

TALLER DE ESPECIALIZACIÓN

RESUMEN DE CONTENIDOS

SESIÓN 1: LA ADOLESCENCIA	2
1.1. FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN EN LA FAMILIA	2
1.2. EL CONSUMO DE DROGAS EN LOS ADOLESCENTES	3
1.3. MOTIVACIONES DE CONSUMO	3
SESIÓN 2: FASES Y SIGNOS DE CONSUMO DE DROGAS	4
2.1. FASES DEL CONSUMO DE DROGAS	4
2.2. IDENTIFICAR SIGNOS EN EL CONSUMO DE DROGAS	4
SESIÓN 3: HABILIDADES PARA MANEJAR SITUACIONES DE CONSUMO EXPERIMENTAL DE DROGAS DE LOS HIJOS	5
3.1. PAUTAS GENERALES QUE NOS PUEDEN AYUDAR A CONOCER POSIBLES SITUACIONES DE CONSUMO	5
3.2. PASOS Y HABILIDADES PARA ENFRENTARSE A...	5
SESIÓN 4. TÉCNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN [TIC]	7
4.1. DETECTAR INDICIOS DE ABUSO A LAS TIC	7
4.2. PAUTAS PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN EL BUEN USO	7
PÁGINAS INFORMATIVAS EN INTERNET	9

SESIÓN 1: LA ADOLESCENCIA

1.1. FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN EN LA FAMILIA

FACTORES DE RIESGO	FACTORES DE PROTECCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Ausencia de afectividad y comunicación. • Actitudes y comportamientos permisivos y/o positivos ante las drogas. • Falta de cohesión del grupo familiar y aislamiento emocional de sus miembros. • Inhibición y delegación como modelos de referencia. • Pérdida de roles y las figuras de autoridad: ausencia de límites y normas claras. • Incoherencia en la supervisión: excesiva exigencia en determinados aspectos y excesiva tolerancia en otros. • Exceso de protección. • Falta de reconocimiento y aceptación del hijo. • Ausencia de participación y disfrute en el ocio familiar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Límites y normas claras. • Reconocimiento y aceptación del hijo. • Experiencias de refuerzos positivos ante el esfuerzo. Apoyo a superar los fracasos. • Ambiente familiar afectivo y comunicación positiva. • Cohesión del grupo familiar. • Actitudes y comportamientos contrarios al consumo de drogas; rechazo a las conductas de riesgo. • Modelo de referencia de conducta positiva en los padres. • Roles ajustados y figuras de autoridad de referencia. • Supervisión y procedimientos de control adecuados sobre sus conductas. • Seguimiento y apoyo en sus actividades escolares. • Participación y disfrute en el ocio familiar.

1.2. EL CONSUMO DE DROGAS EN LOS ADOLESCENTES

- El consumo se concentra en los fines de semana y se vincula a lo recreativo.
- El patrón de consumo dominante es experimental u ocasional.
- Se realiza en grupo y en espacios públicos y se ingieren grandes cantidades de alcohol en poco tiempo.
- Existe relación entre el consumo de alcohol, tabaco y cannabis.
- Afecta a adolescentes de todos los niveles socioculturales y económicos.

1.3. MOTIVACIONES DE CONSUMO

Facilitar el proceso de identificación

A través de crear una identidad nueva, adquiere un cierto protagonismo y notoriedad, le ayuda a integrarse socialmente, le permite hacer todo lo que los demás hacen y formar parte del mismo mundo.

Transgresión

Crear sensación de autonomía y libertad, capacidad de decisión y poder sobre su propia vida.

Búsqueda de sensaciones nuevas

“Pasárselo en grande”

En la cultura actual se sobrevalora el tiempo libre y sobre todo la diversión. El mensaje que reciben es “pásatelo en grande”.

Rebeldía

SESIÓN 2: FASES Y SIGNOS DE CONSUMO DE DROGAS

2.1. FASES DEL CONSUMO DE DROGAS

- **Fase previa o de predisposición:** Hay una predisposición socio-cultural, biológica y psicológica.
- **Fase de conocimiento:** La persona tiene conocimiento real de la existencia de una sustancia concreta y de sus efectos.
- **Fase de experimentación e inicio de consumo:** Viene dado por la accesibilidad de las sustancias, las expectativas positivas ante los efectos, la baja percepción de riesgo y las escasas habilidades para enfrentarse a ofrecimientos.
- **Fase de consolidación:** En ella se da el paso del uso al abuso y a la dependencia. En esta fase el **consumo** puede ser:
 - **Ocasional** si se consume en días denominados especiales y con separación en el tiempo. Ejemplos: cumpleaños, Navidades, etc.
 - **Habitual** si se consume regularmente, por ejemplo, todos los fines de semana.
 - **Dependiente** si el consumo es ya abusivo, con síntomas de síndrome de abstinencia si no lo consume y con un patrón fijo de consumo.
- **Fase de mantenimiento o de abandono.**

2.2. IDENTIFICAR SIGNOS EN EL CONSUMO DE DROGAS

A. Presencia de objetos o situaciones directamente relacionadas con el consumo. Consumo de drogas en el domicilio familiar, estar bajo los efectos de una sustancia, disponer de drogas o útiles de consumo, consecuencias agudas.

B. Cambios de conducta. Agresividad o falta de respeto continuado a las normas familiares, dificultades para mantener los hábitos cotidianos, aumento de la frecuencia e intensidad de las mentiras, desmotivación, estado de ánimo alterado, comportamientos excesivos o inhibidos.

C. Bienes materiales. Disponer de objetos valiosos, ausencia de objetos valiosos.

D. Los amigos. Relación con amigos o conocidos consumidores.

E. Ocio y tiempo libre. Falta de ocio familiar.

SESIÓN 3: HABILIDADES PARA MANEJAR SITUACIONES DE CONSUMO EXPERIMENTAL DE DROGAS DE LOS HIJOS

3.1. PAUTAS GENERALES QUE NOS PUEDEN AYUDAR A CONOCER POSIBLES SITUACIONES DE CONSUMO

- ✓ Estar con los ojos abiertos a la información que nos viene del exterior
- ✓ No alarmarnos y guardar la calma.
- ✓ Reforzar la comunicación.

3.2. PASOS Y HABILIDADES PARA ENFRENTARSE A...

...sospechas basadas en indicios subjetivos:

- No es conveniente enfrentarnos a nuestro hijo si está bajo los efectos del alcohol u otras drogas.
- Transmitirle nuestra opinión sobre el “no consumo”.
- Hablar con nuestro hijo sobre las drogas mostrando más preocupación que enfado.
- Escuchar.
- Establecer normas familiares en relación con las drogas y sus consecuencias.
- Ante una violación de las reglas, imponer y mantener las normas disciplinarias decididas por la familia.
- Mantenernos informados sobre las rutinas diarias del hijo y de su tiempo libre.
- Ayudar a nuestro hijo a afrontar la presión de sus compañeros y amigos.
- Valorar la situación en cuanto al grado de riesgo-abuso y analizar los recursos existentes, decidiendo qué hacer.
- No dudar en buscar ayuda, ni avergonzarse por ello.

...sospechas basadas en indicios objetivos:

- Retirar la sustancia
- Recordar e informar las normas de casa, el posicionamiento familiar...
- Definir el problema
- Buscar información
- Buscar e identificar las alternativas
- Analizar cada alternativa
- Elegir una alternativa
- Evaluar nuestra decisión

SESIÓN 4: TÉCNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN [TIC]

4.1. DETECTAR INDICIOS DE ABUSO A LAS TIC

Criterios de diagnóstico en el uso de ordenadores:

- A. Tolerancia:** Necesidad de incrementar las cantidades de tiempo conectado a Internet para lograr la satisfacción.
- B. Síndrome de Abstinencia.**
- C. Se accede a Internet más** a menudo o durante períodos de tiempo más prolongados de los que se había planeado.
- D. Existen propósitos persistentes e infructuosos de suprimir o controlar** el acceso a la Red.
- E. Se invierte una cantidad de tiempo notable en actividades relacionadas** con Internet.
- F. Las actividades sociales, profesionales o de recreo disminuyen o desaparecen** a causa del uso de Internet.
- G. Se permanece conectado a pesar de saber que ello supone un problema persistente y recurrente de tipo físico, social, laboral o psicológico.**

4.2. PAUTAS PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN EL BUEN USO

1. Vigilancia: supervisar que páginas web visita, programación de televisión, etc.
2. Usar todos los sistemas de protección. Filtros de páginas, canguro Net .
3. Poner normas sobre los programas que se pueden ver y los que no.
4. Poner horarios, delimitar espacios o franjas de programación que pueden ver o no según la edad.
5. Poner límites sobre los criterios de uso, para evitar o negociar en los conflictos.
6. No prohibir, sino razonar, negociar, analizar.
7. Hablar con tu hijo de Internet, de programas de televisión,... fomentando el análisis y la crítica.

8. Enseñarle a que no dé ni pida información que pueda identificarte/le por Internet.
9. Evitar que el hijo esté en Internet durante la noche.
10. Entrar en Internet con ellos y saber qué páginas visita.
11. Tratar de evitar que el niño tenga su e-mail. Si lo tiene, conocer la contraseña.
12. Reglas consensuadas de uso, de tiempo y de páginas.

PÁGINAS INFORMATIVAS EN INTERNET

Centro Aldaba	www.centroaldaba.org	info@centroaldaba.org
Proyecto Hombre Valladolid	www.proyectohombrea.org	info@proyectohombrea.org
FAD Fundación de Ayuda contra la Drogadicción	www.fad.es	
PNSD Plan Nacional Sobre Drogas	www.pnsd.msssi.gob.es	
Junta de Castilla y León	www.alertadrogas.jcyl.es Comisionado Regional para la Droga	
Diputación de Valladolid Plan Provincial Sobre Drogas	http://www.diputaciondevalladolid.es/accion-social/plan-provincial-drogas/	
Ayuntamiento de Valladolid Plan Municipal Sobre Drogas	www.valladolidsindrogas.net	
Universidad de Valladolid	www.universindrogas.es	
CEAPA	www.ceapa.es Cursos y bibliografía	
CONCAPA	www.concapa.org Cursos y bibliografía	

Más información