

DROGAK

Droga-kontsumoan eragina duten faktoreak:	Droga-kontsumoa prebenitzen duten faktoreak:
<ul style="list-style-type: none"> - Asaldatzea - Autoestima baxua - Eskola-etekin baxua - Moralezko uste sendoen gabezia - Jokabide arazoak dituzten eta droga kontsumitzen duten lagunak - Gurasoekin harreman txarra - Diziplina, gorespen eta harreman baikorrik gabeko familia - Droga-kontsumoaren aurrekariak familian - 15 urte izan baino lehenago drogekin saiakuntzak egin izatea 	<ul style="list-style-type: none"> - Uztartutako familia - Estres-egoeren tratamendua - Lagunen sostengua - Heldu batekin harreman estua izatea - Drogen aurrean gurasoek duten jokamoldea

Gurasook, zer egin dezakegu?

1. **Seme-alabei droga-kontsumoari buruzko informazioa eskaini:** Baina informazio objektiboa izan behar du, ez moralista.

2. **Talde-presioari aurre egiteko estrategiak eskaini.** Ezetz esatea ez da soilik drogei ezetz esatea, taldeko araei ezetz esatea ere bada. Horretarako, hoberena, eusten lagunduko dizkien gizarte-abileziak erakustea da. Baina beraiek eskatzen dutenean egin behar da ez lehenago. Tekniken artean batzuk hauek dira:

- disko urratua
- langar-lainoa
- onartu desenkusatu gabe