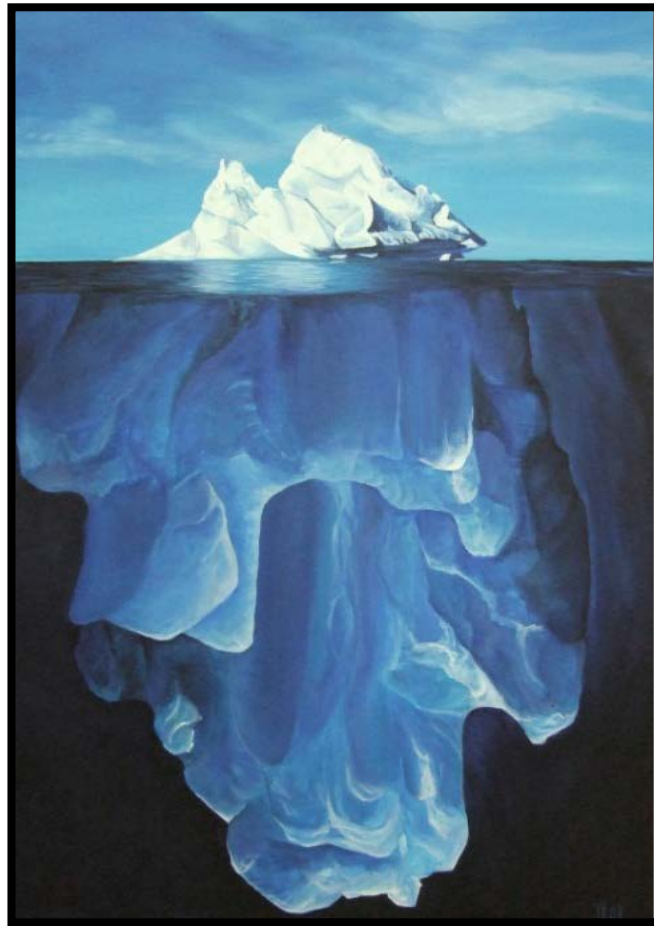


Programa Iceberg Menores y alcohol



Justificación y presentación

© Departamento de Salud. Dirección de Salud Pública y Adicciones.
Gobierno Vasco

© Sasoia, Educación para la Salud y Prevención de Drogodependencias, SL

Pol. Aliendalde, 11 -1ºD 48200 Durango – Bizkaia 944 621 60 19

info@sasoiaprevencion.com

1ª Edición enero 2.015 D.L. BI-95-2015

La edición on-line es un resumen del Programa original que consta de una mayor información y número de actividades, adaptadas a cada uno de los cuatro cursos de la ESO, mayor número de vídeos y presentaciones de power point como resumen tanto de la información como de las actividades

PRESENTACIÓN:

El programa ICEBERG sigue los componentes claves de los programas de prevención basados en la evidencia científica que se han demostrado esenciales para obtener buenos resultados con las intervenciones. Estos son:

- Información apropiada sobre alcohol, incluyendo información sobre efectos a corto plazo y consecuencias a largo plazo.
- El abordaje de las creencias normativas de los y las adolescentes sobre el consumo de alcohol en sus iguales (prevalencia y aceptación real del consumo en personas de similar edad).
- Entrenamiento en habilidades personales, sociales y de afrontamiento, para ayudar a identificar y manejar presiones internas (ansiedad estrés) y externas (amistades y publicidad).
- Trabajar en **competencias** intrapersonales (conciencia, regulación y autonomía emocional) e interpersonales (habilidades para el bienestar y habilidades sociales).
- Participación activa de la familia y la comunidad.

PUNTO DE PARTIDA

La droga más utilizada y que mayores problemas causa entre la población adolescente de hoy en día es justamente una de las legales: **el alcohol**.

En 2012, el 87% de la población joven ha probado el alcohol. (Euskadi y Drogas 2012, página 118).

La edad media de inicio para este tramo de población (15-34 años) se sitúa en los 15,7 años. (Idem 120)

La prevalencia del consumo intensivo, excesivo de fin de semana es mayor entre las personas jóvenes y disminuye claramente según avanza la edad.

El 22,7% de los y las jóvenes realizan un consumo excesivo y de riesgo los fines de semana, porcentaje que multiplica por 2,5 veces la proporción de personas, de entre 35 y 54 que bebe alcohol de forma excesiva. (9%). (Idem 130)

El alcohol provoca daños al cerebro en desarrollo de los y las adolescentes y causa unas lesiones significativamente mayores que al cerebro de las personas adultas.

Las personas que empiezan a beber a una edad temprana corren un enorme riesgo de convertirse en alcohólicas.

Además, el consumo de alcohol está plenamente normalizado en nuestra sociedad.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- ✓ Desarrollar los valores y las habilidades socioemocionales relacionadas con la prevención del consumo de alcohol.
- ✓ Reducir el consumo de alcohol y retrasar la edad de inicio de los y las adolescentes.
- ✓ Conocer y gestionar los riesgos asociados al consumo de alcohol.

CONTENIDOS

Bloques temáticos dirigidos al alumnado, basados en:

- ➔ SUSTANCIA
- ➔ PERSONA
- ➔ ENTORNO

METODOLOGÍA

Para que se pueda considerar adecuado el desarrollo del programa, por lo menos debe realizarse una selección de actividades de cada uno de los tres bloques temáticos (sustancia, persona y entorno).

El programa ICEBERG se implementa a través del profesorado en el aula. Esto

requiere una adecuada explicación del contenido del programa por parte de las y los profesionales de promoción y de prevención.

El programa requiere que se desarrolle, en al menos, un ciclo de la ESO, teniendo que tener una continuidad mínima de **tres sesiones de dos horas cada una, aproximadamente.**

Cada bloque temático (la sustancia, la persona y el entorno), no pueden trabajarse de forma separada. Lo adecuado es aplicarlos conjuntamente durante el curso escolar.

PARA EL PROFESORADO:

El material incluye una explicación de cada bloque temático, imprescindible para ampliar los conocimientos, dotando al profesorado de nociones básicas sobre el tema. Además, para completar los bloques, se incluyen soportes visuales: videos, Power Points...

PARA EL ALUMNADO:

La carpeta dirigida al alumnado, contiene pequeños resúmenes y actividades. Cada actividad indica el procedimiento de su desarrollo, en grupo o individualmente.

PARA LAS FAMILIAS:

El programa incluye actividades que desde el aula se completan en casa con la familia.

FASES DEL PROGRAMA

- Contactar con los equipos de prevención comunitaria de las entidades locales y a través de estos con el centro educativo.
- Explicar el contenido de los materiales al profesorado.
- Implementar el programa en el aula por parte del profesorado.
- Evaluación cuantitativa y cualitativa del programa.
- El profesor o profesora, responsable del programa en cada aula, realiza el seguimiento del mismo, rellenando la encuesta realizada para ello.

BLOQUES TEMÁTICOS

1. SUSTANCIA

Dentro de éste área se trabajarán los siguientes puntos:

- El alcohol y sus efectos en el organismo.
- Los mitos asociados al consumo de alcohol.
- Los factores de riesgo y protección.

El objetivo es interiorizar una serie de conceptos como: Droga, Consumidor/a, Drogodependencia, Uso/abuso, Tolerancia, Síndrome de abstinencia, Clasificación de las drogas, Efectos de las drogas, El alcohol.

Completado el ciclo de formación, el alumnado debería ser capaz de:

- Reflexionar sobre los efectos del alcohol y sobre la gestión de los riesgos asociados a su consumo. Estrategias de gestión de riesgo en posibles consumos.
- Identificar el alcohol como una droga y romper con los mitos sociales.

2. PERSONA

El área de la competencia emocional se divide en dos partes:

A) Competencias intrapersonales (dirigidas a la propia persona).

- Conciencia emocional.
- Regulación emocional
- Autonomía emocional.

B) Competencias interpersonales.

- Competencias sociales.
- Habilidades de vida y bienestar.
- De hacer frente a los retos que se le presenten.
- De tomar decisiones de forma autónoma.
- Completado el ciclo de formación, el alumnado debería ser capaz de afrontar las frustraciones de forma asertiva.

3. ENTORNO

En este apartado del programa, trabajaremos las habilidades socioemocionales, la integración social y la presión de grupo.

Las competencias interpersonales se dividen en dos:

A) Competencias sociales.

- Dominar las habilidades sociales básicas.
- Respeto por los demás.
- Comunicación receptiva.
- Comunicación expresiva.
- Compartir emociones.
- Cooperación.
- Asertividad.
- Capacidad para gestionar situaciones emocionales.

B) Habilidades de vida y bienestar.

- Fijar objetivos adaptativos.
- Identificación de problemas.
- Negociación.
- Tomar decisiones.
- Buscar ayuda y recursos.
- Bienestar.

Completado el ciclo de formación, el alumnado debería ser capaz de:

- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones e identificar las emociones del resto.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Cooperar con las y los demás.

EVALUACIÓN

El diseño y planificación del programa incluye la siguiente evaluación:

Alcance:

Indicadores:

- Nº centros que participan en el programa / Nº total de centros a los que se ha ofertado el programa.
- Nº alumnos que participan en el programa / Nº total de alumnos a los que va dirigido el programa.
- Nº aulas que participan en el programa / Nº total de aulas a los que va dirigido el programa.
- Nº de actividades desarrolladas por curso / Nº total de actividades posibles.

EVALUACIÓN CUALITATIVA

Permite valorar el funcionamiento del programa.

Valoración mediante encuesta autorrellenable del grado de satisfacción del profesorado participante y puntos fuertes y débiles del programa.

Más información en:

www.info@sasoiaprevención.com