



## RECORDAR

- La adicción es más que simplemente "querer" algo; se describe mejor con palabras como antojo, compulsión e incapacidad para detenerse a pesar de las consecuencias. Una adicción significa que la droga se ha vuelto más importante que todo lo que antes tenía importancia en la vida de la persona y dejar de hacerlo viene con gran malestar.
- A menudo, las adicciones de los adolescentes están cubriendo dolores y tensiones más grandes en sus vidas. Haga de su relación un lugar seguro para que compartan estos sin juicio y sin decirles lo que tienen que hacer o dejar de hacer.
- Ayudarles a aprender formas saludables de sobrellevar el estrés crónico puede ser la mejor protección contra la dependencia de las drogas.
- Hágalos saber que reconoce el valor y la fuerza que se necesitaría para detenerte y que va a ser muy difícil, pero todo lo que es realmente valioso es caro.
- Romanos 7:18-19. Si el adolescente es un creyente, recuérdelos que este versículo nos dice que Dios entiende lo difícil que es esto, y que no están solos.



## RECONOCER

- En el último año: el 42% de los adolescentes consumió una sustancia ilegal; el 15% de los adolescentes canadienses abusó de las drogas recetadas; alrededor del 25% consumió marihuana.
- La marihuana es altamente formadora de hábitos y, contrariamente a la creencia común, puede ser adictiva. Hasta el 50% de los usuarios diarios muestran signos de adicción, incluidos síntomas como irritabilidad, dificultad para dormir, disminución del apetito, ansiedad e inquietud cuando no los usan.
- Una señal de dependencia de la hierba es creer que necesitas usarla antes de poder relajarte realmente, ser creativo o lidiar con cosas difíciles en la vida. Si un adolescente decide a qué eventos asistir/con quién pasar el rato en función de si puede o no usar o estar colocado allí, es probable que haya pasado del uso a la dependencia.
- Un indicador común del inicio del consumo de drogas es el cambio:
  - en hábitos (*apetito, amigos, calificaciones*);
  - en apariencia (*ojos inyectados de sangre, temblores, moretones extraños, olor inusual*);
  - en el comportamiento (*secreto: evitar el contacto visual, desaparecer durante períodos de tiempo, salir en momentos impares*);
  - en el hogar: (*presencia de parafernalia de medicamentos/envases extraños, falta de medicamentos recetados*).



## RESPUESTA

- **Inicie conversaciones colaborativas** que estén llenas de:
  - *Preguntas abiertas: no se pueden responder fácilmente con un "sí" o un "no". Hacen espacio para que un adolescente comparta más que información (por ejemplo, "Hábleme de lo que está pasando con usted y las drogas últimamente").*
  - *Escucha reflexiva - No culpar, discutir o exigir; en cambio, necesitamos ayudar al adolescente a escucharse a sí mismo escuchando activamente y luego aclarando/retroalimentando lo que estamos escuchando.*
  - *Afirmación - Observe y hable lo que es bueno y amado por Dios en ellos - si estás de acuerdo con sus elecciones o no. Esto es parte de obtener permiso para estar con ellos y decirles lo que es verdad acerca de sí mismos.*
  - *Exploración: pregunte si algo ha cambiado desde antes de su consumo de alcohol/drogas (en sus relaciones familiares, sus valores/metras, sus amistades, su tiempo y pensamientos, su dinero o sus estados de ánimo). Compare el impacto que ven con lo que ven los demás y hable sobre la diferencia.*
  - *Motivación: ayúdelos a pensar por qué usan drogas y qué se necesitaría para que consideren detenerse. Su trabajo no es convencerlos para que cambien, sino ayudarlos a descubrir la motivación para el cambio en su interior.*

- **Busque en la web opciones de tratamiento locales y apoyo para** que los jóvenes lleguen allí. Refiera a un adolescente dispuesto a un profesional que pueda llevarlo más lejos de lo que usted puede.
- **No olvide caminar junto a los padres** en este viaje; necesitarán apoyo. Cuando la adicción se ha afianzado, a menudo es un largo camino a casa.



## RECURSOS

- [www.cpyu.org](http://www.cpyu.org) - Artículos prácticos y podcasts desde una perspectiva basada en la fe. Busque "drogas".
- [www.ccsa.ca](http://www.ccsa.ca) - Centro Canadiense sobre Abuso de Sustancias y Adicciones
- [www.drugrehab.ca](http://www.drugrehab.ca) - Un número de contacto las 24 horas para conectarlo con el tratamiento en su provincia.
- [www.teenagewhisperer.co.uk](http://www.teenagewhisperer.co.uk) - Busque "entrevistas motivacionales" para aprender sobre tener conversaciones que abran la puerta al cambio.



# DROGAS

lifeteams  
recursos