

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO

FACULTAD DE HUMANIDADES

CARRERA DE PSICOLOGÍA



INVESTIGACIÓN PROPOSITIVA

**CRECIENDO SALUDABLE: PROPUESTA DE UN PROGRAMA VIRTUAL
PARA LA PREVENCIÓN DEL USO INDEBIDO DE DROGAS EN NIÑOS Y
NIÑAS DE 9 A 12 AÑOS DE EDAD DE LA CIUDAD DE TARIJA.**

POR:

ROSARIO ÁNGELES TORREJÓN RODRÍGUEZ

Proyecto de Investigación Propositiva presentada a consideración de la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho” como requisito para optar por el grado académico de Licenciatura en Psicología.

Enero, 2020

Tarija – Bolivia

APROBADA POR:

.....

Msc. Lic. María Verónica Chamón

DOCENTE DE LA MATERIA

ACT. Prof. III Área Socio Educativa

.....

Msc. Lic. Javier Bládes

DECANO

FACULTAD DE HUMANIDADES

.....

Msc. Lic. Francisco Berciano

VICEDECANO

FACULTAD DE HUMANIDADES

.....

Msc. Lic. Susana Schmiedl Hurtado

DIRECTORA

DPTOS. ADM. CONJUNTO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CIENCIAS
SOCIALES Y EDUCATIVA Y PSICOLOGÍA GRAL. Y CLÍNICA

.....

TRIBUNAL 1

Lic. José Bismarck Gutiérrez Buceta

.....

TRIBUNAL 2

Lic. Blanca Fátima Montaña Márquez

FRASE:

“Aprovecha los malos momentos para descubrir que te hace temblar. Aprovecha los buenos momentos para encontrar el camino que ha de llevarte a la paz interior.”

Paulo Coelho

El Tribunal Calificador del presente Trabajo de Grado, no se solidarizará con la forma, términos, modos y expresiones vertidas en el trabajo, siendo las mismas únicamente responsabilidades de la autora.

Dedicatoria

A Dios, por darme salud y cuidarme siempre de todo peligro, por fortalecer mi corazón para vencer cualquier obstáculo e iluminar mi camino en este proceso de profesionalización y también darme la oportunidad de conocer personas increíbles que me han apoyado siempre.

A mis padres Walter y Ángela por el apoyo incondicional en este proceso, por su cariño, amor y paciencia desde que llegue a este mundo y por comprenderme en todo momento.

A mi familia por ser el pilar de inspiración para salir adelante, por su cariño y confianza que depositan en mí.

A mi hermana y prima que son mis grandes confidentes, cómplices y sobre todo por darme apoyo en todas las etapas que viví y viviré con ellas.

Agradecimientos

A Dios

Por darme la fuerza para salir adelante y cumplir mis objetivos sin importar los obstáculos que la vida me presente.

A mi familia

Por la confianza y el apoyo incondicional en cada etapa de mi vida, por motivarme a ser una mejor persona cada día.

A mis amigos (as)

Que siempre han sido un gran apoyo y soporte para seguir adelante en mis momentos de flaqueo, por alentarme a seguir sin importar las dificultades, por su compañía en este camino hacia un futuro mejor, por la paciencia y el cariño que se tenemos a pesar de cualquier circunstancia y sobre todo por el gran apoyo en la elaboración de este trabajo.

A mi docente guía

Lic. María Verónica Chamón por su apoyo y orientación en la elaboración de este trabajo demostrando paciencia, interés y gran profesionalismo.

A mis docentes

Que, con sus enseñanzas y sabiduría en este camino de profesionalización, me formaron para ser una profesional de bien.

INDICE

RESUMEN

INTRODUCCION

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACION

1.1.Planteamiento del Problema	1
1.2.Justificación	5

CAPITULO II

DISEÑO TEORICO

2.1.Objetivo General	5
2.2.Objetivos Especificos	5

CAPITULO III

MARCO TEORICO

3.1.Educación Virtual	6
3.1.1. Métodos de como Implementar la Educacion Virtual	6
3.1.2. Ventajas y Desventajas de la Educacion Virtual	7
3.2.Niñez	8
3.2.1. Etapas de la Niñez	8
3.3.Pubertad	11
3.4.Droga	12
3.4.1. Condiciones para que una Sustancia sea considerada Droga	12
3.4.2. Clasificación de las Drogas	13
3.4.3. Consumo de Drogas y Consecuencias en Edades Tempranas	14
3.4.4. Tipos de Drogas que Consumen con mas Frecuencia en esta Edad	16
3.5.Salud	17

3.5.1.	Salud Integral	17
3.6.	Prevención	18
3.6.1.	Tipos de Prevencion	19
3.7.	Factores que Intervienen en la Prevencion del Uso Indebido de Drogas	21
3.7.1.	Lazos Sociales	21
3.7.2.	Coacciones Externas	22
3.7.3.	Habilidades Sociales	24
3.7.4.	Importancia de la Habilidades Sociales	25
3.7.5.	Autocontrol	30

CAPITULO IV

METODOLOGIA

4.1.	Área de la Psicología en la que se enmarca el Trabajo de Investigacion	27
4.2.	Tipo de Investigacion	27
4.3.	Población Beneficiaria	28
4.4.	Descripción Sistematizada de la Investigacion Propositiva	29
4.5.	Métodos, Tecnicas y Materiales a ser Implementados	30
4.5.1.	Métodos	30
4.5.2.	Técnicas	30
4.5.3.	Instrumento	32
4.5.4.	Materiales	34

CAPITULO V

PROPUESTA DEL PROGRAMA

5.1.	Sesión N° 1: “Conociendo al Enemigo”	36
5.2.	Sesion N° 2: “Mi Cuerpo es Valioso – Salud Integral”	41
5.3.	Sesión N° 3: “Asertividad un Gran Regalo – Parte 1”	45
5.4.	Sesión N°4: “Asertividad un Gran Regalo – Parte 2”	51
5.5.	Sesión N°5: “Empatia, la Luz del Entendimiento – Parte 1”	55
5.6.	Sesion N°6: “Empatia, la Luz del Entendimiento – Parte 2”	60

5.7.Sesion N°7:” Escucha Activa, para una Mejor Comunicación – Parte 1”	65
5.8.Sesion N°8: “Escucha Activa, para una Mejor Comunicación – Parte 2”	69
5.9.Sesion N°9: “Pensamiento Positivo nos hae Mejores – Parte 1”	73
5.10. Sesión N°10 “Pensamiento Positivo nos hae Mejores – Parte 2”	78
5.11. Sesión N°11: “El Respeto nos Conviene a Todos – Parte 1”	85
5.12. Sesion N°12: “El Respeto nos Conviene a Todos – Parte 2”	90
5.13. Sesion N°13: “Autoestima, Amor Propio – Parte 1”	93
5.14. Sesion N°14: “Autoestima, Amor Propio – Parte 2”	97
5.15. Sesion N°15: “Yo Puedo, Nada me Detiene – Resiliencia”	101
5.16. Sesión N°16: “Autocontrol para Mi Bienestar – Parte 1”	105
5.17. Sesion N°17: “Autocontrol para Mi Bienestar – Parte 2”	109
5.18. Sesión N°18: “Motivacion, Un Arma para Ser Mejor”	112
5.19. Sesion N°19: “Autorregulacion una Herramienta Muy Poderosa”... ..	116
5.20. Sesion N°20: “Yo Tomo Mis Propias DEsiciones”	120
5.21. Sesion N°21: “Me Conozco y M Quiero – Autoconocimiento”	124

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1.Conclusiones	130
6.2.Recomendaciones	131

BIBLIOGRAFIA

ANEXOS

Escala de Habilidades Sociales (Arnold Goldstein & Col. 1978)

Cuestionario de Habilidades Personales (Luis Velasquez 2015)