

# ¿CÓMO PREVENIR Y/O ACOMPañAR LOS CONSUMOS PROBLEMÁTICOS?

Taller para padres de  
todos los niveles

Fue el Martes 12 de Abril  
Acceso a la Presentación  
utilizada



# DECISIÓN, ESCUCHA Y DISCERNIMIENTO EN LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES

# A – DICCIÓN

## Sin Palabra

- La adicción no es el principio del problema, es la consecuencia del vacío sostenido.



# A – DICCIÓN

## Sin Palabra

- Las conductas adictivas se comienzan a instalar desde temprana edad
- Todos, en alguna medida, tenemos conductas adictivas

# ¿Por qué llegamos a ser adictos?

- Porque no soportamos el vacío
- Por la desvalorización
- Por la falta de autoestima
- Por la ausencia de cuidado
- Por la soledad
- Por la falta de referentes



# ¿Y LOS ENTORNOS?

- El entorno en gran medida es el resultado de los vínculos que generamos.
- Si busco llenar un vacío, ser reconocido, ser tenido en cuenta, escapar de la soledad, "pertenecer", probablemente el entorno que elija sea peligroso.
- Atribuir la responsabilidad exclusivamente al entorno, es como culpar el mal resultado de un chef al que le han dado para cocinar productos vencidos.



# ¿CÓMO PREVENIR?

- Recuperar la mirada
- Valorar la palabra
- Cultivar la escucha
- Dedicar tiempo
- ESTAR
- En esta época de urgencias sobrevolamos las relaciones y hemos de recuperar la calidad



# ¿FAMILIA, ESCUELA, SOCIEDAD CULPABLE?

- La culpa es tan nociva para uno como estéril para el otro.
- Ser responsable es sinónimo de ser adulto: Realizar lo que corresponde y asumir sus consecuencias.
- Siempre estamos “a tiempo”.







¿Qué actitudes consideramos que generan caparazón o esqueleto en nuestros hijos?

# ¿Qué es una conducta adictiva o un consumo problemático?

- Comportamiento que provoca la necesidad de ser repetido, estableciendo un círculo de dependencia
- Se puede tornar en un comportamiento compulsivo
- Provoca daño psíquico y físico
- Interfiere en la vida diaria de la persona
- Altera la forma de pensar, sentir y comportarse

# Objetos y Sensaciones

- Videojuegos “Bienestar”
- Teléfonos
- Juegos de Azar “Seguridad”
- Sustancias
- Alcohol “Equilibrio”
- Compras
- Internet
- Sexo
- Comida
- Redes Sociales

# ¿Qué puede provocar la abstinencia del objeto adictivo?

- Apatía
- Depresión
- Irritabilidad
- Hiperactividad
- Dificultad para sostener la atención y concentrarse
- Insatisfacción
- Períodos de sueño prolongado
- Insomnio
- Inapetencia
- Consumo excesivo de alimentos

# Trastornos relacionados

- Falta de sueño
- Alteraciones motoras
- Alteraciones fisiológicas
- Psicológicas y emocionales
- Bajo rendimiento escolar
- Económicas
- Riesgo físico
- Alteraciones en la percepción de la realidad
- Problemas en la vincularidad
- Problemas sociales

- Miedo
- Preocupación
- Desconcierto
- Angustia
- Serenidad
- Parálisis
- Impotencia
- Alegría
- Enojo
- Indiferencia
- Apatía
- Esperanza
- Motivación
- Ansiedad
- Cuestionamientos
- Movilización

