y la explicará brevemente al curso, comentando los nuevos conocimientos que con ella adquirieron.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Al finalizar la actividad, el/la profesional remarcará la importancia de organizar adecuadamente el trabajo en equipo, de determinar las etapas de un proyecto y sus actividades asociadas, y de establecer de antemano los plazos en que se proponen cumplir las tareas. Incentivará a los participantes para que utilicen las herramientas que ayudan a planificar un proyecto, mostrando las distintas cartas Gantt que están pegadas en la pizarra y destacando los aspectos relevantes de la construcción de este instrumento.

Propiedad

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 15 PRESUPUESTO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven reconozca las potencialidades de un “presupuesto”, como herramienta de planificación y manejo de los recursos económicos de un proyecto.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven utiliza la herramienta “presupuesto” para lograr mayor eficiencia en el desarrollo de un proyecto.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices. ✓ Hojas en blanco.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Dos y dos son Cinco! ✓ Pauta para elaborar un presupuesto. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Presupuesto” Esta actividad permite ejercitar el uso de un presupuesto, en el marco de un proyecto. Para desarrollar este ejercicio cada grupo identificará los costos e ingresos del proyecto que han ideado y los consignará en un formato que contribuya a la planificación global de la iniciativa.
	Actividad: ¡Dos y dos son Cinco! Preparación: ✓ En una esquina de la pizarra pegue la hoja que contiene el formato del proyecto, para que los/las jóvenes lo tengan a la vista, destacando con lápiz plumón o con color, la etapa que van a desarrollar en esta sesión. ✓ Imprima la pauta para la elaboración de un presupuesto, que se encuentra en el material didáctico. Distribuya una copia a cada participante. Desarrollo: Paso 1 1. Recuerde a los/las participantes que al final de la primera sesión, Pedro y Camila dejaron establecidos los objetivos del proyecto. En la Actividad 2 recopilamos y organizamos información útil en función de una cuadrícula FODA. En la Actividad 3 definieron los pasos de un proyecto, aplicando una carta Gantt. Ahora necesitan planificar y administrar los recursos económicos del proyecto, con apoyo de la herramienta llamada “presupuesto”. Su objetivo es producir la utilidad suficiente para autofinanciarse durante un período de seis meses. 2. Solicite a los grupos que elaboren un presupuesto para su proyecto, basándose en el material didáctico. Indique al coordinador de cada grupo que distribuya este material. Otorgue 20 minutos para la realización de esta tarea. 3. Una vez construido el presupuesto, Pedro y Camila deberán preguntarse si la utilidad resultante satisface sus expectativas y hacer los ajustes necesarios. Si descubren que necesitarán financiamiento extra para la etapa inicial del proyecto, tendrán que solicitar algún crédito blando (bajo interés), estimando con precisión el monto que deberán comprometer.

DESCRIPCIÓN	Paso 2 4. Solicite que un/a representante de cada grupo se integre en otro equipo para explicar el presupuesto que han elaborado y las fuentes de financiamiento que idearon. El grupo receptor escucha activamente y entrega su opinión al respecto. Se produce, entonces, que en cada uno de los grupos se habrá recibido la visita de un foráneo que comentó cómo, en su equipo, construyeron el presupuesto y éste, a su vez, recibió retroalimentación de todos quienes lo escucharon. De esta forma, el/la visitante vuelve a su grupo de origen y comenta las sugerencias que recibió. El equipo las analiza e incorpora las modificaciones que estime pertinente, en su propio presupuesto. Se produce, así, que en cada grupo se cuenta con tres visiones: la propia, la del que vino a comentar su trabajo y una tercera proveniente de quien vuelve a su núcleo de origen y trae los comentarios que recibió donde el vecino. Otorgue 15 minutos para que los grupos efectúen estos intercambios. Circule entre los grupos entregándoles apoyo y velando porque, tanto los ítems como las cifras que estimen, respondan a una lógica razonable. Plenario: El/la coordinador/a de cada grupo entrega brevemente su visión respecto de la comparación de presupuestos que realizaron anteriormente y sus implicancias.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	El/la profesional pondrá el acento en lo importante que es considerar que el desarrollo de un proyecto siempre involucra gastos, los que deben ser estimados con antelación en términos globales, y ajustados o reasignados a medida que se ejecuta el proyecto. También se debe tener claridad de qué camino se utilizará para la obtención de los recursos necesarios, planteando alternativas. Finalmente es necesario cautelar el equilibrio entre gastos e ingresos, para generar una utilidad acorde a las necesidades.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 16 PRESENTACIÓN DE UN PROYECTO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven desarrolle la capacidad de presentar y evaluar un proyecto.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven desarrolla la capacidad de presentar y evaluar un proyecto.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápices.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de actividad ¡Feria de proyectos! ✓ Pauta para elaborar el resumen ejecutivo del proyecto. ✓ Pauta para la evaluación del proyecto. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Presentar y evaluar un proyecto” Con esta actividad se cierra el ciclo de Planificación y Gestión de Proyectos, entregando elementos útiles para la presentación y evaluación de una iniciativa. En esta sesión cada grupo presentará al resto del curso su proyecto. Un jurado emitirá su opinión, apoyado en una pauta de evaluación de aspectos específicos del proyecto y, finalmente, el curso se pronunciará por el proyecto que merezca la mejor opinión, de acuerdo al sentir de la mayoría.
ACTIVIDAD	¡Feria de proyectos! Preparación: ✓ Fotocopie la pauta para elaborar un resumen ejecutivo del proyecto. Disponga de una para cada participante. ✓ Fotocopie la pauta para la evaluación del proyecto. Disponga de una para cada miembro del jurado. ✓ Cite a los/las coordinadores/as de grupo, con una semana de anticipación, para explicarles la preparación que requiere esta actividad. Entrégueles el formato para elaborar el resumen ejecutivo del proyecto. ✓ Tenga preparada una réplica o fotocopia de un cheque en blanco, para llenarlo por el monto correspondiente, según la opinión del jurado y el veredicto del curso. ✓ En una esquina de la pizarra pegue la hoja que contiene el formato del proyecto, para que los/las jóvenes lo tengan a la vista, destacando con lápiz plumón o con color, que se trata de la última etapa de este proceso de planificación. Desarrollo: 1. Solicite la participación voluntaria de un/a integrante de cada grupo e invítelo a formar parte del jurado que hará la calificación técnica de los proyectos, siguiendo una pauta de evaluación. 2. Invite a cada grupo para que -en representación de Pedro y Camila (o los nombres que hayan decidido utilizar)- realicen una breve presentación del proyecto ante todo el curso.

3. Cada grupo dispondrá de un máximo de siete minutos para presentar su proyecto. De preferencia, deben hacerlo en forma gráfica. Pueden utilizar una maqueta, fotos, láminas, dibujos, etc. La gráfica debe ser acompañada por una explicación verbal clara y breve, siguiendo el formato del resumen ejecutivo.

Usted deberá prestar especial atención a la administración del tiempo, considerando que luego de las exposiciones el jurado tendrá que deliberar, antes de formular su opinión

Plenario:

Al finalizar las exposiciones y basándose en la pauta de evaluación, el jurado deberá determinar un puntaje para cada proyecto. Uno de los integrantes del jurado deberá fundamentar técnicamente los puntajes asignados. Luego votarán todos los integrantes del curso. Al hacerlo, cada cual tendrá especialmente en cuenta la opinión del jurado, además de sus propias percepciones y juicios.

Para facilitar la formación de juicios respecto de los proyectos presentados, usted puede generar una pequeña discusión formulando preguntas tales como: ¿cuál de los proyectos consideran el más innovador?, ¿cuál piensan que obtendría mejores resultados?, ¿cuál merece ser implementado?, etc. La votación se hará levantando la mano por el que consideren más valioso.

Al proyecto ganador, usted le hará entrega del cheque por un monto igual al valor del crédito que hubieran debido solicitar. Si el proyecto ganador no contempló solicitar crédito, extienda el cheque por una cifra que pueda representar el capital inicial del mismo.

EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Los/las jóvenes evaluarán brevemente la experiencia de haber desarrollado un proyecto económico, como medio para lograr autonomía. El/la profesional deberá subrayar la importancia de planificar y gestionar iniciativas, con el propósito de optimizar resultados.

Propiedad

MÓDULO N° 4

“APRESTO LABORAL”



OBJETIVO

Desarrollar con el/la joven un proceso de inducción para su inserción laboral, a través de actividades de apresto.

El modelo de formación en competencias para la empleabilidad, incorpora como estrategia de intervención la realización de **talleres de apresto laboral**, que tiene como objetivo en primer lugar el establecimiento de un **vínculo entre el/la joven y el profesional interventor y**, junto con ello **la entrega de herramientas** que promuevan y faciliten su desarrollo laboral, contribuyendo además al **mantenimiento de conductas prosociales** adquiridas durante su participación en el Programa, además de aumentar su empleabilidad futura.

El objetivo de las actividades es que los/las jóvenes conozcan en forma práctica las distintas etapas que involucra el proceso de búsqueda de trabajo, llegando a transformarse *en su propio motor de búsqueda*. Es decir, que sean capaces de aprender a hacerlo por sí mismos/as y de una manera exitosa: que adquieran, desarrollen y sepan poner en marcha las herramientas más adecuadas (elaborar un buen currículum, carta de presentación, perfeccionar sus habilidades sociales enfocadas a una buena entrevista de trabajo, etc.) para una búsqueda de empleo efectiva.

Estos talleres han sido elaborados tras la revisión de materiales de empleabilidad del Programa de Competencias Laborales de Fundación Chile y el Programa de Intermediación Laboral para jóvenes que han infringido la ley de la Fundación Proyecto B, ambos basados en modelos cognitivos.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 1 BUSQUEDA DE EMPLEO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven que busque trabajo adquiera, desarrolle y sepa poner en marcha las herramientas más adecuadas para una búsqueda de empleo efectiva.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven adquiere herramientas para búsqueda de trabajo, tales como: elaboración de currículo, carta de presentación, desarrollo de habilidades para entrevista de trabajo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Apuntes “Búsqueda eficaz de empleo” (1 por cada grupo). ✓ Power Point “Búsqueda eficaz de empleo”. ✓ Video Autoconocimiento profesional. ✓ Hoja de recursos Autoconocimiento. ✓ Video motivacional Ashton Kutcher. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Búsqueda de empleo” La búsqueda de un trabajo es una tarea no exenta de dificultades, ya sea por la poca oferta laboral de las empresas o bien por la escasa información sobre puestos de trabajo. En la actualidad, el desempleo o falta de trabajo es uno de los grandes dilemas tanto de las sociedades desarrolladas como de las menos favorecidas. Será necesario entonces reinventarse en el caso de los nuevos desempleados o bien diferenciarse del resto en el caso de los que por primera vez buscan un empleo, considerando además todos los factores tanto externos como internos que serán determinantes en la búsqueda de un empleo para lograrlo con éxito. La búsqueda de empleo es un trabajo importante que no se puede improvisar. Requiere reflexión, tiempo y sobre todo método. Si te organizas y planificas tu búsqueda de empleo, tendrás mayores probabilidades de conseguir el trabajo que realmente deseas.
DESCRIPCIÓN	Preparación: ✓ Imprima el apunte “Búsqueda eficaz de empleo”. Disponga de uno por cada grupo. ✓ Imprima la pauta para la evaluación de la actividad. Disponga de una para cada participante. Desarrollo: Solicite al grupo dividirse en equipos de dos o tres participantes. Cada grupo debe leer el apunte “Búsqueda eficaz de empleo”: Posteriormente a la lectura del apunte, se explican a través de la exposición del power point los conceptos teóricos relativos a la adecuada búsqueda de un empleo, en que se desarrollan cada una de las etapas que van desde el autoconocimiento, preparación de la documentación hasta la entrevista de trabajo.

	En un segundo momento, se exhibe el video autoconocimiento profesional. Al finalizar éste, se hace entrega a cada uno de los/las participantes de la hoja de recursos, que contiene una autoevaluación con preguntas relativas al autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades a la hora de buscar trabajo. Este proceso ayudará en esta tarea, así como también a lograr establecer cuáles son sus preferencias o prioridades. Plenario: Para finalizar realice un mini foro en donde cada uno exponga sus respuestas. Modélelas de modo que las opiniones sirvan a todos para aclarar sus dudas. Se realiza el cierre, con la exposición del video motivacional de Ashton Kutcher.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 2 REDES PARA LA INSERCIÓN LABORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique y reconozca los distintos métodos formales e informales para la búsqueda de empleo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce métodos formales e informales para la búsqueda de empleo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Computador con conexión a internet y parlantes. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point “redes para la inserción laboral”. ✓ Video de refuerzo “herramientas TIC para la búsqueda de empleo”. ✓ Apunte “redes para la inserción laboral”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “REDES PARA LA INSERCIÓN LABORAL”
DESCRIPCIÓN	Se inicia la actividad con la exposición de contenidos a través del power point “redes para la inserción laboral”, donde se explicarán los pasos a seguir y las distintas fuentes de información que se pueden consultar en el proceso de búsqueda de empleo. Para el desarrollo de esta actividad se debe utilizar un computador con conexión a internet a fin de que los/las participantes puedan ejercitar la búsqueda de empleo a través de las páginas web indicadas en la exposición. Se debe verificar que el/la joven cuente con un correo electrónico formal, en caso contrario se debe crear una cuenta junto a él/ella. Posteriormente se exhibirá el video de refuerzo “herramientas TIC para la búsqueda de empleo”. Al finalizar la exposición se hará entrega a los/las participantes de un apunte que contenga toda la información entregada en la exposición.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA Nº 3 CURRICULUM VITAE

OBJETIVO	✓ Que el/la joven aprenda o plasme sus competencias al elaborar un Curriculum Vitae. ✓ Que el/la joven aprenda a estructurar y organizar la información de su Curriculum Vitae.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven aprende a elaborar un Curriculum Vitae basado en sus competencias. ✓ Joven aprende a estructurar y organizar la información de su Curriculum Vitae.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Computador e impresora. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point curriculum vitae. ✓ Apunte diseñando un currículum vitae. ✓ Hoja de recursos. ✓ Modelo de curriculum vitae. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Para el desarrollo de esta actividad se entregará a los/las jóvenes las herramientas para construir un currículum basado en competencias. Este tipo de currículum vitae ofrece ventajas a quienes desean destacar las competencias que poseen para desempeñarse en el cargo específico al que postulan, más allá de su experiencia previa o formación educacional (Peña, 2005). Este es el caso de la mayoría de los/las jóvenes infractores de Ley, ingresados a programas de sanciones de la LRPA, en tanto la mayoría de ellos(as) no posee experiencia laboral previa y no posee formación técnico-profesional. El currículum por competencias profesionales es aquel documento que articula los conocimientos globales, conocimientos profesionales y experiencias laborales, con las características del empleador(a) a quien se le presentará. Este tipo de currículum debiese contener como mínimo datos personales, objetivo, experiencia profesional expresada en competencias, formación académica, información adicional, nombre, firma y fecha (Peña, 2005). Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Elaboración de currículum vitae” Al iniciar la actividad, explique a los/las participantes la importancia de la elaboración de un currículum vitae y la preparación de la documentación necesaria para postular a un puesto de trabajo. El currículum vitae es la principal herramienta de presentación que te define profesionalmente. Es la expresión clara y concisa de tus datos personales, formación, experiencia profesional y valores para el puesto que solicitas. El currículum vitae es como un buen anuncio, una invitación que incita al lector a conocer más de ti mediante un contacto personal. El objetivo último no es conseguir el trabajo, sino conseguir una entrevista personal, a través de la cual intentarás conseguir el puesto de trabajo.

DESCRIPCIÓN	En primera instancia deberá presentarse a el/la joven la definición de un currículum por competencias y cómo crearlo, utilizando el power point “curriculum vitae” y entregarle el apunte “diseñando un curriculum vitae”. Una vez revisada la presentación deberá solicitársele a el/la joven que enumere las capacitaciones o experiencias laborales o nivel educacional que posee en el recuadro designado para ello en la hoja de recursos, al lado derecho deberá agregar qué aprendió en cada una de esas instancias y cómo eso le servirá para el empleo al que postulará. Esto significa que debe observarse el perfil de cargo de los cupos a los que postulará para determinar qué competencias destacar. A continuación, se utilizará el modelo de curriculum incluido en la carpeta de recursos y el/la profesional deberá ayudar a el/la joven en la realización de su CV, poniendo énfasis en la organización de la información y en las competencias de el/la joven, aclarando dudas y entregando sugerencias. Indíqueles que deben realizar el trabajo en forma pulcra y ordenada, además de revisar la ortografía. Luego de esto, proceda a establecer los tiempos de trabajo, supervisando en cada instante el normal desarrollo de la actividad. Una vez terminado el documento el/la profesional deberá asistir a el/la joven en su digitalización con el fin de tener una copia impresa al momento de que el/la joven busque empleo.
EVALUACIÓN	Se solicita a cada uno de los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las asistentes su participación, se exponen principales conclusiones obtenidas y se refuerzan las ideas más importantes desarrolladas durante la actividad.

Propiedad Intelectual

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 4 ENTREVISTA DE TRABAJO	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven pueda desarrollar estrategias que le permitan transmitir sus fortalezas en una entrevista laboral, reconociendo sus elementos a mejorar.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven desarrolla estrategias para transmitir sus fortalezas en una entrevista laboral, reconociendo sus elementos a mejorar.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Hoja en blanco. ✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video “Como prepararse para una entrevista de trabajo”. ✓ Apunte “En búsqueda de un trabajo”. ✓ Power Point “Consejos para Enfrentar una Entrevista de Trabajo”. ✓ Video “Entrevista de trabajo a candidato no apto”. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Entrevista de trabajo” Uno de los elementos más relevantes a la hora de promover la empleabilidad de una persona consiste en entregarle herramientas para que, al desempeñarse en una entrevista de trabajo aumente sus oportunidades de ser seleccionado(a) para el puesto. Esta entrevista es además una oportunidad para los/las jóvenes deban enfrentarse directamente a procesos de selección estándar realizadas por personas que no necesariamente han trabajado con jóvenes infractores de ley previamente y que por lo tanto podrían brindarles una mirada a los procesos en que deberán participar a futuro. Inicie la actividad explicando la importancia de preparar adecuadamente una entrevista laboral. Hágales ver la importancia actual del empleo, sobre todo en tiempos de crisis y como pueden ellos diferenciarse del resto de los postulantes a un empleo.
DESCRIPCIÓN	Se inicia la actividad con el video “Como prepararse para una entrevista de trabajo”. Posteriormente se presenta un power point que contiene el desarrollo de consejos para enfrentar una entrevista de trabajo, a fin de explicar las principales recomendaciones que hay que tener en cuenta en una entrevista. Paralelamente se deben ir aclarando dudas y dando algunos ejemplos. Hacer entrega del apunte “en búsqueda de un trabajo”, a fin de reforzar contenidos de la presentación. A continuación se exhibirá el video “Entrevista de trabajo a candidato no apto” y se hará entrega de una hoja en blanco, donde deberán ir apuntando los errores que comete el entrevistado durante la entrevista.

	Plenario: Para finalizar solicite a cada uno de los/las participantes su opinión sobre la importancia de preparar adecuadamente una entrevista de trabajo y que fortalezas cree que podría destacar durante su entrevista laboral, así como tres dificultades que puede mencionar como elementos a mejorar.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual MEC



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 5 NORMAS Y DISPOSICIONES DE LA LEGISLACION LABORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca sus derechos y deberes como trabajador(a) de cualquier empresa.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce sus derechos y deberes como trabajador(a) de cualquier empresa.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 6
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video “Derechos humanos laborales”. ✓ Video “Derechos del trabajador”. ✓ Hoja de recursos. ✓ Manual de apoyo a la Empleabilidad para Jóvenes. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Conociendo y haciendo valer los derechos laborales” A partir del desarrollo de esta actividad los/las jóvenes podrán conocer e identificar sus derechos como parte de la fuerza laboral del país. Del mismo modo, la actividad, permite que los/las jóvenes puedan hacer valer sus derechos a partir del conocimiento de las estructuras legales emanadas del Código del Trabajo y se busca el reconocimiento de sus derechos y la promoción de los mismos tanto en el ejercicio de sus prácticas laborales como en su futuro laboral. Todas las personas, por el simple hecho de vivir contamos con ciertos derechos y obligaciones que nos marcan distintas leyes. Existen distintos tipos de derechos humanos. Entre ellos están; los Derechos Laborales. Los derechos laborales; son el conjunto de normas y principios que tienen el objetivo de regular o controlar las relaciones que existen entre los empleadores y los trabajadores. Estos derechos regulan temas como, las jornadas de trabajo, sueldos, vacaciones, prestaciones, indemnizaciones entre otros beneficios que se tienen como trabajador.
DESCRIPCIÓN	ACTIVIDAD N° 1: Derechos humanos laborales Introduzca la actividad con la exposición del video “derechos humanos laborales”, realizando pausas luego de cada definición o explicación de algún contenido, a fin de ir realizando en forma inmediata un análisis y explicación de los conceptos. Una vez finalizado el video, se hará entrega de la hoja de recursos que contiene ejemplos de violación de los derechos humanos de algún/a trabajador/a. Se debe solicitar a los participantes que puedan dar lectura a los ejemplos y responder las preguntas planteadas para el análisis.

	ACTIVIDAD N° 2: Derechos del trabajador En un segundo momento se exhibirá el video “derechos laborales”. Una vez finalizado, se hará entrega de la hoja de recursos, que contiene cada uno de los derechos de los trabajadores expuestos, como estos se pueden ver afectados a través de algunos ejemplos concretos y cómo podemos ejercer su validez y respeto. Para finalizar esta actividad se deberá hacer entrega a el/la joven el Manual de apoyo a la Empleabilidad para Jóvenes (Programa de Intermediación Laboral para los/las jóvenes sancionados(as) bajo la Ley de Responsabilidad Penal Adolescente, Fundación Proyecto B). Este documento contiene la información necesaria para entregar a el/la joven información relevante a su inserción laboral por lo que resulta pertinente que cada asesor(a) laboral lo revise en detalle y complemente la información ahí consignada con fuentes más amplias y actualizadas. Este manual deberá revisarse junto a el/la joven, aclarando dudas respecto a la información ahí contenida. Deberá el/la asesor(a) laboral tomar nota respecto a cuales temáticas no abordadas en el manual podrían ser de interés para el/la joven y así abordarlas en futuras sesiones.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 6 CONDUCTO REGULAR

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca los conductos regulares mediante los cuales resolver conflictos en su trabajo, así como herramientas básicas que le permitan canalizar la información que desea comunicar a través de los protocolos establecidos para ello.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce los conductos regulares mediante los cuales puede resolver conflictos en su puesto de trabajo. ✓ Joven conoce herramientas básicas para canalizar la información que desea comunicar a través de los protocolos establecidos para ello.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Power point conducto regular. ✓ Hoja de recursos Conducto regular. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Conducto regular” Se ha observado que una de la mayores dificultades a las que se ven enfrentados(as) los/ las jóvenes al ingresar a una empresa es utilizar los conductos regulares de comunicación dentro de ésta y hacerle saber a sus jefes(as) de manera oportuna situaciones que afectan su inserción laboral. Esto a su vez complejiza poder responder como ante conflictos emergentes durante la inserción laboral y muchas veces decanta en que los/las jóvenes renuncien o sean despedidos(as) ante situaciones que podrían haberse solucionado mediante la gestión del Programa y la entrega oportuna de información relevante a la situación. Es por ello que se incluye en el apresto laboral una actividad donde se presente el concepto de conducto regular, entendido como aquel canal disponible en la empresa para comunicar distintas situaciones que puedan afectar a el/la trabajador(a), y donde se revisen maneras sobre cómo hacer un uso adecuado y oportuno de los conductos disponibles.
DESCRIPCIÓN	En primer lugar deberá indagarse sobre el conocimiento que el/la joven tiene acerca de los conductos regulares que debe respetar al responder ante distintas situaciones en su trabajo (como por ejemplo presentar una licencia por enfermedad). Para la revisión de contenidos se utiliza el power point “conductos regulares” disponible en carpeta de recursos. Posteriormente se solicitará a el/la joven que escriba posibles respuestas ante cada situación tipo, presentadas en el anexo hoja de recursos. El/la profesional deberá solicitar a el/la joven información respecto a las creencias, valores y actitudes que sustentan las respuestas que ha elaborado, dando cuenta de las posibles consecuencias positivas y negativas de éstas.

	Actividad N° 2: “Hábitos y conductas laborales” Exponer a través de un power point los contenidos relativos a “como deberá ser nuestra conducta y hábitos en el trabajo”, los que deben ir siendo analizados paso a paso a través de ejemplos prácticos junto a los/las participantes.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual MEC



ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 7 RELACIÓN CONTRACTUAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca los elementos principales enunciados en un contrato de trabajo y liquidación de sueldo.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce los elementos principales enunciados en un contrato de trabajo y liquidación de sueldo.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Evaluación socioeducativa. ✓ Power point point "leyes laborales". ✓ Hoja de recursos.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: "Relación contractual" Cuando uno de los/las jóvenes ha desarrollado una actividad laboral o se encuentra dentro de sus metas a corto plazo, se deben revisar en conjunto las condiciones formales que deben cumplir, tales como el Contrato de Trabajo y Liquidación de sueldo. Abordar este tema resulta indispensable pues le entrega a el/la joven información que le permitirá analizar si es que los pagos realizados por la empresa son los acordados, determinar cuánto y por qué se le ha descontado dinero de su pago mensual y si es que se han cumplido las cláusulas estipuladas en el contrato.
DESCRIPCIÓN	Para el desarrollo de esta actividad se requiere que el/la joven tenga su Manual de apoyo a la Empleabilidad para Jóvenes. Deberá en primer lugar indagarse a través de una lluvia de ideas, sobre el conocimiento previo de el/la joven respecto a las distintas modalidades contractuales y en torno al contenido de un contrato de trabajo y una liquidación de sueldo. A continuación, se expone el power point "leyes laborales", realizando pausas luego de cada definición o explicación de algún contenido, a fin de ir realizando en forma inmediata un análisis y explicación de los conceptos. Una vez finalizado, se hará entrega de la hoja de recursos que contiene un juego de verdadero y falso, de distintas situaciones que pueden originar el despido de un/a trabajador/a. Se pueden formar grupos de dos o tres personas, las cuales discutirán las diversas afirmaciones que aparecen en la hoja de recursos. En la hoja de recursos existen tres posibilidades de respuesta: Verdadero - Falso - No resuelto". Para finalizar la actividad se discuten las respuestas de los/las participantes a través de un plenario, donde el/la profesional podrá ir completando las respuestas de los grupos, en base al material teórico revisado.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

MÓDULO Nº 5

“CAPACITACION LABORAL”



OBJETIVO

Promover la participación, mantención y certificación de el/la joven en la oferta de capacitación gestionada por el programa acorde a sus necesidades, intereses y motivaciones.

Este módulo incorpora el desarrollo de talleres orientados a la capacitación laboral, desarrollando un proceso que se inicia con la orientación vocacional de el/la joven a fin de que pueda seleccionar de la forma más acertada posible un curso de capacitación laboral en oficios, que tome en cuenta sus gustos, preferencias e intereses respecto de una serie de características personales y así orientar posteriormente su proceso de selección de acuerdo a sus habilidades y competencias.

El objetivo de estas actividades es que los/las jóvenes reciban por un lado orientación vocacional para su formación laboral, conozcan la oferta existente en capacitación disponible en la red pública y privada y puedan seleccionar finalmente un curso de capacitación que se adapte a sus habilidades e intereses, aumentando de esta forma las probabilidades de éxito en su aprobación y posibilidades de inserción laboral en el área de su competencia.

Propiedad Intelectual ME

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 1 ORIENTACIÓN VOCACIONAL PARA LA CAPACITACIÓN	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven identifique sus gustos, preferencias e intereses respecto de una serie de características personales para orientar su proceso de selección de estudios o profesión.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce resultados sobre su interés vocacional.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	Individual.
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Video de presentación educaweb. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Orientación Vocacional” Para la selección del curso de capacitación se utilizará como medio de apoyo digital, los recursos proporcionados por el enlace http://www.educaweb.com, que es un portal español que se dedica a la prestación de servicios de orientación profesional a personas, instituciones y centros de formación, y de consultoría educativa a empresas (centros de formación, compañías y administraciones públicas). Se introducirá la actividad con la exhibición del video de presentación educaweb. Posteriormente a la exhibición del video se explicará sobre la herramienta digital que será utilizada en nuestro caso, que será el instrumento GR, que ha sido elaborado con el ánimo de ayudar al/la joven en el proceso de decisión de su proyecto profesional. Este instrumento tiene como finalidad profundizar en el autoconocimiento para determinar qué estudios u ocupaciones pueden proporcionar una mejor satisfacción. Con el GR, el/la joven podrá ir identificando sus gustos, preferencias e intereses respecto una serie de características personales que deberá tener en cuenta en la selección de sus futuros estudios o profesión. Se deberán seguir todos los pasos que se establecen en el cuestionario. Está pensado para personas de todas las edades a partir de 16 años, y de cualquier nivel formativo.
DESCRIPCIÓN	Se inicia la aplicación del instrumento de exploración GR http://www.educaweb.com/orientacion/intereses-profesionales/ el cual contiene los siguientes ítems de evaluación: ✓ ¿Qué te gusta? ✓ ¿Qué te gusta hacer? ✓ ¿Qué sabes hacer? ✓ ¿Qué valoras en el trabajo? ✓ ¿Cómo eres?

	Enlace: Al finalizar se debe imprimir los resultados, a fin de leerlos junto al/la joven y analizar su opinión al respecto. Se le solicita que se lo lleve a casa y lo analice a fin de refirmar o precisar su elección durante la próxima actividad.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual MES

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 2
OFERTA DE CAPACITACIÓN Y EMPLEO SENCE

OBJETIVO	✓ Que el/la joven conozca la oferta para capacitación y empleo, disponible a través del servicio de capacitación y empleo Sence.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven conoce oferta de capacitación laboral y empleo SENCE, de acuerdo a sus intereses y motivaciones.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Guía de apoyo programas SENCE. ✓ Video institucional SENCE. ✓ Power point "Programas SENCE". ✓ Video Subsidio empleo joven. ✓ Video Programa aprendices de SENCE. ✓ Video + capaz Programa capacitación para mujeres y jóvenes. ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, aplicando una dinámica de presentación, se sugiere presentar laminas con imágenes que representen el desarrollo de oficios u ocupaciones que puedan ser de interés para los/las jóvenes, a fin de que estos puedan seleccionar aquella con la que se sienten más identificados y se puedan presentar al grupo indicando las razones de su elección. Posteriormente se indica el tema que se va a trabajar en la actividad: "Oferta de capacitación y empleo SENCE" Previo a ingresar a un curso de capacitación laboral resulta esencial que el/la joven pueda conocer las ofertas disponibles a través del servicio de capacitación y empleo SENCE, con el propósito de que tome una decisión informada respecto a la incorporación a cursos de capacitación y mejorar el acceso al mercado laboral. El Sence es un organismo del Estado, que dentro de sus principales objetivos se encuentra el aumentar la empleabilidad de las personas, por medio de la capacitación e intermediación laboral. En su página web: http://www.sence.cl se encuentran descritas las oportunidades que se encuentran disponibles de acuerdo a cada tipo de necesidad, es decir, personas jóvenes, mujeres, personas con discapacidad, trabajador cesante, trabajador dependiente y trabajador independiente. Se introduce la actividad con la exhibición del video institucional SENCE.
DESCRIPCIÓN	Se inicia la actividad, con el power point "Programas SENCE", a través del cual se presenta información acerca de este servicio y los distintos programas de oportunidades con que cuenta para el perfil de los/las jóvenes participantes, a fin de que estos/as puedan conocer los distintos beneficios a que pueden acceder en el área de capacitación y empleo.

	La presentación está desarrollada para ir revisando cada uno de los programas existentes a través de una dispositiva y finalizando en algunos casos con un video de apoyo, el número de programas que son desarrollados son los siguientes: 1. SUBSIDIO AL EMPLEO JOVEN 2. + CAPAZ 3. APRENDICES 4. CAPACITACION EN OFICIOS 5. BONO AL TRABAJO DE LA MUJER 6. BECAS LABORALES 7. FERIAS LABORALES Posteriormente, se realiza un ejercicio práctico a través de la navegación en la página web: http://www.sence.cl, a fin de cada uno de los/las participantes se familiaricen con el modo de navegación y búsqueda de la información requerida. Se debe iniciar la búsqueda de oportunidades de acuerdo al perfil de los/las participantes, es decir personas jóvenes, mujeres o con discapacidad, siendo los propios jóvenes quienes puedan ir realizando la navegación por la página web para la revisión de oportunidades disponibles, de acuerdo a los distintos perfiles. Para finalizar se realiza un plenario, consultando a cada uno de los/las participantes que les pareció la información revisada y cuál de las oportunidades les llamo más la atención como una oportunidad en su proyecto de vida.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad

ACTIVIDAD SOCIO EDUCATIVA N° 3 SELECCIÓN DE CURSO DE CAPACITACIÓN LABORAL	
OBJETIVO	✓ Que el/la joven seleccione un curso de capacitación laboral de acuerdo a su interés vocacional y recursos disponibles de la red.
INDICADOR DE LOGRO	✓ Joven selecciona un curso de capacitación laboral de acuerdo a sus intereses y recursos disponibles.
NÚMERO DE PARTICIPANTES	1 - 5
MATERIALES	✓ Lápiz.
CARPETA DE RECURSOS	✓ Dúptico Informativo (Elaborado por cada programa en relación a la oferta de capacitación laboral disponible en el territorio. Debe contener toda la información requerida para la postulación o ingreso). ✓ Evaluación socioeducativa.
DURACIÓN	45 a 60 minutos.
DESARROLLO	
INTRODUCCIÓN	Se inicia la actividad, indicando el tema que se va a trabajar: “Identificar la oferta de capacitación laboral” Se introduce la actividad, indicando a el/la joven que antes de ingresar a un curso de capacitación laboral, resulta esencial para tomar una buena decisión el conocer la oferta disponible en el territorio, esto con el propósito de que tome una decisión informada y comprometida respecto al curso de capacitación que más se ajuste a sus intereses y habilidades.
DESCRIPCIÓN	El/la profesional comienza la actividad presentando un power point, que tiene la finalidad de revisar junto a el/la joven, información sobre cursos de capacitación que se ajusten a su selección previa, que se encuentran disponibles dentro del territorio, entregando información complementaria respecto a horario, cantidad de horas, contenidos, requisitos, valores, etc. Una vez que el/la joven posee un conocimiento respecto de la oferta de capacitación disponible, se le invita a seleccionar los cursos que se ajusten a sus preferencias y disponibilidad horaria. Posteriormente, se debe completar el documento de “compromiso de capacitación laboral” en que se debe incorporar la elección de curso de capacitación seleccionado y los posibles centros de capacitación u OTEC que se encuentren disponibles en el territorio. Este documento deberá ser firmado por el/la joven y su adulto responsable (si corresponde), el que será citado a fin de motivar su apoyo, refuerzo y monitoreo permanente del curso de capacitación. El/la profesional responsable deberá evaluar la necesidad de realizar labor de acompañamiento a el/la joven a esta instancia de inserción, de acuerdo a las condiciones y características individuales que presente. En caso de ser necesario, se establece acuerdo con el/la joven y su adulto responsable (en caso que corresponda) del día y hora para realizar acompañamiento a centros de capacitación seleccionados para trámite de inscripción o matrícula.

	En esta instancia se definen y establecen además las acciones de seguimiento y monitoreo que desarrollará el programa con una frecuencia semanal o quincenal a fin de conocer aspectos de su comportamiento, asistencia y rendimiento. Se finaliza la actividad exhibiendo el video motivacional “te atreves a soñar”.
EVALUACIÓN	Se solicita a los/las participantes que realicen una evaluación de la actividad, aplicando instrumento de evaluación socioeducativa (ver en carpeta de recursos).
CIERRE	Se agradece a los/las jóvenes su participación y se exponen los principales resultados obtenidos.

Propiedad Intelectual MES

Propiedad Intelectual MESP

