

**GUIA DE APRENDIZAJE UNIDAD 2 N° DE GUÍA: 10**

**RECURSO: TEXTO DE ESTUDIO** PAGINAS: \_\_\_\_\_

ASIGNATURA: \_\_\_ORIENTACION\_\_\_

NOMBRE ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_

CURSO: 8° año básico LETRA: A- B - FECHA: \_\_\_\_\_

Unidad 2: BIENESTAR Y AUTOCUIDADO

OA 3 Identificar situaciones que puedan exponer a las y los adolescentes al consumo de sustancias nocivas para el organismo, conductas sexuales riesgosas, conductas violentas, entre otras problemáticas.

EN ESTA GUIA EDUCATIVA VAMOS ANALIZAR ESTRATEGIAS CONCRETAS QUE TE AYUDAN A ENFRENTAR LAS DIFICULTADES CUANDO DICES QUE NO A UN RIESGO.



INICIO ACTIVIDAD: Observa las imágenes, lee atentamente y responde.

1.- ¿Te has sentido alguna vez” conta la espada y la pared “?

2.- Piensa en alguna situación en la cual tomaste una decisión para evitar un riesgo, y sin embargo tuviste muchas dificultades para poder llevarla a cabo. Descríbela brevemente

DESARROLLO: ACTIVIDAD1.- Te invito a realizar una Autoevaluación

Si has tomado una decisión como terminar una relación de amistad o pololeo tóxica, hablar con sus padres sobre un tema difícil, decirle a un amigo que les hizo daño, o tomar la decisión de dejar de permanecer a un grupo por decir que, (no fumar, decir que no a un trago) es probable que te enfrentes a varias dificultades y es necesario que tengas conciencia que debes enfrentaras, con ciertas herramientas.

AUTOEVALUACION ¿ Qué tan preparado estás?



Frases	Totalmente de acuerdo	Parcialmente de acuerdo	Estoy confuso al respecto	En total desacuerdo
Consigo identificar cuando me presionan a conductas riesgosas.				
Elaboro un plan para enfrentar una situación de riesgo.				
Logro mantener mi decisión de rechazo ante conductas de riesgo.				
Reconozco en diversos ámbitos las situaciones de riesgo a las cuales me puedo enfrentar.				
Sé cuáles son las conductas que debo mejorar para evitar conductas de riesgo.				

2.-Lee y Analiza. Luego enumera del 1 al 6 según el orden de importancia que tu le darías a las estrategias que puedes desarrollar para evitar situaciones de riesgo

- \_\_\_\_\_ Crear un Plan B plan para enfrentar una situación de riesgo.
- \_\_\_\_\_ Utilizar una comunicación asertiva que me permita decir lo que siento y lo que pienso.
- \_\_\_\_\_ Evaluar los niveles de riesgo y luego tomar una decisión.
- \_\_\_\_\_ Reconocer mis debilidades o niveles de vulnerabilidad frente a los riesgos
- \_\_\_\_\_ Saber quiénes me pueden ayudar, cuando cuesta llevar cabo la decisión tomada.
- \_\_\_\_\_ Tener un pensamiento crítico y reconocer cuando me presionan o manipulan.

CIERRE ACTIVIDAD ¿Crees que desarrollar vínculos emocionales positivos y de confianza con tus padres sirva como una estrategia de prevención ‘? Justifica tu respuesta.

---



---