

# **DROGUES? EDUCAR PER PREVENIR!**

**Idees per reflexionar sobre la manera  
d'educar els fills i evitar que tinguin  
problemes amb les drogues**

**Material de suport  
al voltant de l'exposició**



## **DROGUES? EDUCAR PER PREVENIR!**

és una exposició de 12 plafons, que s'acompanya d'aquesta guia d'activitats. S'adreça als pares i mares que tenen fills d'edats compreses entre els sis i els catorze anys. Aporta elements per propiciar als pares i mares una anàlisi crítica (reflexió, valoració i propòsit de canvi, si s'escau) de les pautes educatives que empren amb els seus fills i filles. Els plafons tracten sobre aspectes educatius que són rellevants per prevenir el consum de tabac, alcohol i altres drogues.

Aquesta guia aporta orientacions per promoure i organitzar activitats complementàries a la visita a l'exposició. També aporta elements per ajudar a triar i posar en pràctica activitats que s'adaptin als interessos i expectatives de diferents grups de pares. A més, informa sobre algunes propostes estructurades per treballar amb grups de pares i mares la millora de diferents habilitats educatives que ajuden a evitar l'abús de drogues per part dels fills.

## **Proposta d'activitats**

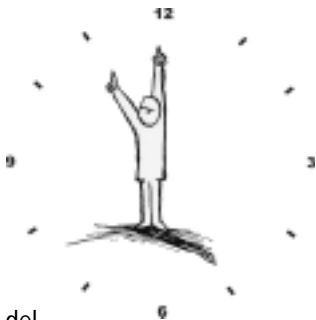
Les activitats següents permeten treballar qüestions relacionades amb la prevenció del consum de drogues des de l'àmbit familiar, i poden constituir un complement adient a la visita a l'exposició.

### **1 Xerrada o debat amb un professional**

Comptar amb la col·laboració d'un expert que amplii els temes trac-tats a l'exposició i aclareixi possibles dubtes garanteix una bona qualitat de la informació rebuda. Requereix poca inversió de temps, i permet obtenir una visió general sobre un tema, com ara "pautes educatives



adequades" o "informació sobre drogues". També permet comentar alguns aspectes concrets, com ara "com parlar del tabac als fills quan els pares són fumadors" o "riscos de consumir cannabis".



Per contactar amb un professional del tema us podeu adreçar a la institució que ha organitzat la visita a l'exposició, als serveis socials del vostre municipi o, també, a l'entitat que ha desenvolupat i editat aquest material.

## 2 Debat sense un professional

Un grup de pares pot organitzar un debat sobre un tema d'interès, sense que hi participi un expert en la matèria. Tanmateix, un dels participants haurà d'assumir la funció de moderador. A més, convé partir d'un material que ajudi a iniciar el debat, com ara una pel·lícula, un vídeo (com ara "ALTER EGO", editat per PDS) o un lloc d'Internet seriós (com ara [www.ieanet.com/canales/padres](http://www.ieanet.com/canales/padres), el canal per a pares del "Instituto para el Estudio de las Adicciones").

Suggerim fer ús de la "discussió dirigida", una tècnica orientada a afavorir l'intercanvi d'idees, que inclou elements que la diferencien d'una conversa comú:

- Respectar totes les opinions i creences.
- Aplicar un cert ordre lògic en l'intercanvi d'idees.
- No apartar-se del tema principal de la discussió.
- Respectar els torns de paraula.

A més, un participant ha d'assumir el rol de moderador, i:

- Atorgar els torns de paraula.
- Preparar un petit guió per ajudar a centrar la discussió en els aspectes més rellevants.
- Formular preguntes sobre aspectes concrets del tema.
- Acabar revisant els punts més importants que hagin sorgit durant la discussió, així com les conclusions assolides.

### 3 Taller de resolució de situacions conflictives

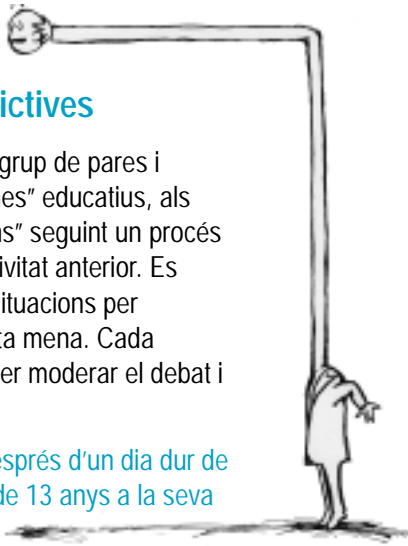
Consisteix en proposar a un grup de pares i mares una sèrie de "problemes" educatius, als quals han d'aportar "solucions" seguint un procés de debat semblant al de l'activitat anterior. Es proposen tres exemples de situacions per treballar en un taller d'aquesta mena. Cada situació inclou orientacions per moderar el debat i afavorir la participació.

**Situació 1:** Entreu a casa després d'un dia dur de treball i trobeu la vostra filla de 13 anys a la seva habitació, estirada sobre el llit, amb la mirada perduda. Quan li pregunteu com li ha anat el dia, trenca a plorar i us explica que ha renyit amb la Neus, la seva millor amiga des que varen començar juntes a anar escola. **Què faríeu?**

**Orientacions:** Hi ha coses que ens poden semblar banals als pares, i en canvi poden ser molt importants per als fills. En aquests casos convé mostrar interès per allò que preocupa als fills i mirar de veure les coses des de el seu punt de vista.

**Convé tenir en compte:**

- Durant l'adolescència els pares deixen de ser la principal referència del comportament dels fills, esdevenint els amics i companys importants dipositaris de la seva confiança i afecte. Per això, els entrebancs en aquestes relacions poden resultar molt dolorosos.
- Mostrar afecte i comprensió. Malgrat que alguns pares pensen que els fills, en arribar a l'adolescència, ja no necessiten el seu recolzament i el seu afecte, això no és així de cap manera.
- No insistir més del compte per a que ens expliquin coses. És bo que els fills sàpiguen que ens preocupa allò que els passa, però també cal saber esperar el moment en que ells vulguin parlar.



**Situació 2:** Durant el dinar de celebració de l'aniversari de l'avi s'obre una ampolla de cava i el vostre fill de 12 anys diu que ell també en vol beure. Després d'uns instants de dubte, l'avi, que és qui serveix les copes, diu: *"Bé home, jo diria que ja ets prou gran. A més, una copeta no et farà cap mal"*. Què faríeu?

**Orientacions:**

Es una bona ocasió per refermar la posició dels pares envers el consum d'alcohol per part dels fills. Considerar:

a) Possible conflicte entre els punts de vista de diferents membres de la família, i b) Edat i situacions en que és adequat permetre consumir alcohol als fills

**Convé tenir en compte:**

- Quan un adult de l'entorn dels fills discrepa de la posició dels pares en relació al consum de drogues, convé deixar clara la posició dels pares tan bon punt hi hagi oportunitat de fer-ho.
- Els pares han de deixar clar als fills què esperen d'ells en relació al consum de tabac, alcohol i altres drogues.
- Els nens i els preadolescents són més vulnerables als efectes tòxics de l'alcohol. Alhora, iniciar-se en el seu consum essent molt jove implica un major risc de tenir problemes amb l'alcohol i una major probabilitat de provar altres substàncies.



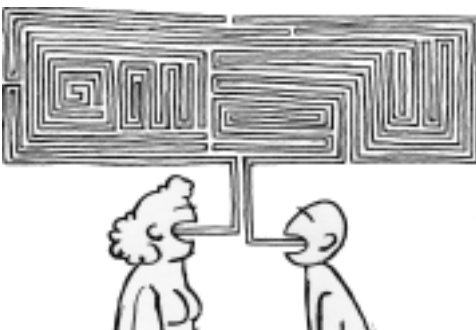
**Situació 3:** La vostra filla de 14 anys us comenta que un amic seu es va emborratjar el cap de setmana passat. Tot seguit pregunta: *"Quan vosaltres teníeu la meva edat, bevíeu alcohol?"*. Què faríeu?

**Orientacions:** Els pares poden haver de fer front a una contradicció entre les normes que transmeten als fills i la seva conducta quan eren adolescents. Alhora, poden veure's confrontats al dilema d'explicar, o no, als fills, coses del seu àmbit íntim i personal.

### Convé tenir en compte:

- Els fills esperen respostes sinceres dels seus pares. Alhora, poden entendre que els pares tenen dret a mantenir la intimitat sobre algunes qüestions. Ara bé, la manca de resposta pot fer que evitin plantejar als pares els seus dubtes i inquietuds.
- Si els pares comenten conductes problemàtiques que hagin fet essent adolescents, convé que comentin també els aspectes que van condicionar la seva conducta, com ara: dificultats per fer front a pressions dels companys, manca d'informació, etc.
- La situació planteja una oportunitat per parlar dels dubtes, les inquietuds i la manera de pensar dels fills en relació al tema.
- També és una bona ocasió per fer saber als fills com esperem que es comportin en relació al consum de substàncies.

Les situacions anteriors provenen del programa "MONEO", però per fer un taller com aquest també podeu extreure situacions d'altres materials, com ara del vídeo "ALTER EGO" (hi trobareu més informació més endavant). A més, també podeu treballar sobre situacions reals que aportin els participants.



## 4 Aplicació d'un programa estructurat.

A més d'accions puntuals com les anteriors, altres propostes de treball, de caire més estructurat, ofereixen la possibilitat de rebre més informació de treballar amb més intensitat aspectes com la comunicació entre pares i fills, la resolució de conflictes, l'establiment de normes i límits, etc.

Aquestes intervencions s'adrecen al treball amb grups de pares i mares, i requereixen la intervenció de professionals especialitzats i una dedicació més gran de temps per part dels participants. Entre aquestes propostes hi ha els programes "MONEO" i "PROTEGO".

"**MONEO**" és un programa adreçat a pares i mares amb fills de 9 a 13 anys. Consta de tres sessions, al llarg de les quals els pares reben informació sobre drogues i sobre pràctiques educatives que ajuden a evitar que els fills s'iniciïn en el consum o abús, a més de fer front a diverses situacions educatives simulades.

"**PROTEGO**" és un programa d'entrenament en habilitats educatives adreçat a pares i mares amb fills de 9 a 13 anys en situació de risc. Consta de vuit sessions on els pares realitzen diferents activitats destinades a millorar les seves habilitats educatives, enfortir els vincles familiars i clarificar la posició de la família en relació al consum de drogues.

"**ALTER EGO**" és un vídeo que facilita l'aplicació dels programes anteriors, oferint models de conducta per complementar i facilitar la realització d'alguns dels exercicis que inclou la seva aplicació. A més, pot constituir el punt d'inici d'un debat amb un grup de pares, sobre temes relacionats amb les drogues i l'educació.



Un programa de:



Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya  
Departament de Benestar i Família  
**Institut Català d'Assistència  
i Serveis Socials (ICASS)**

### Més informació?

Per ampliar la informació o sol·licitar la col·laboració d'un professional, podeu adreçar-vos a la institució que ha organitzat l'exposició, als serveis socials del vostre municipi o a l'entitat que ha desenvolupat i editat aquest material:

PDS - Promoció i Desenvolupament Social  
Provença, 79, baixos 3<sup>a</sup> - 08029 Barcelona  
Telèfon: 934 307 170  
A/e: [pds@pdsweb.org](mailto:pds@pdsweb.org)