

RETOMEMOS... UNA PROPUESTA PARA TOMAR EN SERIO

TÍTULOS	CONTENIDOS	HABILIDADES
¡Mucho gusto!	Singularidad	Autoconocimiento
Préstame tus orejas	Escucha activa	Empatía
Sin rodeos	Resistencia a la presión grupal	Comunicación asertiva
Pinta bien	El valor de la amistad	Relaciones interpersonales
Dudar en exceso...	Decisiones autónomas	Toma de decisiones
¡¿Con qué músculo?!	La fuerza del autocontrol	Solución de problemas y conflictos
¿La resiqué...?	Búsqueda de alternativas	Pensamiento creativo
Sólo sé que no sé nada	El beneficio de la duda	Pensamiento crítico
Amores ebrios	Relaciones íntegras	Manejo de emociones y sentimientos
La barbacoa	Red de amistades	Manejo de tensiones y estrés



Retomemos... una propuesta para tomar en serio es una estrategia de comunicación educativa para la prevención del abuso adolescente de alcohol, mediante el desarrollo de la competencia psicosocial y la educación en valores con chicas y chicos de Educación Secundaria.

Creada por Fundación EDEX para su aplicación en escuelas y espacios de educación no formal, desarrolla en adolescentes las diez habilidades para la vida propuestas por la Organización Mundial de la Salud.

El material didáctico consiste en una serie de 10 historias en dibujo animado y una guía de uso para docentes.

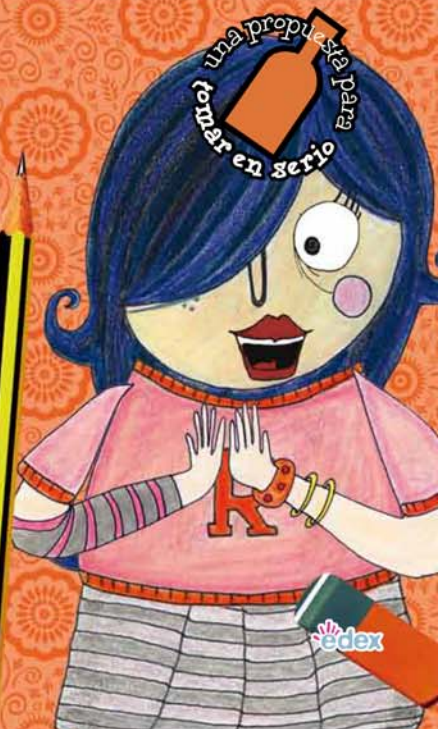
Una iniciativa de:



Financiado por:

Retomemos

alcohol



EL PROGRAMA Y SU APLICACIÓN

El programa

Retomemos... una propuesta para tomar en serio es una herramienta didáctica que pretende contribuir a la prevención del abuso de alcohol en la adolescencia.

Forma parte de una estrategia de comunicación educativa que busca promover el **bienestar adolescente** mediante el entrenamiento en habilidades para la vida y la educación en valores, con énfasis en la convivencia respetuosa de las personas consigo mismas, con las demás personas y con el entorno.

El marco conceptual

El programa obedece a un modelo de educación en **Habilidades para la Vida**, que capacita a las personas para hacer frente de manera positiva a los requerimientos del entorno.

Nos referimos a las diez habilidades que propuso la Organización Mundial de la Salud:

- **Cognitivas:** autoconocimiento, pensamiento creativo, pensamiento crítico, toma de decisiones.
- **Emocionales:** empatía, manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensiones y estrés.
- **Sociales:** comunicación asertiva, relaciones interpersonales, solución de problemas y conflictos.

El material didáctico

El pack se compone de dos elementos:

- **CD-Rom*:** Contiene **10 historias en dibujo animado**, de tres minutos de duración, que se presentan subtituladas para favorecer la **accesibilidad**. Los episodios están protagonizados por Isa la indecisa, Rosa la mentirosa, Beto el coqueto, Dario el de los líos y Lida la atrevida, cuyos rasgos de personalidad han sido exagerados por el espejo deformante del humor.
- **Guía de uso*:** Introduce al tema, recoge los fundamentos conceptuales y metodológicos del programa, su imbricación en el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y detalla una propuesta didáctica para cada habilidad y otra para cada historia.

Formación

Las instituciones promotoras de la iniciativa ofrecen sesiones de formación y acompañamiento en diferentes formatos.



52 páginas a color

Publicación: Castellano o euskera

CD-Rom trilingüe: castellano / euskera / catalán

La aplicación

El profesorado de E.S.O. dispone de un programa **validado y de fácil manejo** que le ayuda en la consecución de algunos de los objetivos generales de la Etapa, así como en el desarrollo entre el alumnado de dos de las **competencias básicas**:

- Competencia social y ciudadana.
- Autonomía e iniciativa personal.

En el aula, encuentra fácil acomodo en **Tutoría** y en otros espacios curriculares. De igual modo, es aplicable en escenarios de **educación no formal**.



Convencer o conversar

Retomemos se basa en una pedagogía de la autonomía que no pone su acento en las temáticas sino en las personas a quienes reconoce como portadoras de derechos y capacidades para intervenir en su presente y futuro, y como interlocutoras válidas para una conversación constructiva y generadora de aprendizajes. No pretende convencer, quiere conversar.

Al mismo tiempo, le propone a la persona adulta que dialogue sin la expectativa de ofrecer todas las respuestas, sino formulando preguntas para obtener conversación fluida, inteligente y respetuosa.

Las sesiones

La tarea se facilita mediante una **Guía de uso** con la que se acompaña el despliegue de **20 sesiones** de unos 45 minutos. Dichas sesiones se presentan emparejadas:

- **Entrenar la habilidad:** Tras la presentación en la que se relaciona la habilidad en cuestión con el abuso de alcohol, se sugiere una actividad orientada al entrenamiento en una de las habilidades para la vida.
- **Para conversar:** La segunda sesión alude a la temática expuesta en el episodio. Se inicia con la proyección y se centra en el trabajo sobre conocimientos, actitudes, valores y comportamientos, a partir de un puñado de preguntas.

Retomemos

COMUNICACIÓN EDUCATIVA
PARA EL BIENESTAR ADOLESCENTE



ALCOHOL

Esta serie pretende que las personas adolescentes aprendan a tomar en serio su propia vida y la ajena, especialmente a la hora de consumir alcohol.



CONVIVENCIA

Con el trabajo educativo a partir de esta serie se busca promover el derecho que tenemos las personas a ser diversas, porque "lo normal" es que seamos diferentes.



PARTICIPACIÓN

Quiere contribuir al desarrollo de competencias que nos permitan protagonizar el doble rol que la ciudadanía nos ofrece y exige: la del derecho y la del deber.



ADICCIONES

Esta serie evita decir NO a las drogas, a los móviles, a las compras o a lo que nos puede llevar a una adicción. Le dice SÍ al deseo de sentirse bien y de disfrutar la vida, con el autocontrol a mano.



AFECTIVO-SEXUAL

Esta serie propone conversar sobre nuestro mundo afectivo: sexo, sentimiento y pensamiento, que nos ayude a ejercer nuestros derechos sexuales y reproductivos.



Formación

Los procesos de formación en Habilidades para la vida y Comunicación educativa son facilitados mediante sendos manuales.