



TÍTULO
PARAÍDOS ARTIFICIALES

AUDIOVISUAL
<http://hyperurl.co/nq1xk7>



VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR:
Actitudes positivas hacia la salud y Toma de decisiones

ÁREA CURRICULAR
Lengua Castellana y Literatura, Valores Éticos y Educación Plástica, Visual y Audiovisual

CONTEXTO ESCOLAR
Prevención del consumo de drogas

EDAD RECOMENDADA
De 14-16 años

SINOPSIS
Dos amigos, bajo los efectos del cannabis, hacen planes de futuro.

REFERENTE TEÓRICO: Las drogas suelen estar asociadas a valores como la libertad, la felicidad o la diversión. Valores que son deseados y buscados por los adolescentes. Descubrir que las drogas en realidad no contribuyen al logro, al menos duradero, de esos valores, promoverá en los jóvenes actitudes críticas que contribuirán a la toma de decisión respecto al consumo de drogas.

RAZÓN DE SER: El valor de la libertad, asociado al consumo de drogas, se trabaja en esta actividad a partir de la reflexión crítica sobre las falsas creencias que se forman en torno al cannabis. Un role-playing mostrará como el consumo de sustancias no es una buena alternativa para la monotonía y el aburrimiento.

DESARROLLO

1ª Fase

El docente pide que pongan ejemplos de cuando se han sentido libres (Lluvia de ideas).

- *La libertad es la capacidad que tenemos los seres humanos de decidir realizar una acción o no, respetando siempre a los demás y a la propia naturaleza.*
- *Vosotros ¿sois libres? ¿Por qué?*
- *¿Conocéis a alguien que no sea libre? ¿Por qué creéis que no lo es?*

2ª Fase

En la secuencia que vamos a ver aparecen dos jóvenes encima de una roca tomando el sol. Uno de ellos dice que no va con sus amigos de viaje porque no va a poder fumar todos los porros que desearía. Este chico se está poniendo un límite para hacer algo que es agradable. Observad la escena y por parejas, haced una lista de las posibles limitaciones y aspectos negativos (pensamientos, actitudes, comportamientos) que veáis que estén relacionados con el consumo de drogas.

Se proyecta la secuencia y se inicia el trabajo en parejas.

A continuación se muestran posibles respuestas:

Secuencia	Posibles limitaciones y aspectos negativos
<i>Ir a la playa a Cádiz a pasar una semana con los amigos.</i>	<i>El chico está dispuesto a dejar de disfrutar de un divertido viaje con amigos porque depende del cannabis para disfrutar.</i>
<i>Sin dinero no se puede hacer nada</i>	<i>El consumo de cannabis limita su capacidad de disfrute y relación llevándole a considerar que sin dinero (sin poder comprar cannabis) no puede divertirse.</i>
<i>Si no tienes otra cosa te quedas aquí</i>	<i>Si no hay dinero para consumir cannabis no se puede disfrutar y hay que pasarlo mal. El chico se autolimita: lo contrario a disfrutar es estar apalancado.</i>
<i>Soy un yonki</i>	<i>El protagonista reconoce tener una adicción y depender de una sustancia.</i>
<i>Dame un poco de agua (no tiene fuerzas para coger una botella de agua. Se lo juegan a los chinos)</i>	<i>Los efectos del cannabis (incapacidad para moverse, abotargamiento, entecimiento de los movimientos, falta de iniciativa...) limitan al chico para poder hacer actividades que requieran de un poco de actividad física.</i>
<i>Uno de los chicos se duerme</i>	<i>El cannabis produce somnolencia, este efecto limita al chico para poder hacer actividades que requieran de un poco de actividad física</i>
<i>"Eres un apalancado"</i>	<i>Rechaza que el amigo esté más afectado que él. Podría decirse que para él se puede consumir pero sin apalancarse, sin sufrir los efectos.</i>
<i>"Nos cogíamos unos pedos acojonantes y hacíamos lo que nos daba la gana"</i>	<i>Cuando se está bajo los efectos de una sustancia no puedes elegir qué hacer, los efectos son los que eligen por quien consume. ¿De verdad son libres o son esclavos de un hábito y de un consumo?</i>

Después de unos minutos de trabajo, se hace la puesta en común en gran grupo, y se finaliza la dinámica con el siguiente comentario:

En los primeros consumos, son las personas quienes deciden si consumir, dónde y cuándo. Pero según se va creando el hábito, la persona deja de elegir y pasa a ser la sustancia quien impone sus normas de cuándo, dónde y cómo. Sabemos que la sustancia está decidiendo por nosotros cuando decimos frases del tipo: "lo quiero dejar y no puedo" "Yo no estoy enganchado" (pero a la vez dejas de hacer cosas porque priorizas el consumo), etc. ¿Realmente somos libres para decidir cuando dejar de consumir una sustancia? ¿En qué momentos?

3ª Fase

Una expresión que se escucha por la calle, y que seguro que vosotros decís a menudo es: estoy apalancado.

¿Qué quiere decir? (Falta de actividad, no tener motivación, ni iniciativa, etc)

¿Cómo se siente uno cuando está apalancado? (Aburrido, cansado, sin ganas de nada. Son sensaciones negativas de las que se quiere huir y para ello se es capaz de cualquier cosa)

Se desarrolla una dinámica en la que se pide a la clase que se divida por parejas. Un miembro de cada pareja interpretará el rol 1, y el otro el rol 2. A continuación se dan pistas para la interpretación:

ROL 1: Si no tomas drogas eres un apalancado y no disfrutas:

- Los efectos de las drogas ayudan a disfrutar de la vida. Sin drogas es muy difícil hacer cosas divertidas.
- Todos los jóvenes lo hacen. Si no pruebas ahora ¿cuándo lo vas a hacer?
- Las drogas producen sensaciones estimulantes muy difíciles de conseguir por otros medios.
- Hay que probar las cosas, si no nunca sabrás lo que te pierdes

ROL 2: No es necesario tomar drogas para dejar de estar apalancado y disfrutar:

- El aburrimiento no es algo de lo que haya que huir, es normal y puede ser una oportunidad para cambiar y hacer otras cosas diferentes.

- Cuando se consumen drogas, también te puedes apalancar (recordar la secuencia del audiovisual).
- Si te aburres, piensa un poco en qué hacer.
- Consumir una sustancia tiene el riesgo de generar un hábito y dependencia. Al principio puede parecer que decides qué hacer, pero con el tiempo es la sustancia la que decide.

El docente deja 5 minutos a la clase para que prepare la exposición (1-2 minutos) que representará al resto. No se trata de una discusión enfrentada, sino más bien de exponer el uno al otro sus ideas. Se comenta:

Vamos a pedir que salgan voluntariamente varias parejas (5 ó 6) a defender sus ideas. Irán argumentando su posición según les corresponda y cuando yo diga la palabra AYUDA, guardarán silencio un instante. Los que estáis haciendo de espectadores levantaréis la mano y ayudaréis a la persona que habla ofreciéndole un argumento a favor.

PROPUESTA DE CONTINUIDAD

El alumnado venderá ideales mediante la creación de eslóganes y de carteles publicitarios. La dinámica se desarrolla siguiendo los siguientes pasos:

- Se lanza la siguiente pregunta al gran grupo: *¿Cuáles son los valores que se identifican con vosotros?* (Lluvia de ideas).
- El profesor reparte una tabla como la que aparece en la siguiente página:
- Los alumnos eligen, por consenso, los 10 valores más importantes para ellos, que se apuntarán en la pizarra.
- De los 10 valores marcados, en parejas trabajarán con uno de ellos e inventarán una frase referida a él (en forma de eslogan).
- Se hará una puesta en común, que podrá derivar en una composición artística de todas las aportaciones (mural, dibujo o collage).

Ahorro	Apoyo/ Colaboración	Fidelidad	Lealtad	Respeto	Creatividad	Sorpresa	Unidad
Amistad	Dignidad	Honestidad	Esperanza	Paciencia	Altruismo	Sinceridad	Utilidad
Crecimiento	Determinación/ Coraje /Valentía	Justicia	Cariño/Afecto	Paz Mental	Aceptación	Templanza	Virtud
Contribución	Responsabilidad	Logro	Disponibilidad/ Accesibilidad	Inteligencia	Adaptabilidad	Tranquilidad	Vitalidad
Bondad/Caridad	Éxito/Riqueza/ Prosperidad/ Abundancia	Libertad	Compromiso	Concentración	Superación	Trascendencia	Visión
Precisión	Belleza	Eficiencia	Pasión	Confianza	Amor	Asertividad	Constancia/ Perseverancia
Cortesía	Atrevimiento	Claridad	Salud	Curiosidad	Fiabilidad	Profundidad	Fantasia
Sociabilidad	Eficiencia	Entusiasmo	Modestia	Satisfacción	Estabilidad	Prudencia	Puntualidad
Misterio	Madurez	Juventud	Simplicidad/ Sencillez	Relajación	Reflexión	Resolución	Experiencia
Firmeza	Espontaneidad	Fortaleza	Gratitud	Gentileza	Felicidad	Optimismo	Simpatía
Higiene	Armonía	Humildad	Autosuficiencia	Intimida/ Conexión	Intuición	Conocimiento/ Aprendizaje	Moderación