

## ¿Cómo está organizado?

El Programa se estructura en torno a diversas sesiones de grupo con una metodología basada en la participación activa de los asistentes, que tienen como punto de partida el análisis de su propia realidad y experiencia cotidiana.

Las sesiones de grupo están dirigidas por un animador o mediador que, a través de breves exposiciones y propuestas de actividades, permite a los padres y madres enriquecer su propia perspectiva con las aportaciones de los demás integrantes del grupo. Existen también materiales que facilitan la puesta en práctica de los contenidos que se trabajan.

## ¿Qué materiales tiene?

Para cumplir sus objetivos, el Programa consta de los siguientes materiales:

- Material didáctico para participantes, con los temas que se tratan en el programa.
- Guía metodológica para la conducción de las sesiones de grupo.
- Material complementario, en formato escrito y audiovisual.

## ¿Cuál es su duración?

Este programa tiene prevista una duración de 10 horas, que se estructura en sesiones de alrededor de dos horas, y se distribuyen de forma flexible en función de las necesidades del grupo.

## EN FAMILIA

Claves para prevenir  
los problemas de drogas



Para más información:

### Plan Regional sobre Drogas

Teléfono: 942 20 79 53

Fax: 942 20 77 93

E-mail: [prdces@gobcantabria.es](mailto:prdces@gobcantabria.es)



Con la colaboración de:



## EN FAMILIA

Claves para prevenir  
los problemas de drogas



## EN FAMILIA

Claves para prevenir los problemas de drogas



La familia tiene una gran importancia para el desarrollo de todo ser humano, ya que representa un espacio fundamental para la educación de los hijos.

El Programa EN FAMILIA ha sido diseñado para fortalecer el papel preventivo del consumo de drogas en ese ámbito, desde el convencimiento de que prevenir en la familia es algo natural a la misma, es decir, algo posible de realizar día a día, de forma sencilla y constante desde una edad muy temprana.

### ¿Qué objetivos tiene?

- Favorecer que la familia tome conciencia de que tiene una amplia capacidad de influencia sobre los hijos en materia de prevención de conductas de riesgo y, entre ellas, la del consumo de drogas.
- Facilitar a la familia estrategias y recursos que permitan su actuación de un modo adecuado en lo que respecta a la educación y a la prevención de conductas de riesgo en los hijos.

### ¿A quién va dirigido?

Padres y madres en general, interesados en conocer o, en su caso, profundizar en las posibilidades de actuación preventiva en su familia.

### ¿Qué temas trata?

Aquellos padres y madres que participen en el Programa EN FAMILIA, pueden abordar los siguientes temas:



#### La prevención familiar

- ¿Qué es la prevención?
- Las drogas, ¿en qué situación estamos?
- Algunos datos que debemos conocer
- Nuestro punto de partida. El contexto en que vivimos.



#### Las drogas

- ¿Qué son las drogas?
- ¿Qué tipos de drogas hay?
- ¿Cómo informar sobre las drogas?



#### Nosotros los padres

- ¿Por dónde empezamos?
- ¿Cómo estamos, cómo nos sentimos?
- ¿Qué ocurre a nuestro alrededor?
- ¿Qué ocurre en nuestras relaciones familiares?



#### Familia y comunicación

- La comunicación implica un estilo de relación
- ¿Sabemos escuchar?
- ¿Cómo resolvemos nuestras tensiones familiares?



#### Familia y afecto

- La autoestima
- El clima familiar
- El lenguaje de los sentimientos
- Cuando nuestros hijos nos desbordan



#### Familia y organización

- La importancia de la autonomía
- Enseñando a controlar la conducta de los hijos
- La importancia de las normas en la vida familiar
- Cómo ir definiendo normas y poniendo límites en función de la edad



#### Familia y entorno

- Comunidad y familia
- Escuela y familia
- Medios de comunicación
- Ocio y tiempo libre



#### Familia y consumo de drogas

- ¿Qué información tenemos?
- ¿Cómo actuar ante el problema?
- ¿Cómo buscar recursos apropiados?
- ¿Tenemos que saber algo sobre la legislación?



### ¿Qué estrategias de actuación propone?

- Analizar cuál es el punto de partida de padres y madres para poder hacer prevención en el seno de su familia.
- Identificar cuáles son aquellos aspectos y circunstancias que, desde la familia, pueden tener una influencia positiva en la prevención del consumo de drogas.
- Informar sobre los distintos tipos de sustancias consideradas como drogas, así como sobre los riesgos asociados a su consumo.
- Facilitar la adopción de actitudes y la adquisición de habilidades relacionadas con un adecuado clima afectivo y de comunicación en la familia.
- Favorecer el desarrollo de capacidades para mejorar la convivencia familiar a través de la negociación de normas y límites.
- Promover en la familia actitudes de participación en el entorno social de la misma, así como de empleo positivo del ocio y tiempo libre.
- Dar a conocer pautas y orientaciones básicas acerca de cómo abordar situaciones de consumo problemático de drogas en la familia.

