

## PIDE EDUCATIVO – CUADERNO DE TRABAJO

Coordinación de la adaptación y desarrollo del texto original: CEPESJU – FAD 2007, Obra desarrollada con la colaboración y autorización de la Fundación de ayuda contra la drogadicción - FAD a partir de los textos originales del Programa Integral de Desarrollo Educativo en el ámbito educativo - PIDE EDUCATIVO en el marco del proyecto "Apoyo al Desarrollo Integral de la Juventud y la Vertebración Social en los barrios de San Martín de Porres, Los Olivos e Independencia"

### Impresión de la obra:

En el marco Convenio AECID – FAD 07-CO1-046 "Desarrollo de propuestas integrales de intervención en materia de prevención de drogodependencias y otros riesgos, con la población de niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad".

### Dirección Técnica:

Eusebio Megías, Director Técnico de la FAD  
Gerardo Lerma, Subdirector del área la cooperación al desarrollo de la FAD  
Vanesa Lainez, Coordinadora Región Andina FAD  
Julia Campos, Directora Ejecutiva de CEPESJU  
Gustavo Ascacibar, Director Ejecutivo de CRESER

### Coordinación de la adaptación y desarrollo del texto original del PIDE EDUCATIVO

FAD : Miguel Fernández y Gema Calderón  
CEPESJU : Laura Campos y Juana Poma

### Adaptación del texto de:

Carlos Béjar Martell.  
Laura Campos Guevara.  
Angélica Sánchez Quispe.

### Ilustraciones:

Luis Corcuera

### Diseño y diagramación:

Luis Corcuera y Patricia Calderón

### Corrección de estilo:

Marco Pinedo Salazar

### Distribuyen:

ONG CEPESJU – Av. Ignacio Merino 1855, oficina 301 Lima 14, Lima - Telefax: 4713587  
ONG CRESER. – Av. Benavides 3583, oficina 302 Lima 33, Lima – Telefax: 4480256

### Impresión:

R y F Publicaciones y Servicios S.A.C.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú

PROGRAMA INTEGRAL DE DESARROLLO EDUCATIVO  
GUÍA ÁMBITO EDUCATIVO

# Cuaderno de trabajo



P  
I  
D  
E

EDUCATIVO

Financia:



Colabora:



Ejecuta:



FUNDACIÓN DE AYUDA  
CONTRA LA DROGADICCIÓN





### **Ficha: Lista de sentimientos y formas de ser**

- 1 Te sientes con capacidad para hacer cosas útiles.
- 2 Reconoces que puedes cometer errores y que puedes superarlos.
- 3 Te sientes incapaz de afrontar dificultades.
- 4 Eres muy sensible y te duelen mucho las críticas.
- 5 Evitas hacer las cosas por miedo al fracaso.
- 6 Te fijas más en tus capacidades que en tus debilidades.
- 7 Te sientes avergonzado de tus defectos y limitaciones.
- 8 Siempre te fijas en lo negativo de las cosas.
- 9 Te sientes a gusto con las cosas que realizas.
- 10 Te sientes muy inseguro/a para tomar decisiones.
- 11 No tienes miedo a expresar tus sentimientos.
- 12 Te gustaría parecerle a otra persona.
- 13 Te recuperas con facilidad de los errores y fracasos.
- 14 Te da temor expresar tus ideas a los demás porque piensas que no son compartidas por ellos.
- 15 Te sientes con frecuencia que no sirves para nada y que todo te sale mal.
- 16 Sientes que lo que haces es importante para tu familia.
- 17 Sólo te sientes seguro de las cosas que haces si alguien te dice que está bien.
- 18 Te sientes mal porque otros puedan hacer las cosas mejor.



## Ficha: Análisis de situaciones

Situación N° 1

---

---

*Se puede*

*superar*.....

---

---

---

Situación N° 2

---

---

*Se puede*

*superar*.....

---

---

---



### **Ficha: «PReguntas para conocerse»**

1. ¿Qué te da risa?
2. ¿Qué te da miedo?
3. ¿Cuál es la cosa más asquerosa que has visto en tu vida?
4. ¿Quién es la persona en tu vida que más respetas y por qué?
5. Si pudieras ir a cualquier lugar en el mundo ahora ¿adónde quisieras ir?
6. Menciona algo que te gusta de tus padres.
7. Si pudieras cambiar algo de tu vida ¿qué cambiarías?
8. ¿Te gustaría casarte? ¿Por qué sí o por qué no?
9. Si pudieras ser rico o muy sabio ¿qué escogerías?
10. Si pudieras escoger entre vivir 200 años de vida normal o vivir solamente 15 años más pero ser alguien famoso ¿qué escogerías y por qué?
11. ¿Qué es más importante para ti, tu familia o tus amigos?
12. ¿Qué parte de tu cuerpo te gusta más?
13. ¿Qué es «el éxito» para ti?
14. Si mañana recibieras un millón de dólares ¿qué sería la primera cosa que harías con tu dinero?
15. Si el presidente (o el líder de tu país) hoy te preguntara, «qué debo de hacer para que nuestro país sea mejor» ¿qué le dirías?
16. ¿Qué es lo que más quisieras enseñar a tus hijos/as cuando tu seas padre/madre?
17. ¿Crees que eres más introvertido o extrovertido? ¿Por qué?
18. ¿Si llegaras al cielo ¿con quién te gustaría encontrarte y conversar? ¿Por qué?
19. ¿Cuál es tu película favorita y por qué?
20. ¿Cuál es el incidente más chistoso o vergonzoso que te ha pasado?
21. Si tú fueras un animal ¿qué animal te gustaría ser?
22. Si fueras una fruta ¿qué fruta serías? Por qué?
23. Si te encontraras con Dios ¿qué le preguntarías?
24. Y si te encontraras con el diablo ¿qué le preguntarías?



**Ficha: «Frases afirmativas»**

Escribe tu nombre en el recuadro de la parte superior .



**Escribir un aspecto positivo**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Ficha: «Yo antes, yo ahora »**

Yo antes	Yo ahora
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----



## **Ficha N° 1: ¡Tengo... SIDA!**

¿Cómo se han sentido con esta dinámica?

.....  
.....  
.....

¿Cómo se sintieron cuando se dieron cuenta de que eran los que tenían el VIH?

.....  
.....  
.....

¿Qué fue lo que más les preocupó de tener este virus?

.....  
.....

¿Qué sintieron cuando descubrieron que algunos de sus compañeros tenía el virus?

.....  
.....  
.....

¿Pensaron que ustedes podrían estar en este grupo de afectados por el virus?

.....  
.....  
.....

¿Es posible reconocer a una persona que tiene el virus VIH? ¿Por qué?

.....  
.....  
.....



**Ficha: «FRASES V ó F»**

Escribir las frases en papelógrafos

1. LAS ITS NO TIENEN NADA QUE VER CON EL VIH/SIDA.
2. LAS ITS Y EL VIH/SIDA SÓLO LO PUEDEN ADQUIRIR LAS PERSONAS QUE TIENEN VARIAS PAREJAS SEXUALES.
3. EL CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGAS ES DETERMINANTE DE RIESGO PARA ADQUIRIR UNA ITS O VIH/SIDA.
4. EL VIH SE ADQUIERE A TRAVÉS DE SUDOR, SALIVA, LÁGRIMAS.
5. EL VIH NO SE TRANSMITE COMPARTIENDO BAÑOS PÚBLICOS O PRIVADOS, NI POR PICADURA DE INSECTOS.
6. LAS ITS/VIH SE PREVIENEN TENIENDO UNA SOLA PAREJA, AUNQUE NO USE CONDÓN.
7. SI SE USA ANTICONCEPTIVOS NO ES NECESARIO USAR CONDÓN.
8. LOS CONDONES DE ROMPEN.
9. EN LA PRIMERA VEZ NO TENGO RIESGO DE ADQUIRIR EL VIH.





**ANEXO**

**«La voz de los ochenta» (Los prisioneros).**

Algo grande está naciendo en la década de los ochenta  
ya se tiene la atmósfera saturada de aburrimiento  
los hippies y los punk tuvieron la ocasión de romper el estancamiento  
murió toda la buena intención.

Las juventudes cacarearon bastante  
y no convencen ni por un solo instante  
pidieron comprensión, amor y paz  
con frases hechas muchos años atrás  
deja la inercia de los 70

abre los ojos, ponte de pie, escucha el latido, sintoniza el sonido, agudiza tus sentidos

¡Date cuenta que estás vivo!

Ya viene la fuerza, la voz de los ochenta,  
la voz de los ochenta  
en Roma, en Lima, en Santander  
la gente de tu edad no sabe qué hacer  
Santiago, Asunción y también en Buenos Aires  
bueno las cosas no están que arden  
sangre latina necesita el mundo  
roja, furiosa y adolescente  
sangre latina necesita el planeta  
¡Adiós barreras! ¡Adiós setenta!

En plena edad de plástico

Seremos fuerza, seremos cambio

No te conformes con mirar en los ochenta tu rol es estelar

Tienes la fuerza eres actor principal  
De las entrañas de nuestras ciudades  
Surge la piel que vestirá el mundo.

Ya viene la fuerza, la voz de los ochenta,  
la voz de los ochenta.

Escucha el murmullo... algo se siente venir

los últimos vientos de los 70

se mueren,

mira nuestra juventud  
que alegría más triste y falsa.

Deja la inercia de los 70  
abre los ojos ponte de pie  
escucha el latido  
sintoniza el sonido  
agudiza tus sentidos.

¡Date cuenta que estas vivo!

Ya viene la fuerza, la voz de los ochenta  
la voz de los ochenta.



## Ficha: Tres tipos de relaciones

Te planteamos tres tipos de relaciones:

**Cooperación:** cuando todas las personas que participan se benefician.

**Amistad:** cuando las personas que participan en la relación se caen bien y se ayudan mutuamente.

**Interés:** cuando algunas personas que participan en la relación se benefician de ello y otras personas no obtienen beneficios o incluso salen perjudicados.

En la ficha siguiente analizar y marcar con una **X** en la columna correspondiente, a cual de los tres tipos de relaciones pertenecen los casos que se presentan a continuación.

A large, empty rectangular area defined by a dashed blue border, intended for students to analyze and mark cases with an 'X' based on the relationship types defined above.



### Ficha: Historia «El Caso Pepe»

Pepe es un joven de aproximadamente 17 años, vive con sus padres y hermanos en su casa ubicada en San Martín de Porres.

Pepe tenía un grupo de amigos con los que paraba todos los días a casi toda hora, siempre hacían las cosas juntos; pero cierto día al entrar a una tienda uno de sus amigos le dijo que le cubriera para hurtar unas galletas para el grupo; él no sabía qué hacer ya que era la primera vez que le ocurría algo así. Sin embargo, Pepe no se rehusó a realizar dicha tarea, luego al salir de la tienda con síntomas de preocupación le dijo a su amigo «*por qué hicimos eso*» y su amigo le contestó que era sólo porque le dio la gana y aparte que todos iban a comer galletas.

Pasado los días, el grupo de amigos empezaba a realizar actividades que no eran muy bien vistas por los vecinos de la zona, por ejemplo: después del partido se quedaban hasta altas horas de la noche bebiendo y haciendo mucho ruido. Un fin de semana saliendo de una fiesta Pepe y sus amigos estaban ebrios caminando por las calles y se encontraron con una persona que también estaba en estado de ebriedad; uno de los amigos de Pepe se acercó a esa persona y le quitó el dinero que tenía en sus bolsillos. Pepe no sabía qué decir ni hacer. Al día siguiente se juntaron y comenzaron a hablar de lo ocurrido. Pepe mencionó que eso que hicieron estaba mal y los amigos le dijeron que no sea aguafiestas ya que se habían divertido mucho y aparte que con la plata compraron las hamburguesas para alimentarse. Pasados los días ya se hacía común aquel comportamiento del grupo de amigos de Pepe, no sólo eso sino que él ya estaba participando de las actividades. Sus padres al enterarse de las malas juntas le dijeron a Pepe que ya no frecuentara a esos amigos y que se dedique a buscar trabajo, que no iban a mantener en casa a un bándalo.

Pepe muy avergonzado accedió al pedido de sus padres, por lo que se puso a buscar trabajo; sin embargo, al regresar a su casa se cruzó con sus amigos y ellos le dijeron: Por qué ya no nos acompañas, vamos a jugar un partidito, Pepe les dijo que no era eso que él sí podía salir a jugar pero sólo por pocas horas y sus amigos le dijeron, ya entonces a qué hora sales para jugar.

Pepe acudió al partido, sin embargo los amigos tenían ya otros planes; después del partido iban a ir a robar una tienda. Terminado el partido uno de los amigos de Pepe dijo que por qué no vamos a tomar una gaseosita a la tienda y Pepe muy confiado accedió. Ya estando en el lugar, los amigos con armas punzocortantes le pidieron al dueño de la tienda que les diera todo el dinero; mientras los demás se encontraban hurtando cervezas y otras cosas. Pepe se encontraba asustado y en el momento que los amigos le dijeron que corriera él se dispuso también a correr.

Pepe muy asustado dijo a sus amigos que ya no lo busquen, entonces uno de los amigos le dio la parte del dinero que le tocaba y Pepe lo recibió; luego se fue a su casa preocupado y no sabiendo qué hacer.

Pasado los días los policías llegaron a la casa preguntando por Pepe, al parecer atraparon a uno de sus amigos y éste comenzó a testificar a sus cómplices. Todo el grupo fue llevado a la comisaría para luego ser dirigidos a la cárcel.



### Ficha: Ratones y monstruos

#### Ratones

A veces a algunas personas les cuesta más trabajo que a otras relacionarse con los demás. Hay personas a las que resulta difícil hacer amigos/as, no se atreven a pedir un favor, les da vergüenza saludar, hablar, etc. Cuando nos comportamos así estamos actuando como un ratón.

Los/as chicos/as que se comportan como ratones hacen muy poco ruido, son tímidos/as, no se atreven a hacer cosas que les gustaría hacer y ello, en ocasiones, los hace sentirse muy tristes.

Casi todas las personas nos hemos comportado como ratones en alguna ocasión porque:

- Hemos callado cuando deseábamos decir algo.
- No nos hemos atrevido a preguntar algo que queríamos saber.
- No hemos sido capaces de quejarnos cuando alguien nos ha tratado mal.
- No hemos sido capaces de decir algo a una chica o a un chico que nos gustaba.
- Nos ha dado vergüenza decirle a alguien lo que sentimos por él o ella.
- No nos hemos atrevido a defender a alguien que era tratado injustamente por otra persona.
- No hemos podido negarnos a hacer algo que no deseábamos hacer.

#### Monstruos

Otras personas son agresivas. Siempre quieren tener la razón, intentan conseguir todo lo que desean, se enfadan fácilmente con los demás, los provocan y los insultan, etc. Cuando nos comportamos de este modo estamos actuando como un monstruo.

Los monstruos van por ahí molestando a los demás, haciendo siempre lo que ellos quieren, gritan, dan manotazos, empujan, pisotean, etc. Aunque casi todos nos hemos comportado en alguna ocasión como un monstruo, hay personas que lo hacen habitualmente. Los monstruos suelen:

- Expresar sus opiniones gritando y subiendo el volumen de su voz.
- Ponerse tan nerviosos que explotan por pequeñas cosas.
- Ser mandones.
- Hacer lo que quieren y no lo que los demás desean.
- Se la pasan criticando, humillando a los demás.
- Abusar de los más débiles e indefensos.
- Meterse en líos y problemas.
- Creer que siempre tienen la razón y que los demás no entienden nada.



### **Ficha: «La Familia Rodríguez»**

Son las once de la noche y los padres de Juan están sentados en los sillones de la casa viendo la televisión.

Juan llama a la puerta, llega tarde (aunque tiene 17 años ya no lo dejan llegar más tarde de las diez, pero su retraso es involuntario. Se debe a que ha tenido que acompañar a su amigo Pedro al hospital pues su madre había sufrido un accidente. Su padre mira el reloj, pone mala cara y su madre está nerviosa.

**Madre** (abriendo la puerta, en voz muy baja y gesticulando para que no haga ruido): Entra. Creo tu padre está muy enfadado...

**Juan**: Hola, llego un poco tarde pero es que...

**Padre**: (gritando enfadado): Es que... nada, llegas una hora tarde. ¿Qué te dije?, que llegaras a las diez.- ¿Y que hora es?, ¡las once, las once!, nunca haces lo que te decimos. Siempre tienes que hacer lo que te da la gana.

**Madre**: (intentando calmarlo): pero de repente no se habrá dado cuenta de la hora, como es tan despistado.

**Padre**: (gritando): Claro... él vuelve a la hora que le dé la gana.

**Juan**: (intentando explicarse): en realidad, lo que a pasado es que Pedro tenía que...

**Padre**: (con ironía y en voz demasiado alta): ¡Que! ahora ya salió Pedro. Si ya decía yo que ese amigo tuyo no podía traer nada bueno. Te he dicho mil veces que no te quiero ver con él.

**Madre**: Pobrecito ¿no ves que lo ha hecho sin mala intención?

Juan se marcha y sale de la habitación dando un portazo. Si su padre le hubiera dejado explicarse, le hubiera dicho por qué llegó tarde y no podría gritarle, ya que la familia de Pedro necesitaba su ayuda. y pensando en voz alta dice:

**Juan**: Pero claro, como nunca me dejan hablar... Lo mejor será no volver a hablarles para que aprendan.

**Madre**: (como si no pasara nada) La cena está preparada. ¡Ven a cenar!

**Padre**: (se sienta a comer mirando fijamente su plato)

**Juan**: (también empieza a comer mirando fijamente su plato).

**Madre**: Bueno Juan, entonces que ha pasado.

**Juan**: (sin contestar sigue comiendo)

**Padre**: Tu madre te está hablando. Contesta.

**Juan**: (sin decir nada, sigue comiendo)

**Padre**: (Cada vez más enfadado), ¿es que no me has oído?, te he dicho que contestes a tu madre.

**Juan**: (sin decir nada da un golpe en la mesa y se va a su habitación).

**Padre**: ¡No sé que vamos a hacer con este chico!





## **Ficha: «Para responder el caso de la familia Rodríguez»**

¿Cuál es el problema que se ha generado dentro de la familia Rodríguez?

¿Qué solución propondría?

¿La comunicación juega un rol muy importante en esta historia?

¿La confianza juega un rol también importante en la historia?



**Ficha:  
Mi casa ideal**

Quiero que tenga

Quiero que vivan

Lo que quiero hacer en ella



### **Ficha: «Análisis de situación»**

Unos profesores han encontrado unos «puchos» de marihuana en los baños del colegio y se lo han comunicado al Director, quien al conocer el suceso, le ha dicho a los profesores de los distintos cursos que investiguen quién o quiénes han sido los responsables, para sancionarlos, debido a que se encuentra terminantemente prohibido ese tipo de conductas dentro del centro de estudios.

Un grupo de alumnos sabe perfectamente quiénes han sido; pero se encuentran en el **dilema** de delatarlos o no decir nada. Si dicen quiénes son los que fuman marihuana saben que van a enemistarse con estos alumnos y, además, es posible que los demás compañeros los rechacen también por «soplones».

Si no dicen nada, el director castigará a todos los alumnos sin ir de viaje de fin de curso que llevan preparando todo el año.

¿Qué harías ante esta situación?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





**Ficha: «Una salud completa sin drogas»**

1. Cuándo estamos en un lugar donde se fuma mucho, nosotros.....  
.....
2. Fumar marihuana de vez en cuando es.....  
.....
3. Emborracharse en una fiesta nos parece.....  
.....
4. La salud es importante porque.....  
.....
5. Hacer deporte es bueno para.....  
.....
6. Tomar medicinas sin recete médica, pensamos que.....  
.....
7. A las personas que se drogan, nosotros les.....  
.....
8. A un amigo que consume drogas le diríamos que.....  
.....
9. Comer siempre a nuestras horas y de forma equilibrada, creemos que.....  
.....
10. Beber alcohol sirve para.....  
.....
11. Para mantener una buena higiene es necesario.....  
.....
12. Estar saludables mentalmente significa.....  
.....