



LA LIBERTAD DE ELEGIR

.- Prevención de uso y/o abuso de drogas o alcohol

Todos ansiamos ser libres y tener la capacidad de elegir pero muchas veces boicoteamos este privilegio propio del ser humano ya sea por volvernos dependientes a personas, lugares o cosas, cualquiera sea la atadura ésta nos limita en poder tomar decisiones de manera acertada y objetiva. Debemos tener claro que “todos nuestros actos tienen consecuencias y esas consecuencias las paga uno mismo” ya sean positivas o negativas, todo depende de cómo y que elijamos para nuestras vidas.

Una forma de ser libres como personas es lograr el autoconocimiento ya que de este modo me reconozco se que me gusta, duele y molesta, de mi y de quienes me rodean, es decir asumo como soy con virtudes y defectos. Una vez conocida y digerida esta parte de nosotros le sumaremos un concepto que llegará a ser el gran aliado en todo nuestro desarrollo como personas el “Autocontrol”.

Existen muchos tipos de seminarios, talleres o charlas que abordan el tema del abuso de drogas y alcohol, algunos se basan en estadísticas, cifras o números, otros se centran en los efectos que provocan determinadas sustancias, y así podemos encontrar una gran variedad de enfoques para el mismo tema, en donde lo emocional y vivencial no esta presente.

En el desarrollo de este curso lo principal es “la persona” ya que entendemos que quien toma la decisión de abusar de alguna sustancia es ella, pero lo importante es llegar a conocer el porque un individuo, ya sea hombre o mujer siente la necesidad de utilizar algo “extra” para sentirse bien.

Es de suma importancia que los trabajadores conozcan la verdad con respecto a personas que tomaron malas decisiones y éstas las llevaron a perder el rumbo de sus vidas con las consiguientes nefastas consecuencias. Esto se desarrolla a través de un testimonio de vida franco y directo.

Autoconocimiento para lograr el Autocontrol una forma real de conseguir “La libertad de elegir”.

“TU VIDA ES EL RESULTADO DE TODAS LAS ELECCIONES QUE HAZ HECHO. SI PUEDES CONTROLAR EL PROCESO DE ELECCION, PUEDES CONTROLAR TODOS LOS ASPECTOS DE TU VIDA.”



..

PRESENTACIÓN:

El presente Seminario tiene por objeto instalar a nivel laboral, la temática de “Prevención del uso de drogas” a través de un enfoque diferente, basado en experiencias vivenciales, técnicas de autoconocimiento, fortalecimiento del carácter, sumado a una visión proactiva, que permite entregar herramientas útiles como medida de prevención frente a situaciones que puedan generar un posible consumo de sustancias.

OBJETIVOS:

Instalar en los trabajadores de la empresa mecanismos de autoevaluación, control, prevención, detección y herramientas prácticas para enfrentar la problemática adictiva.

Identificar factores de riesgo y protección.

Reconocer el factor de responsabilidad personal en relación al tema.

Lograr el autoconocimiento para el autocontrol.

Protocolo

Introducción.

Testimonio personal.

Las drogas y los cambios de conducta.

Personalidad: carácter, temperamento y talentos.

Yo mi propio responsable.

Sala abierta: Debate.

Trabajo de auto evaluación

Cierre.

Testimonio de ex adicto en reeducación

Percepción y paradigmas - Imágenes

Proactividad – Conceptos del cambio.

Factores de riesgo y protección, dramatización.

Mitos y realidades

Antes y después del curso

Preguntas, comentarios y sugerencias.

Evaluación final.

Duración del taller: Ocho horas

Relatores: Claudio Moreno Grasso. – Lidice Labbe Alister (psicóloga)
Jaime Palacios (publicista)

Actores : Claudio Valenzuela – Daniela Tobar – Eduardo Mujica.