

COLEGIO DISTRITAL LA AMISTAD J.N

RELATOS DE VIDA

RELATO DE VIDA	ESCENARIO	CUIDADO	DESEO	PROYECTO DE VIDA
N°1	La familia como ámbito de formación en valores y ejemplo	Seguir el ejemplo de una buena conducta conmigo y con mis semejantes	<p>Haber sido educado en valores de respeto conmigo mismo y con los semejantes, lo cual fortaleció mi autoestima y no dejó que mi voluntad se quebrara por las malas amistades a pesar de convivir en mi infancia en un barrio donde el consumo de SPA siempre estuvo presentes en la vida diaria.</p> <p>El entorno familiar: Hermana que consumía marihuana y perico y mi cuñada que consumía desde los 12 años y luego la internaron y salió normal. Los amigos y el entorno.</p>	<p>A nivel personal se considera callado, le gusta escuchar, es sociable. Le gusta ayudar a los demás. No le gusta la religión ni la política. Trabaja y desea en el futuro ser compositor y tener un trabajo estable.</p> <p>Colabora en la familia y considera que la familia espera de él buen comportamiento y que no tenga malos hábitos.</p> <p>Las relaciones son los padres y hermanos son buenas desde siempre.</p> <p>La vida de hoy es complicada y no hay trabajo. No tiene novia ni piensa casarse ni tener hijos.</p>

			<p>“Sino le enseñaron en la casa a tener carácter y personalidad llega a un colegio como este donde casi todo mundo consume y a Ud. Se lo llevan y se deja influenciar fácilmente y no es por necesidad o porque esté mal en la casa; simplemente porque los amigos lo hacen y Ud. Lo coge por diversión y después vienen las consecuencias de que está enviciado, problemas de salud y demás”.</p>	
Nº. 2	<p>A la edad de 13 años conocí las drogas por influencia de mi primo quien interactuaba con estas sustancias.</p>	<p>Después de un año de experiencias y enfrentar este tipo de vida tomé la decisión drástica y definitiva de dejar cualquier tipo de sustancias. Esta decisión tuvo la finalidad de tener un progreso y una mejor calidad de vida.</p>	<p>Me llamó la curiosidad y en un momento de conflictos familiares me dispuse a probar SPA. A los 14 años el consumo fue frecuente sobretodo de marihuana. A los 15 años probé Bóxer. Después de un año de experiencias y enfrentar este tipo de vida tomé la</p>	

			decisión drástica y definitiva de dejar cualquier tipo de sustancias. Esta decisión tuvo la finalidad de tener un progreso y una mejor calidad de vida.	
N°3	A través de una canción de RAP se plantea: Mi cuarto como lugar privado de reflexión y acción-fumar, luego salir de casa con amigos tomando y caminado bajo los efectos de las drogas. La calle peleas y muerte nos advierte.	Mientras la madre descansa, cuidando la puerta del cuarto un ángel guardián.	La influencia del contexto del barrio y los amigos, la aventura y las sensaciones que experimenta al consumir SPA. Actualmente consume su dosis de marihuana	Soy una persona solitaria, me gusta platicar conmigo mismo encerrado en un recinto haciéndome preguntas y soy humilde con los demás. Me gusta la música, componer, grabar, cantar en eventos, salir a cine, leer y escribir.(alejándome del mal sistema). Me proyecto como profesor de lengua castellana y producción musical. LA vida de hoy es dura, guerreándome el pan para los míos. Espera d la familia bendiciones y apoyo en toda circunstancia y mi familia espera de mi que deje los malos pasos,

				amistades y vicios que hieren mucho a mis padres, quieren de mi lo mejor y que sea un profesional. Ando con mi familia. No tengo novia, ni deseo casarme, pero si tener dos hijos a futuro.
N° 4	En las calles de mi vecindario, con amigos, la gente me miraba mal pero no hago caso de eso. Recibí la llamada de un amigo, que me ofreció una droga diferente a lo normal.	Los amigos como grupo de cuidado.	Me gusta estar en el viaje y cuando un amigo me ofreció una droga diferente no le vi problema y le dije listo, nos vimos todos y empezamos a tener una fiesta para locos que no es usual. Es un viaje cósmico y algo tenebroso. Fue de 8 hora de sensaciones que produce pero es un punto diferente a lo normal.	
N° 5	La ciudad de Bogotá como lugar de trabajo desde los 12 años donde encuentro ladrones vestidos de corbata, escoltados en carros blindados, con salarios millonarios y vacaciones que por	El Arte me apartó del mal camino. Escribiendo lo que pasa diariamente en mi país, observando lo que me rodea en esta selva de cemento.	Cuando tenía 16 años metí la nariz donde no debía. Empecé a consumir drogas y a consumir arte. Arte que me apartó del mal	

	<p>el pueblo son pagados. Entre colombianos nos miramos mal y nos dividen en estratos sociales. Una ciudad llena de prostitución, drogadicción y hambre.</p>		<p>camino. Escribiendo lo que pasa diariamente en mi país, observando lo que me rodea en esta selva de cemento</p>	
N° 6	<p>Un encuentro en las calles con mis amigos que nos reuníamos a socializar. Vi que mis amigos usaban las drogas y yo no sabía pero yo no quise probar nada.</p>		<p>La primera vez que probé la marihuana fue por insistencia de mis amigos más cercanos. Empezó a despertar en mí una curiosidad de saber que se siente estar en eses estado y les pedí que me dejaran probar y me prestaron el artefacto y fumé. Esa sensación es incomparable, nunca en mi vida me había sentido de esa manera: muchas ganas de reír, pasarla bien, ojos cansados.</p>	

Lunes, 29 de agosto de 2016

COLEGIO DISTRITAL LA AMISTAD J.N

GRUPO FOCAL

- 1. Introducción**
- 2. Partir de una situación o relato de vida**
- 3. Cómo me siento protegido?**
- 4. Cómo me cuido?**
- 5. Cómo cuida al otro?**
- 6. De qué se cuida?**
- 7. Cuidado de personas alejadas y cercanas**
- 8. Cuidado de personas extrañas (Bienes públicos)**
- 9. Cuidado en las redes sociales**
- 10. Riesgos Físicos, Sociales y Psicológicos respecto al consumo de SPA**

CUIDADO Y AUTOCUIDADO	BARRIO	FAMILIA	COLEGIO
<p>1. Cómo me cuido?</p>	<p>Cargando elementos de prohibición personal (armas) Evitando lugares de riesgo, inseguros. Haciendo deporte en el parque Asistiendo al Gym No dando oportunidad de que me hagan daño No consumiendo drogas Salir sólo si es estrictamente necesario Seleccionando las amistades No dar papaya No botando basura Andar por lugares que conozco y distinguiendo los lugares inseguros Ser suspicaz en toda parte, andar con cautela, cuidarse de los chismes, envidias, mal entendidos, de la gente que me rodea menos de mi familia.</p>	<p>Alimentándome saludablemente Alimentación espiritual Viviendo los valores de respeto, protección, sinceridad, amor, confianza. No tomas licor Evitando problemas Arreglo personal Ir al médico frecuentemente Tener hábitos de limpieza Teniendo buena comunicación(escuchando y respetando) Obedecer las reglas Ayudar Haciendo las cosas bien para no tener conflicto familiar</p>	<p>Evitando problemas, riñas Cumpliendo horarios de clase Haciendo tareas Saliendo y llegando temprano Respetando a los docentes No meterme con los profesores y compañeros No tratar mal a mis compañeros No buscar peleas No entrar a los baños Evitando malas influencias Comer bien Obedeciendo el reglamento Alejarse de personas conflictivas y desordenadas</p>

<p>2. Cómo cuida al otro?</p>	<p>Evitando mirarla mal Aconsejando Escuchando Previniendo Acompañando Avisando de los lugares peligrosos Dialogar con los demás Estar pendiente del hogar vecino Teniendo respeto por los demás Informando sobre la inseguridad del barrio De accidentes</p>	<p>Ir al médico Sana convivencia Corregir los errores Saber guiar Brindando compañía Interferir en las peleas Fomentar en la familia hábitos alimenticios Estando pendiente de las necesidades económicas y sentimentales</p>	<p>Tratando con respeto al otro Ayudando a explicar lo que no entiende Brindando una amistad sincera Siendo competentes Dando apoyo Concentrado en los estudios Evitar las ofensas No dejándolo sólo No meterse con él o ella dejándolo sólo Protegiendo a mis amigos de robos entre compañeros Aconsejando que esté en clases Mantener una buena comunicación No fomentando el desorden Llevándolos en la buena y previniendo los lugares inseguros</p>
--------------------------------------	---	--	---

3. De qué se cuida?	De los ladrones y mafiosos que hay en el barrio De las personas desconocidas Enemigos Policía Viciosos que me quieran vender drogas Bandalismo Violencia Accidentes De los negocios turbios	De enfermedades De malas actitudes Conflictos familiares El chisme Humillación Bullying Que me traten mal y me peguen Insalubridad	De los chicos que buscan problemas Malos entendidos Zonas inseguras dentro y fuera del colegio Bullying o matoneo Problemas con los compañeros De las malas compañías Robos Del consumo de sustancias psicoactivas
4. Cuidado en las redes sociales	Cuidando a mis vecinos para prevenir embarazos Del Cyberbullying Páginas porno No aceptando solicitudes No enviar fotos a quien no conoce No dar mucha confianza Poniendo clave al Wifi Bloqueando las fotos de mis redes sociales No agredir a gente desconocida No hacer amigos con desconocidos Ciberacoso Entrando poco tiempo Poniendo claves seguras	Los padres cuiden a los hijos de las redes sociales No aceptar a familiares chismosos No hacer comentarios imprudentes No subir fotos con la pareja Publicaciones inapropiadas Del Cyberbullying No subir los problemas familiares, que nadie sepa lo que pasa en el hogar Advirtiendo de los problemas que pasan en la familia Publicando contenido que afecten la imagen Comentarios de doble sentido	Cada persona sabe lo que es bueno o malo Las chicas se cuidan de ser violadas Del Cyberbullying Páginas porno Perfiles falsos No tener conversaciones obscenas Compañeras que quieran robar mi información para burlarse Mirar amigos comunes No publicando cosas en la red Mensajes inadecuados Fotos con contenido pornográfico

		Manteniendo a la familia informada de lo peligroso que son las Redes sociales.	No dar el face o correo a cualquiera
5. Riesgos en que me encuentro	<p>Que me roben</p> <p>Asaltantes</p> <p>Problemas</p> <p>Accidentes</p> <p>Venta de sustancias Psicoactivas</p> <p>Accidentes</p> <p>Que me hieran con algún elemento</p> <p>Enfermos mentales</p> <p>Personas desconocidas</p> <p>Consumos de alucinógenos</p> <p>De que me apuñalen</p>	<p>Riesgo psicológico</p> <p>Amenazas</p> <p>Adicciones</p> <p>Carácter de otros</p> <p>Mal entendidos</p> <p>Violencia</p> <p>Juzgar mal</p> <p>El irrespeto</p> <p>La intolerancia</p> <p>Enfermedades</p>	<p>Perder el año</p> <p>Bulliyng</p> <p>Comentarios de mal gusto</p> <p>Armas y drogas</p> <p>No sacar celulares en lugares públicos para que no se lo roben</p> <p>Que me vendan drogas y otros vicios</p> <p>Caídas</p> <p>Riñas con los profesores</p> <p>Malos tratos</p> <p>Viciosos</p> <p>Los baños</p> <p>La salida y entrada al colegio</p> <p>Prevengo de aceptar invitaciones a tomar o farrear.</p>

CARTOGRAFÍA SOCIAL-CICLO 5

GRUPO N° _____

LUGARES SEGUROS	LUGARES INSEGUROS
<p>Definición: Es el lugar en el que se siente placentero, se obtiene una tranquilidad y seguridad absoluta Puedo compartir en familia, no estoy expuesto a correr peligro Donde me siento a salvo Lugar pacífico en el que estoy en mi zona de confort y el cual conozco bien Donde podemos convivir, estar en paz y sana convivencia. Donde no pasa nada malo, que no me van a robar, no hay gente mala.</p> <p>En la Localidad: Mi casa El parque a los alrededores Frente al centro comercial (primavera) Parque techo Centro comercial Tintal Parque Timiza Plaza de las Américas Carvajal Parque de Marsella Plaza Tintal CAI Parques con vigilancia(parque la Amistad) El hogar</p>	<p>Definición: Lugar que inspira desconfianza, donde no se siente agradable. No me siento cómodo y estoy ante un peligro Donde está uno expuesto a hacer agredido física y verbalmente Lugar intranquilo, peligroso ya que encontramos situaciones que pueden atentar contra nuestra integridad física y emocional Donde consumen vicios, causan el mal para la comunidad y los niños Aquello donde peligra nuestra vida, dignidad y nos sentimos incómodos. Nos educaron que los olores de SPA son peligrosos y por tanto inseguros.</p> <p>En la Localidad: Parques en las horas nocturnas Puentes peatonales Ciclorutas Lugares desolados Patiobonito(Clle. 38) Corabastos Bares La súper 7 Parque K8 La primera de mayo hacia la 68</p>

<p>Las iglesias Mandalay La cuadra Colegio Las tiendas Cines La Alcaldía Bomberos LA puerta del Hospital de Kennedy</p> <p>En el Colegio: Cafetería Biblioteca Entrada Aulas de clase Secretaría Coordinación Sala de informática Sala de profesores Plazoleta principal(patio)</p>	<p>Callejones Compensar(no está bien iluminado) El Socorro Parque La Amistad- Pícolo donde venden SPA Parque la Igualdad La Rivera La Primavera El parque Cayetano Cañizales Kennedy Central La Super 2 Vía Villavicencio Calles sin salida Cartuchín de Patio Bonito El Amparo Puntos de expendio de drogas A la hora que salimos del colegio están el comercio clle. 76, la salida del colegio</p> <p>En el Colegio: Baños Alrededores del salón de danzas Fuera del colegio El parqueadero Patio Casetas Barras Las canchas Las escaleras</p>
--	--

LUGARES QUE ME AGRADAN Y DISFRUTO	QUÉ RELACIONES ESTABLEZCO DURANTE EL DESPLAZAMIENTO AL COLEGIO O HACIA LA CASA
<p>En la Localidad: Parques Centro comerciales El Cine C.C Plaza de la Américas El Éxito Colsubsidio Metro Sur Parques temáticos y deportivos Estadios Bares Casa Colegio Ciclovía Restaurantes Las heladerías Billar de Roma X-box</p> <p>En el Colegio: El patio La Cafetería Clases de Educación física y Danzas Clase de informática Salidas Pedagógicas(Teatro, Cine, Visita de Biotecnología) Campeonatos</p>	Parque para relajarme Gasolinería Casa a recoger a un socio Me voy caminando al colegio por el camino compro algo de comer y gaseosa. Nos encontramos con algunos compañeros Compra de cigarrillos en el trayecto, pasajeros del bus Casa salir con amigos Con mi papá al bar Espero salir del colegio con algunos conocidos y dialogamos y luego nos dirigimos a nuestras respectivas casas Me encuentro con compañeros y recogemos a otros y nos venimos hasta Palenque y de ahí nos venimos para el coco. En el recorrido de Patio Bonito al colegio pasamos por el Colegio Rodrigo de Triana, Mitad de precio, la Virgen Tintal, Abastos. Patio Bonito es inseguro: consumos de drogas, robas, prostitución niños echando pegante, bazuco. Corabastos es peligroso y llegando al colegio, la Súper 7, techo, la pajarera.

LUGARES COTIDIANOS QUE MÁS FRECUENTA PARA EL OCIO	LUGARES FAMILIARES DONDE REALIZA ACTIVIDADES COTIDIANAS
Parque Simón Bolívar Barrio Primavera Alrededores del CAI de Oneida Centros comerciales Discotecas Billares X-box Minitejo Casa de los amigos Asados familiares o de amigos Casa de la pareja Eventos culturales Campeonato de Futsal En el colegio: Las barras, la cafetería, las canchas	Casa de vez en cuando salimos Centro Comercial(Tintal, Plaza de las Américas) Ir a Cine Comer Helado A veces paseo de Olla al parque Simón Bolívar Casa de familiares Parque de la Zona Restaurantes Salir con mi papá al Bar “donde Leo” Tiendas Poco salimos con la familia

REDES SOCIALES Y CONSUMO DE SPA

INDICADORES	REGISTRO DE INFORMACIÓN
1. Uso de redes sociales: ¿Cuáles y desde hace cuánto tiempo?	Facebook, Whatsapp, Snapchat, Instagram, Line, twitter,skout, youtube, tumblr, messenger (1 año- 5años)
2. Frecuencia del uso de R.S	Todo el día Todos los días 5 horas al día 2 o 3 veces por semana
3. Necesidades de usar R.S	Comunicarse con las personas y entretenimiento de toda clase, Informarse, distracción, estudio, ocio, trabajo, por aburrimiento
4. Aprendizajes logrados y compartidos	Amor, amistad, Eventos promovidos por Redes, entablar conversaciones, situación actual del mundo, tecnología, ortografía, redacción y cursos en internet, no dar ubicación exacta, no subir fotos inapropiadas, ser precavido con la información que comparto, sensaciones
5. Riesgos a los que ha sido expuesto	Pantallazos, Cyberbullying, Robos de identidad, plagio, acoso, insultos, material sin censura que nos afecta emocionalmente, perfiles falsos, imágenes obscenas, estafa, crear una cuenta falsa con mi nombre, burla y problemas, descargas sin advertencia, pornografía

6. ¿Cómo te cuidas en la Red?.	Virus, páginas prohibidas, extorsiones Poner privacidad en mis redes, no hablar con extraños, no publicar cosas privadas, eligiendo a las personas correctas, sabiendo hablar, bloqueos en red, alejándome de páginas para adultos, evitar personas no conocidas, no agregar a personas desconocidas, no compartir mi ubicación, que no todos tengan acceso al perfil, evitar dar detalles
7. ¿Con quienes te relacionas en la Red?	Amigos, familiares, compañeros de trabajo, con la pareja, jefes, vecinos
8. ¿Cómo son esas relaciones?	Personales, amistosas, de negocios y de ayuda, amor, rumba, compras, de trabajo basadas en el respeto, con la familia para saber cómo están y con mis amigos para hacer tareas, fraternas, aclaraciones, agradables.
9. ¿Qué tipo de información compartes en la Red?	Fotos, videos, Estado, Celular, cosas divertidas, informativas, fotos, música, ubicación, estados de ánimo, teléfono, fotos de mi hija, memes, imágenes
10. ¿Cuáles son esos espacios de acciones y de encuentros en la Red?	Parques, eventos, tarimas, rodadas, eventos sociales y caritativos, enviar y recibir información, noticias, invitaciones a fiestas, comprar de cámaras, video llamadas, mensajes.

RESULTADOS DE LA INTERACCIÓN EN LAS RED SOCIAL FACEBOOK

MOTIVACIONES QUE LLEVAN A LA JUVENTUD A CONSUMIR SPA

1. Razones económicas y familiares
2. Despejar la mente
3. La droga es el mejor camino, uno lo escoge
4. La necesidad de sentirse aceptado por los amigos
5. Por las presiones sociales (en todas partes se consume y es algo que no va a acabar)
6. Por experimentar algo distinto a lo normal bajo su propio riesgo
7. Hay gente que la toma para autodestrucción y otros para relajar la mente
8. Yo consumo porque me gusta y no porque esté triste. Es parte de mi forma de vida.

PROPUESTAS PARA MEJORAR LA SITUACIÓN DEL CONSUMO DE SPA EN EL COLEGIO:

1. Realizar campañas para que hagan reaccionar a los jóvenes.
2. Contar con más opciones de diversión y aprovechamiento del tiempo libre. Hacer algo para ocuparlos.
3. Eso depende de uno.
4. El campeonato de microfútbol, baloncesto, es bueno pero que no se haga por una nota sino como motivación en hacer deporte y se les puede entregar un premio.
5. Realizar talleres, asignar recursos, ayudar con los problemas y que sea por voluntad y no porque toca.
6. Hacer charlas aunque estas no funcionan.
7. Más vigilancia
8. Que el colegio sea más estricto con los consumidores o expendedores de SPA.