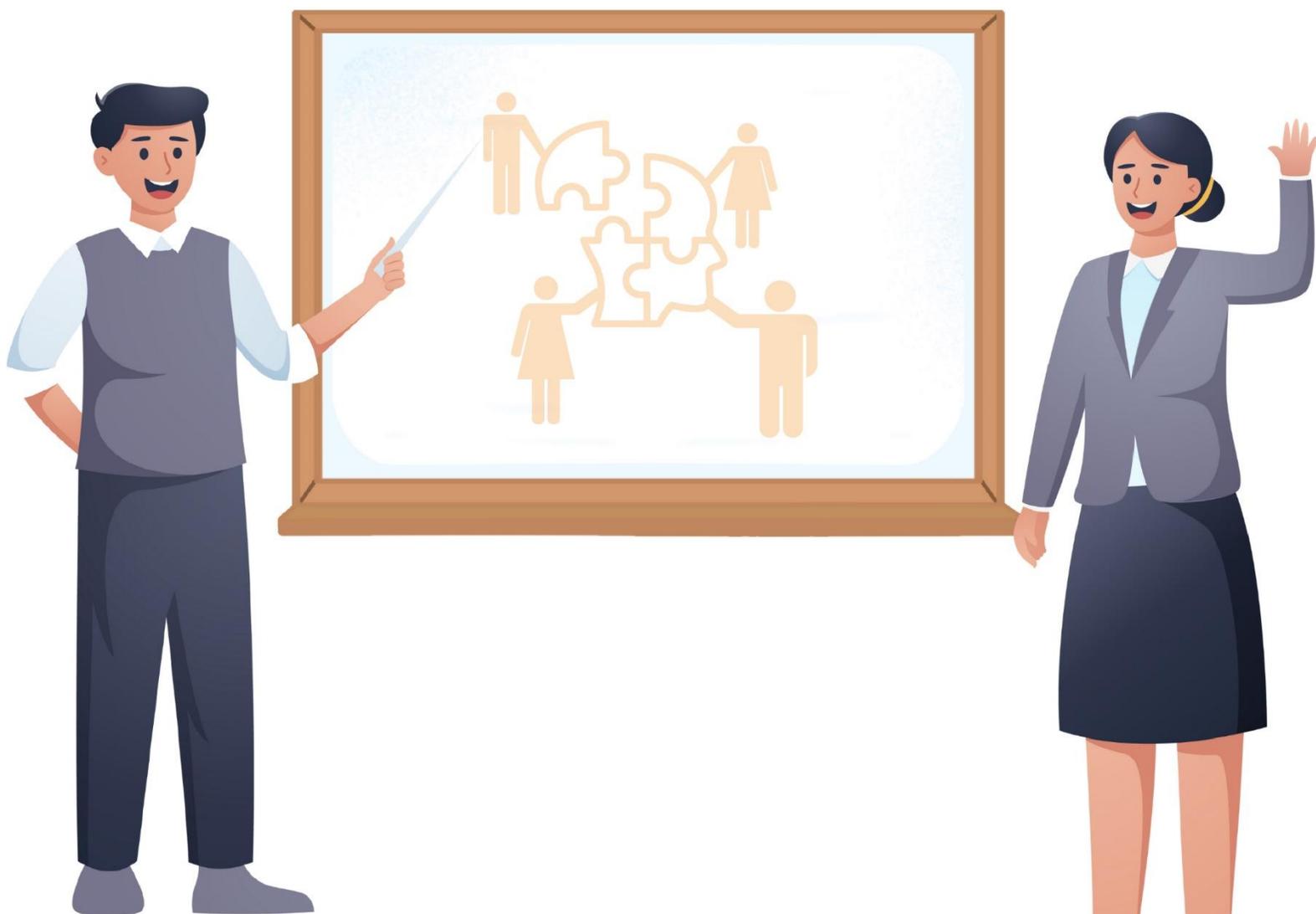




# Educación

Secretaría de Educación Pública

## Manual del docente curso propedéutico



### Mi construcción personal en la colectividad

## EDIEMS

Evaluación Diagnóstica al Ingreso a la  
Educación Media Superior

2025-2026



## DIRECTORIO

**Mario Delgado Carrillo**

Secretario de Educación Pública

**Tania Hogla Rodríguez Mora**

Subsecretaria de Educación Media Superior

**Virginia Lorenzo Holm**

Coordinadora Sectorial de Fortalecimiento Académico

**Uladimir Valdez Pereznuñez**

Director General del Bachillerato

**Rolando de Jesús López Saldaña**

Director General de Educación Tecnológica Industrial y de Servicios

**Mario Hernández González**

Director General de Educación Tecnológica Agropecuaria y Ciencias del Mar

**Fernando Magro Soto Otero**

Director General del Bachillerato Tecnológico de Educación y Promoción Deportiva

**Rodrigo Rojas Navarrete**

Director General del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica

**Iván Flores Benítez**

Coordinador de ODES de los CECyTEs

**Adán Escobedo Robles**

Director General del Colegio de Bachilleres

**Judith Cuéllar Esparza**

Directora General del Centro de Enseñanza Técnica Industrial



## **CONTENIDO**

PRESENTACIÓN.....	1
Estructura del curso .....	1
Rol del docente .....	3
Recomendaciones.....	3
Descripción del manual .....	4
Sesión 1 El riesgo de las adicciones .....	6
Sesión 2 Apagando las adicciones.....	17
Sesión 3¿Es un gusto o una adicción? .....	24
Sesión 4 Construyendo la identidad sin adicciones.....	31
Sesión 5 Factores de protección ante las adicciones .....	39
Sesión 6 Instancias mexicanas para ayudarte.....	49



## PRESENTACIÓN

La Subsecretaría de Educación Media Superior (SEMS) a través de la Coordinación Sectorial de Fortalecimiento Académico (COSFAC), impulsa la Evaluación Diagnóstica al Ingreso a la Educación Media Superior (EDIEMS), como una estrategia que permite identificar el nivel de dominio de los aprendizajes que han adquirido las y los estudiantes en su educación básica. La evaluación forma parte del proceso de enseñanza y de aprendizaje, su aplicación contribuye a la implementación de estrategias para el fortalecimiento de los aprendizajes en las instituciones educativas de media superior.

Un elemento que conforma esta estrategia es el curso propedéutico, el cual tiene como propósito fortalecer los aprendizajes esenciales necesarios para el ingreso a la educación media superior, ofreciendo elementos académicos que permitan a las y los estudiantes transitar en su bachillerato.

## Estructura del curso

El curso está diseñado para abordarse en 39 sesiones de 50 minutos cada una distribuidas de la siguiente manera: Ciencias naturales y experimentales 8, Mi construcción personal en la colectividad 6, Matemáticas 7, Relaciones y procesos sociales 9 y Lenguaje 9.

Área	Días														15	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
	Aplicación del instrumento Test	Formación socioemocional	CURSO PROPEDEÚTICO												Aplicación del instrumento Postest	
Ciencias Naturales y experimentales			S1	S2	S3		S4	S5	S6		S7	S8				
Mi construcción personal en la colectividad			S1		S2	S3		S4					S5	S6		
Matemáticas					S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7					
Relaciones y procesos sociales			S1	S2	S3		S4	S5	S6	S7			S8	S9		
Lenguaje			S1	S2		S3	S4		S5	S6	S7	S8	S9			

La aplicación de los instrumentos de evaluación en su fase Test y Postest, deben efectuarse en sesiones exclusivas en el inicio y fin del curso. De tal manera, se aplicará el Test seguido de las actividades de integración; para dar paso a las sesiones programadas del curso propedéutico y finalizar con el Postest.

Las actividades de aprendizaje propuestas podrán adaptarse para el trabajo individual, en equipo o grupal.



La movilización de estos aprendizajes se lleva a cabo mediante la resolución de una problemática que permita a las y los estudiantes, analizar y resolver situaciones desde la aplicación de los conceptos y procedimientos propios de cada área de conocimiento.

El curso propedéutico tiene como propósito recuperar datos sociales, problemas relacionados con la colectividad, identificando factores personales, sociales o culturales de la colectividad del estudiante en la construcción de su identidad para comunicar sus ideas de manera asertiva.

Los aprendizajes que se van a trabajar a partir del estudio de caso son los siguientes:

Tema	Sesión	Aprendizaje
Las adicciones	El riesgo de las adicciones	Reconoce herramientas para evitar situaciones de riesgo personal y social en la comunidad
	Apagando las adicciones	Identifica situaciones cotidianas que fomentan la inclusión para el bienestar común, así como barreras colectivas y sociales que perjudican la convivencia
	¿Es un gusto o una adicción?	Reconoce situaciones en las que se manifiestan necesidades, gustos, deseos e intereses que ayudan al bienestar personal y social
	Construyendo la identidad sin adicciones	Distingue características de la colectividad en la construcción de la identidad
	Factores de protección ante las adicciones	Relaciona los factores de la colectividad en torno a la construcción de la ciudadanía
	Instancias mexicanas para ayudarte	Identifica las instancias que promueven la participación social y fomentan una sana convivencia



## Rol del docente

El profesorado que participe en el curso propedéutico debe ser facilitador y promotor del aprendizaje, por lo que es necesario que:

- ✓ Ponga al estudiante al centro del proceso educativo.
- ✓ Favorezca la cultura del aprendizaje.
- ✓ Ofrezca acompañamiento al estudiante durante su proceso de aprendizaje.
- ✓ Muestre interés por las características de las y los estudiantes, reconociendo la diversidad como parte esencial del aprendizaje y la enseñanza.
- ✓ Tome en cuenta los aprendizajes previos del estudiantado.
- ✓ Reconozca la naturaleza social del conocimiento.
- ✓ Modele el aprendizaje.
- ✓ Reconozca la existencia y el valor del aprendizaje informal.
- ✓ Promueva la relación intradisciplinaria e interdisciplinaria.
- ✓ Conozca y domine su campo disciplinar.
- ✓ Maneje técnicas grupales.
- ✓ Muestre empatía hacia los estudiantes.
- ✓ Maneje estrategias de enseñanza y aprendizaje dentro del aula.
- ✓ Aplique técnicas motivadoras.
- ✓ Muestre responsabilidad, respeto, tolerancia e iniciativa.
- ✓ Muestre apertura al uso de internet y redes sociales con un fin educativo.
- ✓

## Recomendaciones

El docente es el encargado de organizar y planear cada sesión con apoyo de los recursos y materiales didácticos a los que tenga acceso.

El docente del curso tiene la autonomía para realizar adaptaciones al contenido que ofrecen los manuales, a las actividades, ejercicios y preguntas, considerando las características de las y los estudiantes, el contexto, los recursos con los que se cuenta, etc.



## Descripción del manual

Al inicio se muestra el número de la sesión junto con el título que delimita el abordaje del caso, de acuerdo con la línea a seguir para el análisis.

La sesión se estructura de la siguiente manera:

- Número de sesión
- Título (delimita el abordaje del caso)
- Iconografía propia de la sesión
- Manejo de tres apartados: *apertura*, *desarrollo* y *cierre*

Teniendo las siguientes características:



### Apertura

En este apartado se da la primera aproximación hacia los contenidos a trabajar con respecto al caso que se presenta.



### Desarrollo

El segundo apartado plantea las actividades a desarrollar para el análisis de la problemática, rescatando aquellos contenidos que permiten comprenderlo de acuerdo con los aprendizajes y procedimientos propios del área de conocimiento.



### Cierre

Este último apartado permite recuperar los contenidos vistos durante la sesión, así como, compartir opiniones y conclusiones a las que se llegó con el análisis realizado referente a la problemática; dando apertura a la retroalimentación.



A fin de ilustrar mejor los espacios de trabajo y actividades a considerar, se emplea la siguiente iconografía:



Tiempo



Reforzamiento del aprendizaje adquirido



Instrucción



Para aprender más



Actividad individual



Evaluación



Plenaria



Material para la siguiente sesión



Comunidad de aprendizaje



## Sesión 1

## El riesgo de las adicciones

### Apertura



➤ Pida que lean el texto atentamente.

### Adicciones en la adolescencia

Las sustancias de entrada al consumo son aquellas que sirven como primera experiencia en la toma de drogas. Normalmente se habla del alcohol, la nicotina, y el cannabis o marihuana en orden de inicio respectivamente y por ser las sustancias más económicas, más accesibles y aceptadas socialmente, entre otros motivos. De acuerdo con el Plan Nacional Sobre Drogas (PNsD), el alcohol es la sustancia psicoactiva más extendida entre los estudiantes de educación secundaria entre 14 y 18 años. El 78.9% de las y los adolescentes han consumido bebidas alcohólicas en alguna ocasión, y el 68.2% (2 de cada 3 adolescentes) admiten haber bebido en los últimos 30 días. El tabaco es la segunda sustancia más consumida. El 38.4% de las y los adolescentes ha fumado tabaco alguna vez en su vida, el 25.9% de los menores afirma haber consumo en los últimos 30 días y 1/3 de estos reconoce haber fumado diariamente.

Por último, está el cannabis; la tercera sustancia más popular entre los jóvenes de 14 y 18 años. El 29.1% (3 de cada 10 adolescentes) admiten haber consumido cannabis en alguna ocasión, y el 18,6% de los menores reconoce haberlo consumo en los últimos 30 días.

*Adicciones en la adolescencia.* (s/f). Psicoarganzuela | Psicólogos en Arganzuela. Recuperado el 6 de junio de 2025, de <https://psicoarganzuela.es/dificultades-en-la-adolescencia/adicciones-en-la-adolescencia/>

Forum Salud Mental Sevilla. (2020, October 13). *¿Qué son las drogas de inicio?* Forum Salud Mental Sevilla. <https://adiccionsevilla.com/que-son-las-drogas-de-inicio/>



➤ Solicite que realicen la siguiente sopa de letras:

- |               |              |
|---------------|--------------|
| PLAN NACIONAL | EDUCACIÓN    |
| DROGAS        | ALCOHOL      |
| PSICOACTIVA   | TABACO       |
| BEBIDAS       | ADOLESCENTES |
| CANNABIS      | CONSUMO      |

P	E	P	H	A	L	G	B	D	M	N	O
S	L	D	G	S	O	N	F	R	L	O	K
I	N	A	U	F	W	X	J	O	Q	O	A
C	S	M	N	C	P	I	T	G	D	M	V
O	C	I	E	N	A	S	U	A	C	U	B
A	O	U	B	C	A	C	W	S	V	S	Z
C	C	L	E	A	F	C	I	U	S	N	L
T	A	A	I	T	N	Q	I	O	H	O	O
I	B	T	L	J	Z	N	F	O	N	C	H
V	A	F	S	F	B	E	A	A	N	I	O
A	T	H	E	Y	J	B	K	C	N	A	C
S	A	D	I	B	E	B	U	I	A	J	L
S	E	T	N	E	C	S	E	L	O	D	A

## Desarrollo



➤ Pida que lean la siguiente lectura.

### ¿Cómo podemos prevenir?

El trabajo en prevención debe ser multifocal. No basta con dar información, que obviamente es muy necesaria, también se necesita hacer una actuación en cuanto a hábitos de vida saludables y toma de decisiones.

En lo que se refiere a los hábitos de estilo saludables es fundamental que el adolescente comprenda el término de salud y conozca la responsabilidad que tiene él consigo mismo



en el mantenimiento y cuidado su propia salud. En este sentido, la salud no es solamente la física (hacer deporte, realizar ejercicio o actividad física, higiene y descanso adecuados, comer saludable, etc.) para que pueda llevar sus actividades diarias sin dificultad y sin sentirse agotado. La salud incluye la salud social que se basa en la conexión y calidad de las relaciones interpersonales significativas y positivas con familiares y amigos y el sentido de pertenencia a una comunidad, la salud emocional que se refiere a contar con herramientas internas para afrontar los retos y desafíos, situaciones adversas o de estrés que se le presenten a lo largo de su vida, cómo responde a lo bueno que sucede en su vida y conocer sus emociones, es decir, identificar cómo se siente y cuáles son sus emociones en distintas situaciones, recordando que no es tan solo la felicidad y alegría, sino también cuando está triste, enojado o estresado. Y la salud mental, que de forma muy sencilla se refiere al equilibrio entre cómo se siente, cómo piensa y cómo actúa, y así poder reflexionar y elegir cuál es el estilo de vida al que aspira, su nivel de autoaceptación y la capacidad de tomar decisiones por sí mismo y elegir propósitos de vida que le permitan crecer y desarrollarse.

Es importante hacerles consciente que, en cada una de las áreas de la salud, ellos pueden establecer las metas que quieren alcanzar y elegir los caminos a seguir y que son capaces de tomar decisiones por sí mismos, desarrollando su autoconfianza (informándose y viendo los resultados positivos de sus elecciones), asumiendo la responsabilidad de sus acciones (elecciones-consecuencias-resultados) y evaluando los riesgos y beneficios al momento de tomar sus propias decisiones.

Aquí radica la segunda parte, la toma de decisiones. Es importante que conozca cómo se toma una decisión razonada, para que el día de mañana cuando se enfrente a la decisión de consumo o no consumo pueda razonarla y no dejarse llevar por la influencia social la cual representa la primera causa para iniciar su consumo, y también puede iniciar debido a la necesidad de encajar en un grupo de amigos, su necesidad de conectar con ciertos entornos (falta de habilidades interpersonales), consumir como una forma errónea de enfrentar la ansiedad, el miedo o cambios en su entorno inmediato. Por tanto, es mucho más eficaz prevenir su consumo que intervenir cuando ya ha iniciado y se ha complicado. Tomar decisiones en cuanto a la decisión de consumo o no consumo significa también ser asertivo para poder valorar los riesgos, buscar las alternativas y analizar las consecuencias que esto traerá a sus vidas.

Decimos que la prevención es multifocal porque no hay un único punto en el que centrarse, es igual de importante que tenga hábitos de vida saludable, como que sepa razonar sus actuaciones, que tenga una autoestima equilibrada para poder hacer frente a la presión del grupo (la mayoría de las veces así se inician los consumos experimentales), que se sientan arropados en casa para poder hablar de aquello que les inquieta, les preocupa o les llama la atención. Y tener conocimiento acerca del efecto que provocan las sustancias a corto, medio y largo plazo a nivel físico, cerebral y comportamental, especialmente el alcohol, el tabaco y el cannabis que son las sustancias de inicio en el

consumo, buscando información basada en evidencias científicas, en sitios o centros especializados, por ejemplo.

Ante todo, debemos dejarles muy claro que no existe un consumo moderado a su edad (tal y como se habla en los adultos, media copa de vino en las comidas, por ejemplo) porque su cuerpo se encuentra en pleno desarrollo, y la introducción de cualquier sustancia psicoactiva en su organismo va a originar que no se desarrolle de manera óptima. Por eso lo mejor es “Cuanto más tarde mejor y cuanto menos mejor”: cuando más tarde consuma más formado estará su cuerpo y los efectos en el desarrollo serán menores; cuando menos se consuma, menos probabilidad de crear tolerancia, y por tanto, menor probabilidad de desarrollar la dependencia tanto física como psicológica, factores cruciales que complican y hacen más difícil dejar de consumir.

*Adicciones en la adolescencia. (s/f). Psicoarganzuela | Psicólogos en Arganzuela. Recuperado el 6 de junio de 2025, de <https://psicoarganzuela.es/dificultades-en-la-adolescencia/adicciones-en-la-adolescencia/>*



Solicite que respondan las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son las dos herramientas importantes para la prevención de adicciones?

Estilos de vida saludables y toma de decisiones asertivas.

2. ¿Por qué es fundamental que el adolescente conozca y comprenda el termino de salud y responsabilidad consigo mismo?

Para el mantenimiento y cuidado de salud física, social, mental y emocional.

3. ¿A qué se refiere la salud social y emocional?

A tener buenas relaciones interpersonales y un equilibrio emocional.



4. Colorea la columna que contiene los puntos multifocales que indican la prevención de las adicciones.

<ul style="list-style-type: none"><li>• Razonar sus actuaciones.</li><li>• Buena autoestima para poder hacer frente a la presión del grupo.</li><li>• Sentirse arropados en casa para poder hablar de aquello que les inquieta</li><li>• Conocimiento acerca del efecto que provocan las sustancias a corto, medio y largo plazo a nivel físico, cerebral y comportamental.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Razonar sus actuaciones.</li><li>• Baja autoestima.</li><li>• Dejar de pertenecer al ámbito familiar.</li><li>• Conocer los efectos de las drogas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actuar reaccionariamente.</li><li>• Sobre estimación de sí mismo.</li><li>• Abandonar el seno familiar.</li><li>• Ignorar los efectos y consecuencias de las drogas.</li></ul>
---	--	--

5. En la mayoría de los casos, ¿cómo se inician los consumos experimentales?

Por la presión del grupo social.

---

6. ¿Por qué es recomendable que los adolescentes no consuman sustancias psicoactivas (incluso, ni el consumo moderado)?

Porque su cuerpo se encuentra en pleno desarrollo, y la introducción de cualquier sustancia psicoactiva en su organismo va a originar que no se desarrolle de manera óptima

---

7. ¿A qué se refiere la frase: "Cuanto más tarde mejor y cuanto menos mejor"?

Que cuando más tarde consuma, más formado estará su cuerpo y los efectos en el desarrollo serán menores; y cuando menos se consuma, menos probabilidad de crear tolerancia y, por tanto, menor probabilidad de desarrollar la dependencia.

---



Pida que lean los siguientes casos y respondan las preguntas.

## Caso 1

"N" era un alumno brillante, pero a últimas fechas su rendimiento escolar ha bajado, ya que su consumo de marihuana ha afectado su capacidad para recordar las cosas vistas en clase y su aprendizaje, le resulta difícil prestar atención a profesores y cuando requiere trabajar en equipo se distrae con frecuencia. Sus amigos comentan que a últimas fechas ha estado irritable y triste, que ya no le interesa tanto entrar a clases y que ha dado prioridad a su consumo y a estar con "ese" grupo (refiriéndose a otros que como él también consumen). Sus padres se encontraban sumamente preocupados por sus cambios de humor y por su falta de entusiasmo por la escuela y aunque le habían presentado opciones cada vez las relaciones entre ellos y sus padres se hacían más tensas, provocando discusiones interminables. Un día, "F" le hace llegar un tríptico acerca de las consecuencias del consumo de drogas y "N" se da cuenta de que no ha prestado atención en clases por estar bajo sus efectos, que debe separarse de "ese grupo" porque le quieren presionar para realizar hurtos y reemplazar el consumo por ejercicio físico, alimentación saludable, mejorar la relación con sus padres y pedirles ayuda, si desea retomar sus estudios, por lo que toma estas decisiones tan importantes para encausar su vida.

## Caso 2

"A" es una mujer que comenzó a ingerir alcohol desde los 14 años, inducida por sus amigos del barrio, encontrando divertido y hasta desafiante este comportamiento. Sin darse cuenta, comenzó a ingerir cada vez mayores cantidades de alcohol y aumentó la frecuencia (antes solo lo hacía con sus amigos del barrio y ahora incluso ingiere a escondidas en su casa). Comenta que, sin darse cuenta, sus hábitos comenzaron a cambiar, casi no comía, su aseo personal era casi nulo, sólo quería estar en su cuarto apartándose de amigos y familiares y que sólo por las noches lo abandonaba para ir a la cocina y "picar" un poco de comida. Comenta que cuando no ingiere alcohol suda mucho, el cuerpo le tiembla, escucha voces y todo comentario que escucha siente que es en su contra, por lo que siempre está a la defensiva y pensando que "le quieren hacer algo", por lo que siempre trae un arma punzocortante en su bolso. Y, aunque su familia le había ofrecido alternativas, lo que hace sentido en ella y le hace llegar al Centro de Atención es un *reel* que vio en *Instagram* en donde se vio reflejada. Aunque con miedo y reservada al principio, descubre su estado de salud a través de las distintas pruebas de laboratorio que le realizaron y a través de las entrevistas con los especialistas, y determina que quiere



recuperar el control de su vida, aprender a tomar decisiones positivas, y elegir y realizar los cambios sugeridos.

### Caso 3

“Y” desde chico le costaba encajar en cualquier grupo, no tenía amistades, sus cumpleaños los festejaba sólo con su familia y no siempre las cosas salían bien, por lo que también se sentía solo e incomprendido, porque su familia no solía abrazarlo y evitaban manifestar sus afectos. Comenzó a ingerir alcohol y a fumar desde muy temprana edad, cuando la presión que ejercía el único grupo en el que sentía que encajaba y la curiosidad lo llevaron primero a fumar y a ingerir alcohol, y después a probar otras sustancias; su familia no se daba cuenta debido a sus largas jornadas laborales. Descubrió que una en particular le hacía “sentir mejor” más seguro y abierto, por lo que comenzó a consumir pequeñas dosis cuando tenía que estar en reuniones familiares; pero esas dosis ya no le eran suficientes y aumentó la cantidad combinándola con otras sustancias, cuando llegaba a casa se enfrentaba con su padre y en ocasiones terminaban a golpes. Un día despertó en un lugar que no conocía, golpeado y sin su cartera, echó a correr y a gritar y por poco lo atropellan, comenzó a gritar y de ahí lo único que recuerda es haber despertado en el hospital, donde su familia le comenta que tuvo un brote psicótico derivado de la mezcla y exceso de sustancias que consumió en la reunión con sus amigos, y que a uno de ellos al que golpeó lo dejó inconsciente; por lo que lo “sacaron” de la fiesta. Más tarde, familia y especialistas le muestran la ruta de acción para su recuperación, “Y” pregunta por las estrategias para poder cumplirla, ya que no quiere volver a encontrarse tirado y golpeado en un lugar que no conoce.

8. En los tres casos anteriores, ¿cuáles fueron las herramientas para evitar las situaciones de riesgo para ellos y para la colectividad que no llevaron a cabo?
  - A. Información y sabiduría
  - B. Hábitos de vida saludables y toma de decisiones
  - C. Toma de decisiones y conocimiento
  - D. Recursos materiales y estilos de vida saludables



9. En los tres casos, ¿qué hábitos de vida saludable dejaron de practicar que los condujo a las adicciones?
- A. Responsabilidad y datos
  - B. El término de alma y conocimiento
  - C. Sociabilidad y autorresponsabilidad
  - D. El término de salud y la autorresponsabilidad**
10. De las siguientes características, ¿cuáles crees que les hubiera ayudado para evitar las situaciones de riesgo por las que se vieron atrapados?
- A. Saber leer, escribir, no escuchar a los demás, saludar a las personas
  - B. Ser amable en la calle, mostrar indiferencia a la gente, caminar diariamente
  - C. Razonar, autoestima, sentirse arropados en casa, hablar de lo que les inquieta**
  - D. Aislarse, caminar sin rumbo, aguantarse el llanto



Pida que llenen el siguiente cuadro.

11. Completa el siguiente cuadro con las consecuencias personales familiares y en la colectividad, que tuvieron los tres casos anteriores al haber actuado bajo los efectos de las sustancias psicoactivas.

Caso 1	Caso 2	Caso 3
<b>Personal:</b> Afectado su capacidad para recordar las cosas vistas en clase y su aprendizaje, le resulta difícil prestar atención a profesores y cuando requiere trabajar en equipo se distrae con frecuencia.	<b>Personal:</b> Alteraciones en sus hábitos alimenticios que pueden derivar en trastornos alimentarios, en su autocuidado, síndrome de abstinencia, trastorno delirante.	<b>Personal:</b> Inseguridad, ausencia de habilidades interpersonales y asertivas, soledad, sensación de no ser comprendido.
<b>Familiar:</b> Establecimiento de límites ineficaz, falta de constancia y presencia parental, comunicación inefectiva.	<b>Familiar:</b> Aislamiento, agresiones verbales y posible daño a la integridad física.	<b>Familiar:</b> Ausencia de supervisión parental, padres ausentes emocionalmente, violencia física.
<b>Colectivo:</b>	<b>Colectivo:</b>	<b>Colectivo:</b>



Caso 1	Caso 2	Caso 3
Afectación a las relaciones familiares y de amistad. Pérdida de la confianza. Posibles conductas delictivas.	Puede representar un riesgo a la colectividad.	Se podría deducir ser un peligro para la colectividad.



Comente que puede consultar los siguientes testimonios en la red.

<https://youtu.be/TOFEW6bI44>

### Cierre



- Pida que en plenaria socialicen sus respuestas de la tabla anterior.
- Fomente la reflexión sobre la importancia de evitar el consumo de sustancias psicoactivas a través del siguiente cuestionamiento:

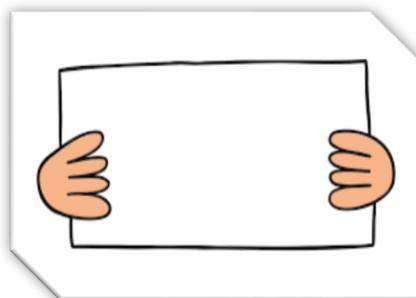
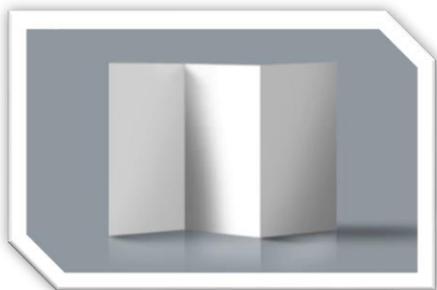
12. ¿Cuáles son las consecuencias en las personas que hacen uso de sustancias psicoactivas?

La pérdida de las personas cercanas y amadas.

La pérdida de la salud física y emocional, además de lo material.



- Solicite la elaboración de una propuesta de cartel para utilizarse en una campaña para evitar el uso de las sustancias psicoactivas donde desarrollen las herramientas para evitar las situaciones de riesgo personal y social en la comunidad (trípticos, carteles).



- Indique al grupo que para la siguiente sesión revisen el contenido y las actividades del Indicador 2. *Situaciones cotidianas que fomentan la inclusión para el bienestar común*, así como barreras colectivas y sociales que perjudican la convivencia del Área de Mi construcción Personal en la colectividad, relacionado con causas, factores y manifestaciones de la discriminación, en la Plataforma de Fortalecimiento de Aprendizajes Esenciales al Ingreso a Media Superior: <http://fortalecetuprendizaje.cosfac.sems.gob.mx>



## Fuentes

*Adicciones en la adolescencia.* (s/f). Psicoarganzuela | Psicólogos en Arganzuela. Recuperado el 9 de junio de 2025, de <https://psicoarganzuela.es/dificultades-en-la-adolescencia/adicciones-en-la-adolescencia/>

Álvarez-González, F. J., & Gómez-Talegón, M. T. (2006). Joven con consumo de alcohol y cannabis y accidente de tráfico. *Trastornos adictivos*, 8(1), 14-21. [https://doi.org/10.1016/s1575-0973\(06\)75103-0](https://doi.org/10.1016/s1575-0973(06)75103-0)

CurSoPsiQuiaTria. (2020, junio 2). *Caso clínico*. I Curso de psiquiatría del niño y del adolescente para pediatras; Curso de Psiquiatría SEMA. <https://www.cursopsiquiatriasema.com/caso-clinico-tema-17-consumo-de-drogas-en-la-adolescencia/>

de Género, T. A. P. O. E. L. T. D. E. S. E. P. E. N. A. C. E. (s/f). *Estudio de caso de una mujer consumidora de alcohol que acude a un centro de salud mental comunitario*. Edu.pe. Recuperado el 9 de junio de 2025, de [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/16108/Estudio\\_SernaMartinez\\_Juana.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/16108/Estudio_SernaMartinez_Juana.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



### Sesión 2

### Apagando las adicciones

#### Apertura



➤ Solicite que lean el texto atentamente.

#### Inclusión para el bienestar común

Bienestar es “estar bien”, vivir con plenitud, en armonía con la naturaleza, cultivar la espiritualidad en comunidad, mantener la conexión con la esencia de la vida y en equilibrio con todo lo que existe, recuperar el saber ancestral. La vida comunitaria constituye el pilar de la construcción del sistema compartido y trabajar en comunidad es la forma de conectar la realidad propia con la de los demás, de manera consciente.



El bienestar común o también conocido como “bien común”; según la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), se refiere al bienestar de todos los miembros de una comunidad y al interés público, en contraposición al bien privado e interés particular. Este concepto puede definirse como los objetivos y valores en común que las personas buscan realizar dentro de una comunidad.

Schultze, R.-O. (n.d.). *El bien común*. Unam.Mx. Retrieved June 6, 2025, from <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/8/3710/13.pdf>



➤ Pida a los estudiantes que en parejas dialoguen con un compañero para identificar al menos tres objetivos y valores que les faciliten la convivencia y el bienestar en común y lo registre en la siguiente tabla:



### Hallazgos

Valores (solidaridad, cooperación, etc.)

Objetivos (áreas comunes limpias, levantar eses de los perros, etc.)

Valores (solidaridad, cooperación, etc.)



Motive al grupo para que compartan sus respuestas.

### Desarrollo



Realice la lectura guiada con las y los estudiantes.

**Situación 1:** Durante una semana, varios estudiantes notan que uno de sus compañeros ha cambiado su comportamiento. Antes solía participar activamente en clases y en actividades extracurriculares, pero ahora llega tarde, no entrega tareas y parece estar aislado.

Preocupados, algunos compañeros deciden hablar con un docente, quien les recomienda acudir al programa de apoyo emocional de la escuela. En este espacio, el estudiante encuentra un ambiente seguro donde puede expresar sus preocupaciones sin miedo a ser juzgado. Gracias a la confianza generada y el respaldo de sus compañeros y docentes, se siente acompañado y motivado a buscar ayuda profesional antes de caer en el consumo de sustancias nocivas para su salud, como una salida a sus problemas.

**Situación 2:** En casa, un adolescente ha estado mostrando señales de aislamiento y cambios de comportamiento. Sus familiares han notado que evita participar en conversaciones y se muestra más irritable de lo habitual.

En un esfuerzo por crear un ambiente de confianza, la familia decide establecer una rutina en la que cada miembro tenga un espacio para compartir sus preocupaciones y emociones sin temor a ser juzgados. Durante la cena, se promueve la escucha activa, y se refuerza la idea de que todos pueden expresar sus dificultades diarias y darles posibles soluciones con el apoyo familiar.



Con el tiempo, el adolescente se siente más cómodo hablando sobre la presión social que enfrenta en la escuela respecto al consumo de sustancias. Gracias a la comunicación abierta, sus familiares lo apoyan para encontrar estrategias de afrontamiento saludables y alternativas recreativas que le permitan integrarse sin recurrir a conductas de riesgo.

**Situación 3:** Una mujer transgénero, se muda a una nueva comunidad. Los vecinos la reciben con respeto y apoyo, y se organizan eventos comunitarios que promueven la diversidad y la inclusión. Algunos miembros de la comunidad tienen creencias y actitudes negativas hacia las personas transgénero, lo que puede generar discriminación y exclusión. Además, la falta de políticas inclusivas a nivel local puede limitar su acceso a servicios y oportunidades.



### ¿Qué es inclusión?

Implica crear entornos para las personas donde se sientan bienvenidos, apoyados y puedan alcanzar su potencial al máximo.

Son aquellos obstáculos que impiden la participación plena y equitativa de personas en diferentes ámbitos de la sociedad.

### ¿Qué son las barreras para inclusión?

Son aquellos obstáculos que impiden la participación plena y equitativa de personas en diferentes ámbitos de la sociedad.



Solicite a los estudiantes se dividan en grupos pequeños y realicen la siguiente actividad.



1. ¿Qué elementos para favorecer la inclusión identificas en las situaciones analizadas en la lectura?

Situación 1	Situación 2	Situación 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>Espacios dentro de la escuela donde los estudiantes pueden expresar sus inquietudes y recibir orientación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación activa</li> <li>Confianza</li> <li>Apoyo emocional</li> <li>Orientación</li> <li>Red de apoyo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recepción por parte de la comunidad</li> <li>Eventos comunitarios</li> <li>Promoción de la diversidad</li> </ul>

2. ¿Qué barreras o factores de riesgo se presentan para la Inclusión y el bienestar común identificas en las situaciones analizadas en la lectura?

Situación 1	Situación 2	Situación 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>Miedo a ser juzgado o etiquetado</li> <li>Desconocimiento sobre los servicios de apoyo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prejuicios</li> <li>Criticas</li> <li>Miedo</li> <li>Presión social</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prejuicios</li> <li>Desigualdad</li> <li>Desconocimiento</li> <li>Pertenencia a grupos vulnerables</li> </ul>

➤ Realice la lectura guiada con las y los estudiantes.

En la escuela, se organiza una actividad llamada **"Conéctate sin Riesgos"**, un espacio donde los estudiantes pueden compartir sus experiencias y preocupaciones sobre el consumo de sustancias. Durante la dinámica, una estudiante de tercer año cuenta cómo la presión social casi la llevó a aceptar bebidas alcohólicas en una reunión. Explica que, gracias al apoyo de sus amigos y a la confianza que siente en su escuela, pudo resistir la presión y encontrar alternativas más saludables para socializar.

Su testimonio inspira a otros estudiantes a abrirse sobre sus propias experiencias. Uno de ellos, menciona que solía sentirse excluido por no consumir sustancias en eventos sociales. Sin embargo, tras participar en actividades inclusivas promovidas por la escuela, descubrió que es posible disfrutar sin necesidad de recurrir a conductas de riesgo.

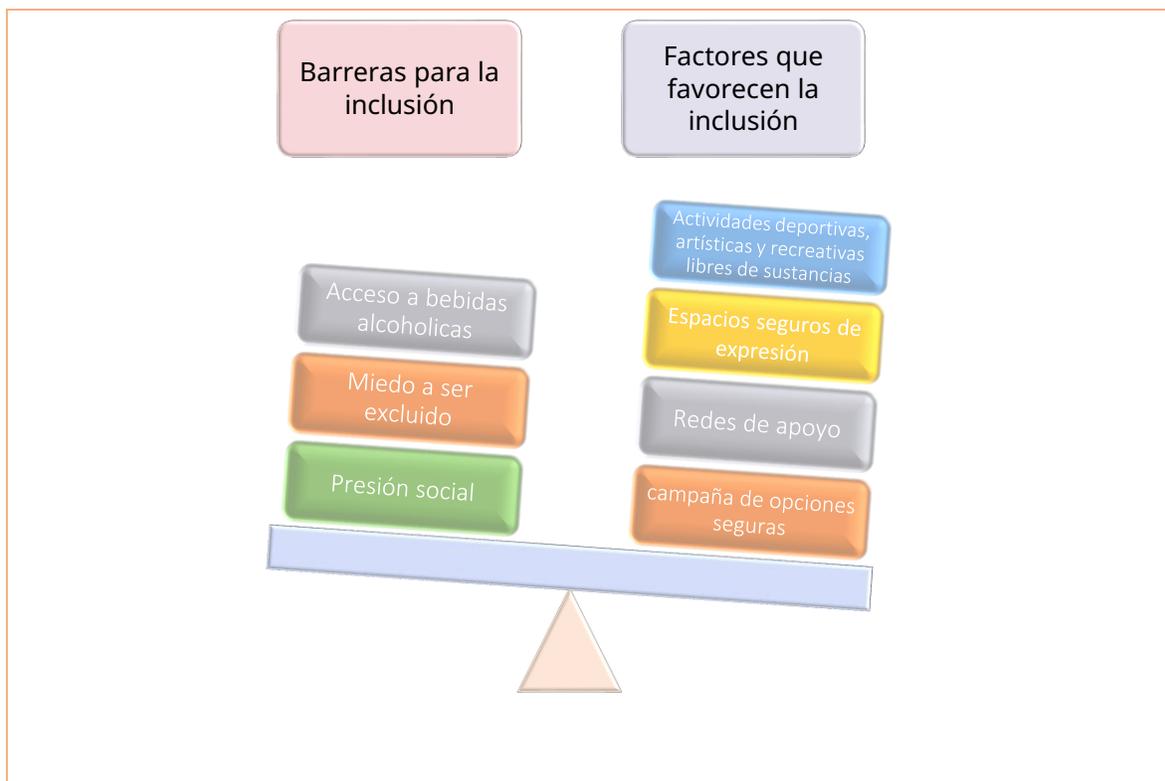
A partir de esta conversación, los docentes y alumnos deciden implementar una campaña de **"Opciones Seguras"**, donde se promueven eventos recreativos libres de sustancias, como noches de juegos, deportes y actividades artísticas. También crean un grupo de apoyo entre estudiantes para quienes necesiten orientación sobre cómo manejar la presión social.

Con estas iniciativas, la comunidad escolar refuerza la inclusión y demuestra que el bienestar común es clave para prevenir adicciones. Los estudiantes comprenden que el apoyo mutuo y el acceso a espacios seguros pueden marcar la diferencia en sus decisiones y en su futuro.



Solicite que realicen la siguiente actividad.

3. Dibuja un mapa visual de barreras y posibles soluciones que se presentan en la lectura para fomentar la inclusión para el bienestar común.



Fuente: elaboración propia



### Cierre



- Solicite que el estudiantado escriba una reflexión sobre lo aprendido y como lo pueden aplicar en su vida.

- Motive al grupo para que compartan sus respuestas.
- Pida al estudiante que escriba un compromiso personal para fomentar la inclusión.

Promover la igualdad

Escuchar activamente

Respetar la diversidad

Actuar en contra de la discriminación

Participar en actividades de fomento a la inclusión



## Fuentes

Escuela de Maestros. (s.f.). *¿Qué entendemos por barreras a la inclusión?* Escuela de Maestros.

<https://escuelademaestros.bue.edu.ar/que-entendemos-por-barreras-a-la-inclusion-2/>

Responsabilidad Social. (s.f.). *Inclusión: qué es, definición, tipos, características y ejemplos.*  
<https://responsabilidadsocial.net/inclusion-que-es-definicion-tipos-caracteristicas-y-ejemplos/>

Schultze, R.-O. (2014). *El bien común*. Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Jurídicas.

<https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/8/3710/13.pdf>.

Universidad VIU. (s.f.). *Definición de las principales barreras para la educación inclusiva.* Universidad VIU.

<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/definicion-de-las-principales-barreras-para-la-educacion-inclusiva>

## Sesión 3

## ¿Es un gusto o una adicción?

### Apertura



➤ Pida que lean el texto atentamente.

### Adicciones y el Bienestar Personal y Social

A lo largo de nuestra vida, las personas buscamos satisfacer diferentes necesidades: afecto, pertenencia, reconocimiento, descanso, placer o entretenimiento. Estas necesidades son naturales y forman parte del desarrollo humano; sin embargo, cuando no se reconocen adecuadamente o no se satisfacen de forma saludable, pueden dar paso a comportamientos que afectan nuestro bienestar, como las adicciones.

Una adicción es una dependencia hacia una sustancia (como el alcohol, tabaco o drogas) o una conducta (como el uso excesivo del celular, redes sociales, videojuegos o apuestas) que produce placer momentáneo, pero que con el tiempo genera consecuencias negativas en la salud, las relaciones sociales, el rendimiento escolar o laboral y la estabilidad emocional.



Las adicciones no aparecen de un día para otro. Muchas veces inician como un intento de llenar vacíos emocionales, de calmar el estrés, de buscar aceptación en un grupo o de escapar de problemas personales. Es decir, comienzan por un deseo o gusto, pero al no estar bien gestionado, se convierte en un hábito dañino.

Por ejemplo, alguien que se siente solo podría comenzar a pasar muchas horas en redes sociales buscando interacción. Esto en sí no es malo, pero si se vuelve excesivo y afecta el sueño, el estudio o la vida familiar, ya no está ayudando a su bienestar personal ni social.



En cambio, cuando reconocemos nuestras verdaderas necesidades —como el afecto, la autoestima, el descanso o el reconocimiento— y buscamos formas sanas de satisfacerlas (como conversar con amigos, hacer deporte, aprender algo nuevo o tener pasatiempos creativos), estamos cuidando nuestro bienestar.

El equilibrio es clave; disfrutar de ciertas actividades o sustancias con medida y conciencia no es necesariamente malo. Lo que marca la diferencia es saber si lo que hacemos nos ayuda a crecer o nos está controlando.

### Un caso con esta lectura es el siguiente:

Un estudiante de 17 años está bajo mucha presión académica y familiar. Para relajarse, comenzó a jugar videojuegos todas las tardes. Al principio le ayudaba a distraerse, pero con el tiempo empezó a pasar más de 5 horas diarias jugando, dejó de hacer tareas y evitaba hablar con su familia. Se volvió irritable cuando no podía jugar.



➤ Solicite que escriban una reflexión del caso anterior.

El estudiante intentó calmar su estrés, pero terminó generando una dependencia. Podría haber manejado esa presión de otras formas, como hacer ejercicio, hablar con alguien de confianza o tomar descansos breves pero efectivos entre estudios.



➤ Fomente el diálogo entre pares y la reflexión para compartir en plenaria.

➤ Solicite que respondan las siguientes preguntas.



1. ¿Qué necesidades o deseos crees que has intentado satisfacer a través de algún gusto o hábito (por ejemplo, ver series, redes sociales, comer algo en particular, videojuegos, etc.)?

Muchas veces, los gustos o hábitos que desarrollamos están ligados a necesidades emocionales o psicológicas más profundas. Por ejemplo: ver series o películas, redes sociales, comer ciertos alimentos (como dulces o snacks), videojuegos.

2. ¿Ese hábito te ha ayudado a sentirte mejor? ¿o ha causado algún problema en tu vida diaria?

Eso depende mucho del contexto y de cómo se maneje ese hábito. Por ejemplo: ver series al final del día puede ser una forma saludable de relajarse y desconectarse, siempre que no interfiera con el sueño, el trabajo o las relaciones personales. Lo mismo con los videojuegos: pueden ser una fuente positiva de diversión o socialización si están equilibrados.

Cuando causa problemas: si un hábito se convierte en una forma de evitar responsabilidades, emociones difíciles o interacciones reales (por ejemplo, pasar horas en redes sociales para evitar la soledad sin abordarla directamente), puede empezar a generar consecuencias negativas, como pérdida de tiempo, aislamiento, baja productividad o incluso sentimientos de culpa.

3. ¿Qué otras actividades o estrategias conoces que podrían ayudarte a sentirte bien sin llegar a una adicción?

Hay muchas actividades y estrategias que pueden ayudarte a sentirte bien de forma saludable, sin que se vuelvan adictivas. Aquí algunas efectivas y sostenibles: ejercicio físico, meditación o respiración consciente, escritura, tiempo en la naturaleza, arte o manualidades, lectura y aprender algo nuevo.

## Desarrollo



➤ Motive la participación de grupo y acompañe en la actividad propuesta.

4. Relaciona los conceptos con la descripción que le corresponda.

### Concepto

1. Adicción.

2. Necesidad.

3. Deseo.

4. Bienestar.

5. Redes sociales

### Descripción

A. Estado de equilibrio físico, mental y social.

B. Conducta repetitiva que produce dependencia.

C. Plataforma digital para interactuar con otras personas.

D. Algo que es esencial para la vida, como el alimento o el afecto.

E. Algo que se quiere, pero no es indispensable para vivir.

Respuestas:

1 - B 2 - D 3 - E 4 - A 5 - C

➤ Pida que observen las siguientes imágenes con sus descripciones.



**Imagen A:** Un joven juega videojuegos durante 8 horas diarias, descuidando sus tareas escolares y la interacción con su familia.



**Imagen B:** Una joven practica deporte con sus amigos y organiza su tiempo entre estudio, recreación y descanso.



➤ Pida que respondan las siguientes preguntas:

5. ¿Cuál de las dos imágenes muestra una situación de bienestar personal y social?  
¿Por qué?

Imagen B, porque muestra un equilibrio saludable entre el disfrute y las responsabilidades.

6. ¿Qué necesidades están presentes en ambas imágenes? ¿cómo se están satisfaciendo?

En ambas hay búsqueda de entretenimiento, pertenencia y autoestima.

En la imagen A, se satisface de manera desbalanceada; en la B, de forma saludable.

7. ¿Qué consecuencias puede tener cada conducta a largo plazo?

Imagen A puede generar aislamiento, bajo rendimiento y dependencia; imagen B fomenta relaciones sanas, autoestima y buena salud.

### Cierre



- Motive al grupo para que compartan sus respuestas.
- Retroalimente las aportaciones y pida realizar la siguiente actividad.
- Pida que lean cada una de las siguientes situaciones y las clasifique.



8. Clasifica cada una de las siguientes situaciones con:

N = Necesidad

G = Gusto

A = Adicción

- ( N ) a. Comer tres veces al día alimentos nutritivos.
- ( G ) b. Jugar videojuegos durante una hora al día después de hacer tus tareas.
- ( A ) c. Faltar a clases porque te desvelaste viendo series.
- ( N ) d. Hablar con tus amigos cuando te sientes triste.
- ( A ) e. Revisar tus redes sociales cada 5 minutos, incluso cuando estás en clase.
- ( N ) f. Hacer ejercicio tres veces a la semana.
- ( A ) g. Fumar para "sentirte relajado" cuando estás estresado.
- ( G ) h. Escuchar música para concentrarte.
- ( G\* ) i. Comprar ropa cada fin de semana, aunque no la necesites.
- ( N ) j. Dormir al menos 7 horas por noche.

\*(potencialmente A si hay impulso incontrolable)



Solicite que reflexionen sobre la siguiente pregunta y que anoten sus comentarios.

9. ¿Qué consecuencias puede tener confundir un gusto con una necesidad o con una adicción?

Pérdida del equilibrio en la vida, dificultad para reconocer y satisfacer necesidades reales, dependencia emocional o conductual, consecuencias en la salud física y mental y afectación de relaciones personales.



## Fuentes

(S/f). Gob.mx. Recuperado el 9 de junio de 2025, de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/964368/Guia\\_docentes\\_CSP\\_2024\\_271224\\_WEB.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/964368/Guia_docentes_CSP_2024_271224_WEB.pdf)

(S/f-b). Gob.mx. Recuperado el 9 de junio de 2025, de [https://subeducacionbasica.edomex.gob.mx/sites/subeducacionbasica.edomex.gob.mx/files/files/libro\\_docentes\\_Secundaria.pdf](https://subeducacionbasica.edomex.gob.mx/sites/subeducacionbasica.edomex.gob.mx/files/files/libro_docentes_Secundaria.pdf)

## Sesión 4

## Construyendo la identidad sin adicciones

### Apertura



▶ Repase con el estudiantado los temas que revisaron en casa de la Plataforma para el Fortalecimiento de Aprendizajes Esenciales al Ingreso a la Educación Media Superior: “¿Cómo nos relacionamos?”, así como “El papel de los amigos durante la adolescencia”; “Cambios que se afrontan en la construcción de la identidad”; “Pensar nos ayuda a...” y “Estructuran vivencias desde la colectividad”. Al respecto pregunte:

1. ¿Cómo se construyen las relaciones sociales de los adolescentes y jóvenes?

Las relaciones sociales juegan un papel muy importante, la búsqueda de la autonomía y construcción de la identidad hace que los jóvenes aprendan los modelos culturales de la sociedad en la que viven y así, establecen sus formas de vida, por medio de entender las cosas y ver el mundo, sus nuevos deseos y necesidades del día a día, para así, elegir un rumbo propio y ampliar el sentido de la vida.

2. ¿Cuál es el papel que tienen los amigos durante la etapa de la adolescencia?

En esta etapa por la que cruzas, se traslada la dependencia emocional, en gran parte, de la familia a los amigos, ya que, te identificas con tus iguales y te sientes incomprendidos por los adultos.



3. ¿Cómo se construye la identidad?

La identidad se construye en la relación del sujeto con su entorno y con los otros.

La identidad "es el yo entendido reflexivamente por la persona en función de su biografía... supone continuidad en el tiempo y el espacio: pero la identidad del yo es esa continuidad interpretada reflejamente por el agente" (Giddens, 1997: 72)

Sin embargo, la identidad no es únicamente el resultado de la interacción social.

Ella es "... también una realidad subjetiva" (Burkitt, 1991 en Veredas, 1999: 115). Es un proceso de construcción de sentido, el más importante y permanente que desarrolla todo sujeto.

4. ¿Cómo se puede desarrollar parte de la personalidad durante la adolescencia?

Respetándose a uno mismo, participando en la toma de decisiones familiares, reconociéndose como parte de la colectividad, aplicando valores, aplicando el pensamiento crítico y practicando la libertad de expresión.

5. ¿Para qué sirve reconocer la diversidad que existe en la colectividad?

Ayuda a respetar las diferencias que tenemos todos los seres humanos, así mismo, sirve para construir una sociedad más justa, inclusiva y creativa. Facilita la interacción armoniosa entre personas y grupos con diferentes culturas, fomenta el respeto y la comprensión, y permite el desarrollo de nuevas ideas y perspectivas.

6. ¿Cómo afecta el consumo de sustancias ilícitas en la colectividad?

Las drogas interfieren en la relación con el entorno, la familia y el trabajo, y pueden llegar a comprometer seriamente el proceso de aprendizaje, especialmente en el caso de los jóvenes y adolescentes. Además, las drogas incrementan el riesgo de sufrir todo tipo de accidentes. Por todo ello, además de las consecuencias individuales, es toda la sociedad (en mayor o menor medida) la que sufre los problemas de las drogas. Y estos problemas son de todo orden: sanitario, económico, cultural, de inseguridad, etc.

## Desarrollo



► Pida que lean el texto atentamente.

CASO: “El silencio de un joven”

Un adolescente de 16 años que vive en un barrio urbano donde la colectividad tiene un fuerte peso en la identidad de los jóvenes: códigos de vestimenta, lenguaje, actividades comunes y sentido de pertenencia al grupo barrial. Desde pequeño, ha sido tímido y reservado, y ha tenido dificultades para integrarse a los grupos escolares. Al ingresar al bachillerato, encontró un grupo de compañeros con quienes comenzó a sentirse aceptado. Sin embargo, este grupo tenía prácticas comunes en las que el consumo ocasional de marihuana y alcohol formaba parte de sus rituales sociales.

El joven, deseoso de sentirse parte de un grupo y evitar el rechazo, comenzó a participar en estas dinámicas. En el proceso, empezó a descuidar su rendimiento escolar y a distanciarse de su familia. Su identidad comenzó a definirse por su pertenencia al grupo más que por sus propios valores o intereses. Sin embargo, tras una crisis personal (fuerte pelea con sus padres y un episodio de intoxicación), comenzó a cuestionarse si realmente se sentía identificado con ese estilo de vida.

A través de talleres escolares de reflexión grupal, inició un proceso de construcción de su identidad desde una mirada colectiva más saludable, reconociendo otras formas de vincularse y pertenecer sin recurrir al consumo.



► Pida a los alumnos que contesten las siguientes preguntas.

7. ¿Qué rol jugó el grupo en las decisiones del joven?

La necesidad de aceptación por parte del joven lo llevo a ser influenciado por las costumbres del grupo al que se incorporó, es probable que lo invitaran a probar sustancias con el fin de integrarlo al grupo de amigos, sin embargo, también pudo ser decisión de él mismo para sentirse parte del grupo y no ser rechazado.

8. ¿Qué valores de la colectividad influyeron en su identidad?

Costumbres, códigos de vestimenta, actividades comunes y sentido de pertenencia.

9. ¿Cómo impactaron sus relaciones personales en su comportamiento?

Al ser un joven introvertido, se entiende que le cuesta trabajo relacionarse con las personas y al momento de ser aceptado por un grupo de jóvenes de su edad fue orillado a tomar decisiones que lo llevaron a atender con su salud, así como la relación con sus padres, sin embargo, esa ruptura familiar que estaba iniciando ayudó a darse cuenta de los errores que estaba cometiendo y que no lo llevaría a buen término.



### Mapa de relaciones personales

➤ Solicite al estudiantado que elaboren un mapa que muestre las relaciones personales que tiene (familia, amigos, compañeros) y que reflexionen sobre cómo cada relación influye en la construcción de su identidad.

Propósito: Visualizar el peso de la colectividad en la toma de decisiones personales.

Ejemplo:





10. Elabora un mapa que muestre las relaciones personales que tienes (familia, amigos, compañeros).



## Dramatización del conflicto

- Reproduzca una escena clave del caso (por ejemplo, la primera vez que el joven accede al consumo).
- Solicite la integración de 3 equipos, cada equipo representará alguna de las siguientes reflexiones:
  - Las presiones sociales y emocionales.
  - Las alternativas que pudo haber considerado.
  - El rol de la comunicación asertiva y los límites personales.



## Línea de tiempo de cambios en la adolescencia



Solicite que realicen la siguiente actividad

11. Elabora una línea de tiempo con cambios significativos en tu desarrollo (emocional, físico y social).



Pida revisar el siguiente Código QR, realice la invitación a los papás o tutores a revisarlo junto con las y los alumnos en casa para que aprendan acerca del tema que están revisando.



Pida que contesten las siguientes preguntas y compartan en plenaria sus respuestas.

12. ¿En qué momento sentiste presión grupal o cambios en tu identidad?

Cuando entré a la secundaria y/o preparatoria, al querer ser parte de un grupo de amigos.

Cuando me juntaba con los amigos de mi colonia en las canchas de fútbol.

13. ¿Quiénes influyeron en esos momentos? ¿Cómo fue la experiencia?



Mis vecinos, mis amigos, mis primos, etc. Tuve que hacer cosas que no debía, pero si las hacía me aceptarían en su grupo de amigos, me molesté con mis familiares y dejé de asistir a la escuela.

### Cierre



Debate guiado: "¿La identidad es individual o colectiva?"



➤ Divida al grupo en dos equipos para asignar alguna de las siguientes posturas, solicitando argumentar desde el caso y con sus propias vivencias.

1. La identidad es individual.
2. La identidad es colectiva.



➤ Fomente la reflexión y solicite que respondan la siguiente pregunta.

14. ¿Qué elementos individuales y colectivos construyen quiénes somos?



## Fuentes

Guía de estudio, Evaluación diagnóstica al Ingreso a la Educación Media Superior 2025-2026. EDIEMS

*Adolescentes jóvenes (12 a 14 años)*. (2021, febrero 22). Cdc.gov.

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html>

## Sesión 5

## Factores de protección ante las adicciones

### Apertura



En esta sesión se trabajarán los principales factores que forman parte de una colectividad, cómo estos interactúan y ayudan a la conformación de una ciudadanía.

➤ Solicite que en plenaria lean y respondan las siguientes preguntas.

1. ¿Qué representa para ti la colectividad?

Conjunto de personas con intereses, objetivos, gustos en común; también puede ser un espacio de cooperación, solidaridad, aprendizaje y búsqueda del bien común.

2. ¿Cómo influyen en ti los demás?

Con sus opiniones, ideologías, perceptivas, comportamientos, entre otros que influyen en nuestra toma de decisiones y formación de nuestra identidad.

3. ¿Quiénes forman parte de tu comunidad?

Amigos, familia, vecinos, escuela, maestros, y todas las personas con las que compartimos espacios o actividades en común.

4. ¿Qué elementos crees que pueden influir en el desarrollo del comportamiento de una persona?

La educación que se recibe, las experiencias vividas previamente, la cultura, Ideología, contexto socioeconómico, entre otros.



### Desarrollo



➤ Comente que tendrán que revisar la siguiente información y posteriormente realizar la actividad sugerida.

### Factores de la colectividad

El desarrollo integral requiere de un conjunto de condiciones orientadas a alcanzar el bienestar completo de los individuos en los diversos aspectos de la vida. Su impacto puede ser beneficioso o perjudicial, dependiendo de las circunstancias del entorno en el que se desarrolla. Por lo que los factores personales, culturales, sociales, religiosos, económicos, familiares, educativos, políticos, tradiciones y creencias son aspectos que pueden influir para la construcción de una ciudadanía, ya que los integrantes de la sociedad están al tanto y tiene la habilidad para tener un papel activo en el sistema democrático.



CONALTEG. (s.f). De lo humano y lo comunitario. Segundo grado Libro de Educación Secundaria Grado 2°

Los factores de la colectividad son elementos que influyen en la forma en que los grupos de personas se relacionan, interactúan y organizan. Estos factores pueden ser:

**Sociales:** Normas, Reglas, Relaciones interpersonales, redes de apoyo, educación Familia, Gobierno, entre otros.

**Culturales:** ideología, religión, costumbres, creencias, lenguas, valores, arte, entre otros.



**Económicos:** oportunidad de empleos, nivel de ingresos, distribución de riquezas, entre otros.

**Políticos:** Participación ciudadana, democracia, estructuras de gobierno, entre otros.

**Ambientales:** Recursos naturales, territorio, entorno, sustentabilidad, entre otros.



5. Anota debajo de las imágenes el factor de la colectividad al que mejor haga referencia.



social



cultural



ambiental



político



### Redes de apoyo



Entre los tipos de apoyos que brindan las redes podemos encontrar los siguientes:

### Factores de protección

¿Qué son los factores de protección? Son características, habilidades, recursos y condiciones que nos ayudan como individuos a enfrentar de forma asertiva los desafíos diarios de la vida cotidiana; estos factores nos ayudan a reducir el impacto de los riesgos existentes en el entorno, fortalecen el bienestar físico, mental y social favoreciendo un estado de salud.



6. Completa la siguiente tabla de factores de protección, colocando en las columnas ejemplos de acciones que demuestran un adecuado uso de los factores y en la otra columna actitudes o conductas donde no se utilizan los factores de protección.



Factor	Ejemplo conducta positiva	Ejemplo de conducta negativa
<b>Autoestima sana</b>	Cuando te hacen una crítica en la escuela ante un trabajo y en lugar de molestarte tomas la retroalimentación para mejorar más allá del error cometido	Cuando en un equipo de trabajo alguien menosprecia las ideas de los demás integrantes impidiendo aprender de los demás, mostrando una falsa seguridad e impidiendo que el trabajo se realice de manera eficaz
<b>Asertividad</b>	Saber decir NO ante una invitación que te pone incomodo/a sin sentir culpa por ello	Aceptar una invitación de tu grupo de amigos para consumir alcohol saliendo de la escuela solo por presión social
<b>Habilidades sociales</b>	Trabajar en equipo, respetar opiniones, ser agradecido, entre otros.	Aislarse por miedo al rechazo, no tomar decisiones propias, burlarse de los demás en lugar de respetar su integridad.
<b>Resiliencia</b>	Aprender de un error después de una mala decisión, buscar apoyo adecuado y seguir adelante.	Darse por vencido ante las dificultades, abandonar actividades por miedo a no poder hacer una buena labor y culpar a otros de mis decisiones.
<b>Propósito</b>	Ser constante en las actividades que te propongas y tener metas claras, medibles y alcanzables.	No tener motivación, ni esforzarse producto de no proponerse metas alcanzables o dejarse llevar por las opiniones de terceros

Nota: Estas son sugerencias de respuestas, pero pueden variar en cada estudiante.



Pida que consulten la información contenida en el QR "Factores de protección".



[https://www.canva.com/design/DAGnQGo62TM/2f8ldPocSqns0iBiMmYCxg/view?utm\\_content=DAGnQGo62TM&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=uniquelinks&utm\\_id=hc05812aa33](https://www.canva.com/design/DAGnQGo62TM/2f8ldPocSqns0iBiMmYCxg/view?utm_content=DAGnQGo62TM&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=uniquelinks&utm_id=hc05812aa33)



### Relaciones afectivas en la integración social

Los humanos son seres sociales, por lo que construyen comunidades. Para formar estos colectivos, son necesarias las relaciones afectivas que son experiencias envolventes que se viven de forma paulatina, las interacciones pasan a ser normadas de manera que se pueda vivir en un estado de bienestar. De este modo, las relaciones no solo son parte de quienes somos, sino también de cómo se organiza la sociedad. Pero también representan una oportunidad para compartir opiniones sobre la satisfacción de necesidades y dificultades de una relación de amor, amistad, compañerismo, entre otros.



➤ Pida que lean los siguientes casos, para analizar cada situación y contestar de manera reflexiva las preguntas.

Caso 1.

Estudiantes de una preparatoria local decidieron formar una “banda” musical y ensayan casi toda la semana en un espacio comunitario en su localidad, sus amigos, vecinos y familia consideran que son un grupo comprometido y los apoyan en su actividad extraescolar.

Recientemente uno de los integrantes empezó a consumir alcohol y algunas otras sustancias psicoactivas con la justificación de que requiere “inspiración” y los invita a probar, los demás miembros no se sienten cómodos con esta situación, pero no saben cómo afrontarlo, y tampoco quieren que su banda musical termine.



7. ¿Qué redes de apoyo están presentes?

El espacio donde ensayan, los vecinos y familia, compañeros y amigos.

8. ¿Qué decisiones creen que deban tomar para protegerse?

Hablar con el integrante que les genera incomodidad, establecer normas y límites, auxiliar en la búsqueda de apoyo profesional.

9. ¿Cómo afecta la conducta de un miembro la estabilidad del grupo?

Genera tensión, mal ejemplo, normalizar la conducta de riesgo, división del grupo.

10. ¿Qué consecuencias sociales surgen de normalizar el consumo de alcohol?

Influencia negativa en otros miembros de la comunidad, falta de compromiso del grupo y generar entornos de mayor riesgo.

## Caso 2.

Una estudiante de primer año de educación media superior, destacaba por su responsabilidad y dedicación académica. Sin embargo, un cambio de turno en la escuela la llevó a un nuevo círculo de amistades. Lo que comenzó como diversión inocente y encuentros de fin de semana, pronto escaló hasta incluir las salidas entre semana. La presión del grupo la empujó a probar sustancias más allá del alcohol. A pesar de sus reticencias iniciales, la necesidad de "encajar" la llevó a ceder. Con el tiempo, su rendimiento escolar se desplomó, la concentración desapareció y su aspecto físico reflejaba el deterioro. Una vieja amiga de la primaria, preocupada, le ofreció ayuda y la animó a buscar apoyo profesional. El, en un momento de lucidez, consideró la opción.

11. ¿Cómo los factores de protección personal le ayudarían a salir de la situación de riesgo?

Asertividad: tomar decisiones responsables

Propósito personal: retomar sus metas escolares y mejorar su rendimiento académico

Habilidades sociales: Aceptar y buscar ayuda

Resiliencia: Asumir las consecuencias y buscar soluciones



12. ¿Qué elementos de la colectividad y redes de apoyo son importantes en este caso?

La amistad, actuando con empatía y cuidado.

La escuela procurándose como espacio seguro y con recursos de apoyo.

13. ¿Qué podrían haber hecho diferente para evitar la situación riesgosa?

Mantenerse firme en su negativa al consumo (uso de asertividad).

Reconocer que un buen amigo respeta tu decisión y no ejercer presión.

Buscar actividades de convivencia que promuevan hábitos saludables.

14. ¿Qué posibles soluciones puede tener este caso?

No hacer caso, aislarse de quien quiere ayudarla y continuar con el consumo.

Reflexionar sobre su situación, valorar el apoyo de quienes la aprecian y retomar sus metas escolares y personales para contrarrestar el consumo de sustancias.



Pida que consulten la información contenida en el QR para aprender más.

¿Quieres conocer un poco más del tema?



¡Escanéeme!

<https://www.youtube.com/watch?v=-uaLNf6p54c>. Video: factores de riesgo y factores de protección



## Cierre



Estos factores que influyen en la colectividad, así como los factores de protección, nos ayudan a mantener hábitos saludables y una mejor calidad de vida, por ejemplo la prevención de adicciones a partir de la información y educación en valores, la prevención de violencia y conductas discriminatorias a partir del conocimiento y respeto a los derechos humanos y la dignidad; de esta manera podemos formar ciudadanos responsables y comprometidos con la sociedad.



➤ Solicite que redacten una reflexión sobre los factores de la colectividad en torno a la formación de la ciudadanía siguiendo los siguientes puntos.

15. Anota 3 ideas principales que hayas aprendido del tema.

16. ¿Cuál consideras que puede ser la aplicación en tu vida diaria de este tema? Menciona al menos 2 ejemplos.



Solicite que para la siguiente sesión revisen la información de la guía de estudio: SEP (2025). Guía de estudio 2025-2026: EDIEMS, Ed. SEP, Cd. de México, páginas 88- 92.

## Fuentes

(S/f-c). Edu.mx. Recuperado el 9 de junio de 2025, de [https://cecytlax.edu.mx/wp-content/uploads/2025/02/GUIA\\_EDIEMS2025\\_2026-1.pdf](https://cecytlax.edu.mx/wp-content/uploads/2025/02/GUIA_EDIEMS2025_2026-1.pdf)

Perú, C. [@OngCedro]. (n.d.). Video "Factores de riesgo y factores de protección en el consumo de drogas." Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=-uaLNf6p54c>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (n.d.). Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores. Gob.Mx. <https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores>



## Sesión 6

## Instancias mexicanas para ayudarte

### Apertura



➤ Solicite que escriban una familia semántica de 5 palabras, que impliquen los contenidos del indicador 6.

#### Participación en acuerdos de convivencia

Normas

Acuerdos

Democracia

Equidad

Inclusión

#### Integración con seguridad

Confianza

Sentimiento de apoyo

Pertenencia

Felicidad

Bienestar

#### Confianza en colectivo

Apoyo

Gratitud

Empatía

Protección

Honor

#### Convivencia y autocuidado

Tolerancia

Ética

Integración

Bienestar

Salud



## Tipos de instituciones públicas

SEDESOL

INAES

FONART

INDESOL

CONADIS

## Desarrollo



➤ Pida que coloquen el nombre de la institución mexicana que corresponda a la descripción.

1. Trabaja para que las personas tengan garantizados sus derechos sociales y gocen de una vida digna

SEDESOL

2. Promueve la actividad artesanal del país

FONART

3. Apoya proyectos productivos para generar fuentes de trabajo y desarrollo

INAES

4. Genera acciones contra la pobreza y la vulnerabilidad social

INDESOL



5. Diseña políticas públicas en favor de las personas con discapacidad y promueve sus derechos humanos

[CONADIS](#)

---

6. Dirige la política nacional sobre las personas adultas mayores para procurar su desarrollo humano integral

[INAPAM](#)

---

7. Fomenta las condiciones que aseguran a los jóvenes un desarrollo pleno e integral en condiciones de igualdad y no discriminación

[IMJUVE](#)

---

8. Tiene como misión mejorar las condiciones de vida de las personas más necesitadas y asegurar que disfruten de sus derechos sociales

[PROSPERA](#)

---



➤ Pida que realicen la siguiente sopa de letras.

9. Encuentra las instancias mexicanas mencionadas con anterioridad en la siguiente sopa de letras.

M	N	G	F	D	E	R	T	T	Y	R	E	S	T	U	I	O	L	S	D
M	C	O	N	A	D	I	S	C	F	T	Y	U	R	E	T	B	U	I	O
Q	A	Z	S	E	R	T	Y	U	I	O	D	F	R	E	T	E	U	I	O
A	C	D	R	E	R	T	B	N	M	H	J	M	U	K	I	F	S	T	R
S	T	U	Y	G	V	B	N	J	I	K	D	F	L	O	S	O	S	E	R
T	U	R	F	V	C	D	X	S	Z	S	X	D	E	S	F	N	B	Y	I
E	W	Q	A	S	W	E	R	S	E	D	E	S	O	L	G	A	E	R	T
R	T	U	Y	I	O	S	E	D	R	O	T	G	B	H	Y	R	Y	T	U
A	A	E	R	I	O	T	U	U	I	T	R	R	S	S	E	T	E	R	Y
R	S	E	R	N	T	U	I	O	C	V	F	G	H	B	N	M	S	D	E
E	A	R	T	A	A	T	U	I	O	S	D	F	G	C	V	B	N	M	D
P	R	T	U	P	A	D	R	F	C	F	G	V	B	T	Y	U	I	O	S
S	R	T	U	A	U	I	O	A	E	R	T	Y	U	I	F	C	E	I	O
O	R	T	E	M	Z	S	C	D	F	R	F	H	J	K	L	D	R	N	O
R	C	X	V	B	N	M	H	J	S	D	R	E	T	R	U	I	I	D	W
P	Z	Q	E	R	E	R	T	E	V	U	J	M	I	C	V	B	N	E	Q
T	Y	U	I	O	P	C	D	F	R	G	H	J	K	A	S	D	W	S	C
X	S	C	I	N	A	E	S	C	F	V	G	H	Y	H	T	R	S	O	B
S	C	D	F	G	B	T	Y	H	U	J	N	M	K	I	L	O	Q	L	E
S	D	E	R	F	V	T	G	B	N	E	H	Y	U	J	M	I	K	L	E



➤ Fomente la reflexión sobre los siguientes casos y pida que conteste las preguntas.



## Caso 1.

Un estudiante de primer semestre de bachillerato fue diagnosticado con déficit de atención e hiperactividad (TDAH), cuando era niño. Sus padres lo llevaron a terapia y a taekwondo por recomendación de los médicos y el psicólogo; en los años previos a la preparatoria se desarrolló bien en las escuelas y con sus pares. Desde la primaria realiza sus trabajos en tableta, ya que de esa forma se acuerda de la información y resalta con diferentes colores lo importante. Ahora está muy nervioso, por el cambio de nivel, y tiene conductas de irritación e intolerancia a todo tipo de actos y sonidos sorpresivos; aunándole que sus compañeros hacen mucho ruido, lo molestan por usar una tableta para hacer apuntes y ellos no pueden usar celular por las reglas de la institución.

10. ¿A qué institución debe acudir para tener apoyo?

CONADIS, IMJUVE, PROSPERA

11. ¿Qué tipo de soluciones debe realizar la escuela para evitar el acoso en el estudiante?

Platicar con los estudiantes de por qué usa tableta. Pedir empatía y tolerancia hacia su compañero; tratar de generar un ambiente de inclusión y confianza, en vez de desarmonía.

## Caso 2.

Un estudiante de 5° semestre de bachillerato vive con sus abuelos, ya que sus padres están en Jalisco por cuestiones de trabajo, y regresarán hasta dentro de seis meses. Se ha dado cuenta que varias personas violan los derechos de sus abuelos por ser personas de la tercera edad. El estudiante quiere ayudarlos.

12. ¿A dónde debe pedir asesoría, el estudiante, para que apoye a sus abuelos?

INDESOL, INAPAM, PROSPERA



Pida que en plenaria dialoguen críticamente sobre lo que harían si estuvieran en el caso del estudiante de 5° semestre.



Solicite complementar el siguiente cuadro comparativo.

13. Clasifica las ideas tomando como base los encabezados de las columnas.

- a. Porque no les interesa ser altruistas
- b. Las recompensan por la ayuda que dan a otras personas
- c. No reciben ningún tipo de recompensa
- d. Tienen complejos de inferioridad
- e. Están de buen humor
- f. Porque no pertenecen a ningún colectivo que fomente el altruismo
- g. Otras personas también ayudan
- h. Tienen conflictos personales o enojados
- i. Tienen tiempo para ayudar
- j. Cuando no tienen un modelo a seguir altruista
- k. Quieren sentirse altruistas
- l. Cuando no tienen tiempo
- m. Las normas de su colectividad se los dicta
- n. Cuando son interesados

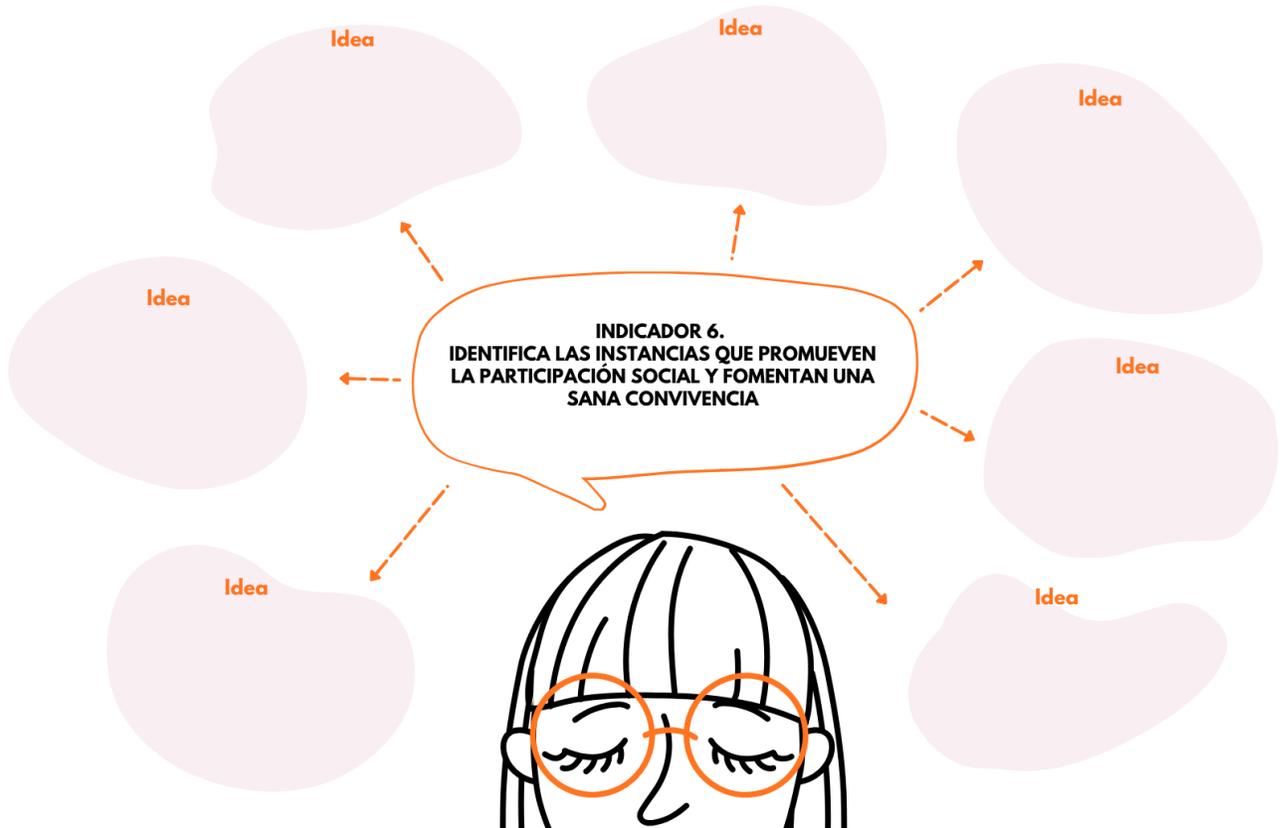
Las personas ayudan cuando:	Las personas no ayudan cuando:
Las recompensan por la ayuda que dan a otras personas.	No reciben ningún tipo de recompensa
Están de buen humor	Tienen conflictos personales o enojados
Otras personas también ayudan	Cuando no tienen un modelo a seguir altruista
Tienen tiempo para ayudar	Cuando no tienen tiempo
Quieren sentirse altruistas	Porque no les interesa ser altruistas
Las normas de su colectividad se los dicta	Porque no pertenecen a ningún colectivo que fomente el altruismo



## Cierre



Comente que deberán realizar una lluvia de ideas sobre los aprendizajes adquiridos.





- Fomente el dialogo reflexivo sobre la sana convivencia y las instancias que lo promueven, solicitando que cada estudiante escriba una frase en una hoja para que la lea y la pegue en el salón.



Pida que consulten los siguientes videos sobre la convivencia y las instituciones que lo promueven en SEP (2025). Guía de estudio 2025-2026: EDIEMS, Ed. SEP, Cd. De México, página 95.

Acuerdos para la convivencia en la escuela y en la casa.

<https://www.youtube.com/watch?v=2h0dvcQIL8>

Corto animado- para pensar habilidades socio *emocionales*.

<https://www.youtube.com/watch?v=KvZ-cdd37mw>

Autoconocimiento CT.

<https://www.youtube.com/watch?v=Bc-a-fawJVw>

¿Por qué las instituciones son tan importantes para el progreso?

[https://www.youtube.com/watch?v=Wd-3ZYuo2\\_Y](https://www.youtube.com/watch?v=Wd-3ZYuo2_Y)

La Comunidad y sus instituciones - Las Instituciones de mi comunidad | Personal Social.

<https://www.youtube.com/watch?v=6OVhH1sie50>



## Fuentes

Guía de estudio, Evaluación diagnóstica al Ingreso a la Educación Media Superior 2025-2026. EDIEMS

Casos. Elaboración propia.



## EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA AL INGRESO A LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR 2025-2026

### Coordinadores y dirección estratégica

Delia Carmina Tovar Vázquez  
Directora de Innovación Educativa

Adriana Hernández Fierro  
Jefa de Departamento de Desarrollo de Planes y  
Programas

Araceli Aguilar Silva  
María Maura Torres Valades  
Personal de apoyo de Innovación Educativa

### Diseño gráfico

Erika Roxana Meza Aguilar

### Asesoría técnico-pedagógica

Gabriela Gamboa Flores  
Ivonne Alejandra González Cuevas  
Linda Esmeralda Rodríguez Hernández  
Araceli Aguilar Silva  
María Maura Torres Valades

### Dirección técnica

Dirección General de Educación Tecnológica Industrial  
DGETI

Centros de Bachillerato Tecnológico CBT

Dirección General de Bachillerato DGB

Telebachillerato Comunitario TBC

Dirección General de Bachillerato DGB

Dirección General de Bachillerato DGB

### Asesoría académica

Brenda Balboa Cruz

José Luis Ayala Ferreira

María Yanely Becerra Sánchez

Fernando Daniel Chávez Fragoso

Karla Venegas Jiménez

Abraham Ramírez Rojas

Secretaría de Educación Pública  
Subsecretaría de Educación Media Superior  
Coordinación Sectorial de Fortalecimiento  
Académico 2025