

Quins estadis del consum podem trobar-nos davant demanda d'informació i/o tractament?

Jordi Bernabeu Farrús.

En el Curs "Repensem les drogues?". Granollers. 2009.

Granollers_Acció Municipal
en el Consum de Drogues

Tel: 938426668
Carrer Portalet 4, Segona planta
info@sobredrogues.net
www.sobredrogues.net

Està permesa, i vivament aconsellada, la reproducció total o parcial dels continguts allotjats en aquesta web (sobredrogues.net), fins i tot amb modificacions i millores del text. L'única condició és que figuri primer el nom de l'autor (sobredrogues.net) i després el de tots els qui hi hagin introduït millores. Totes les còpies han de portar aquesta nota de *copyleft*. No estan permesos els usos comercials.



Ajuntament de Granollers

Quins estadis del consum podem trobar-nos davant demanda d'informació i/o tractament?

(adaptació del model de Proshaska i Di Clemente, 1982)

1. El consum no es viu com a problemàtic (precontemplació)

- * Alertar/Apel·lar a la prudència
 - * Proporcionar informació sobre possibles riscos
 - * Ajudar-lo a confiar en les seves capacitats
- ("sabràs què quan no et senti bé haurem de prendre'ns un descans")
- * Confrontar "amistosament"

2. Sap què hi ha un problema; i considera la possibilitat d'haver d'aplicar canvis, però té dubtes per dur-los a terme (contemplació)

- * Balanç decisonal: pros i contres del consum
- "què gaunyo i què perdo?" (curt-mig-llarg termini)
- * Proporcionar eines per al canvi (començar a parlar dels estils, rutines, contextos, pautes de control extern)

Quins estadis del consum podem trobar-nos davant demanda d'informació i/o tractament?

(adaptació del model de Proshaska i Di Clemente, 1982)

3. Vol canviar la conducta (preparació)

- * Establir pautes per al canvi (començar a parlar dels estils, rutines, contextos, pautes de control extern, diners, etc.)
- * Reconèixer possibles problemes

4. Es dona el canvi en el consum (acció i manteniment)

- * Seguiment de les pautes per al canvi (començar a parlar dels estils, rutines, contextos, pautes de control extern, diners, etc.)
- * Avaluar guanys (al principi és difícil reconèixer-los)
- * Reconèixer problemes; i possibles situacions de risc: afrontament
- * Acompanyament

5. Mantenir-lo i no relliscar (prevenció de recaigudes)

- * Reconèixer i afrontar situacions de risc
- * Avaluar procés

Quins estadis del consum podem trobar-nos davant demanda d'informació i/o tractament?

(adaptació del model de Proshaska i Di Clemente, 1982)

I si recau/rellisca?

- * Treballar les raons de la relliscada
- * Reforçar positivament la voluntat novament per canviar
- * Alertar del risc d l'encadenament de "fracassos"
- * Reavaluar el pla d'acció / i reformular-lo, si cal
- * "Suport incondicional"

FACTORS DE RISC

Asociats a nivell individual

- * Consum prematur (edat)
- * Problemes de salut mental, físic o emocional
- * Actituds personals vers el consum
- * Característiques personals relacionades con els nivells d'autoestima i conductes favorables al risc, alienació rebeldia, etc.
- * Evidències tipus: ulls vermells, pupil·les dilatades, cansament, somnolència, excessiu nerviosisme, gestió dels diners injustificada, etc.)

Asociats a nivell familiar

- * Consum de drogues per part dels pares
- * Actituds favorables al consum per part de la família
- * Problemes familiars
- * Històries familiars de consum problemàtic de drogues
- * Dificultats de relació/conflicte familiar
- * Models familiars: sobreprotecció, abandonament familiar, etc.
- * Estatus socioeconòmic familiar

Associats a nivell grupal o d'amics

- * Amics consumidors
- * Canvis sospitosos pel que fa a amics i relacions
- * Actituds favorables al consum
- * Conductes il.legals o delictives
- * Dificultats de relació amb el grup d'iguales

Associats a nivell de context social

- * Abandonament dels estudis
- * Fracàs escolar
- * Canvis en el rendiment acadèmic i actitud a l'escola
- * Desocupació laboral
- * Dificultats socials i econòmiques
- * Alta disponibilitat i accessibilitat a drogues
- * "Transicions i desplaçaments vitals"