

HELP A FRIEND STAY AWAY FROM DRUGS



AYUDA A ALGÚN AMIGO A NO USAR DROGAS

*Written by Dr. Steve Moreno
School Psychologist*

HELP A FRIEND STAY AWAY FROM DRUGS

You can do a lot to help a friend, or a family member, to stay away from drugs. This booklet will give you some ideas about things you can do to help someone who is important to you stay away from drugs.



Drug abuse prevention begins with each person educating himself, or herself, about the basic problems of drug abuse. We must then take a clear stand against alcohol and drugs. To help a friend or loved one stay away from drugs we need to be concerned and involved with that person. We must offer much love, support, and acceptance.

Encourage your friend to become active in positive activities that can give him or her a feeling of confidence, and can help him or her develop useful and enjoyable skills.

"STRESS THE IMPORTANCE OF STAYING CLOSE TO FAMILY, RELATIVES AND FRIENDS."

AYUDA A ALGUN AMIGO A NO USAR DROGAS

Tú puedes ayudar mucho a un amigo o pariente a mantenerse alejado de las drogas. Este folleto te aconseja sobre qué hacer para ayudar a alguien a quien estimas a mantenerse alejado de las drogas.

La prevención contra el abuso de las drogas comienza cuando las personas se enteran de los problemas derivados del abuso de las mismas. Debemos mantener una posición firme en contra del alcohol y las drogas. Para poder ayudar a un amigo o a un ser querido a rechazar las drogas es necesario que la persona nos interese y mantener una relación con ella. Es imprescindible que le ofrezcamos mucho amor, apoyo y aceptación.



Anima a tu amigo a participar en actividades positivas que le den confianza en sí mismo y que le ayuden a desarrollar habilidades útiles y de su agrado.

"DA GRAN IMPORTANCIA A MANTENER LAZOS ESTRECHOS CON LA FAMILIA, LOS PARIENTES Y LOS AMIGOS."

Copyright, © Moreno Educ. Co. 2000,
No Reproductions Allowed

HOW CAN YOU TELL IF YOUR FRIEND IS ABUSING DRUGS OR ALCOHOL

If you find alcohol, drugs, or drug items around, there is a strong probability that your friend is using drugs. Certain behaviors also can warn you that your friend may be involved with drugs:

- Abrupt change in mood or attitude
- Sudden decline in attendance or performance at school or work.
- Impaired relationship with family or friends.
- Unusual flare-ups of temper.
- Increased borrowing of money from parents or friends; stealing from home, school or employer.
- Heightened secrecy about actions and possessions.
- Associating with a new group of friends, especially with those who are known drug users.



While these behaviors may indicate drug use, they may also reflect normal teenage growing pains. By observing your friend, getting to know his or her friends, and talking to your friend about problems, including drugs and alcohol, you should be able to learn whether he or she is involved.

"HELP YOUR FRIENDS STAY AWAY FROM DRUGS!"

COMO SABER SI ALGUN AMIGO ESTA ABUSANDO DE LAS DROGAS O DEL ALCOHOL

Si observas que tu amigo tiene en su poder alcohol, drogas, o artículos que se usan con las drogas, es muy posible que éste las esté usando. Ciertos comportamientos indican la posibilidad de que tu amigo esté consumiendo drogas. Por ejemplo:

- Cambio repentino de actitud o humor.
- Repentina baja en la asistencia o en el desempeño en la escuela o en el empleo.
- Empeoramiento en las relaciones con la familia o los amigos.
- Estallidos inusitados de ira.
- Frecuencia en la solicitud de dinero a los padres o amigos; robos en el hogar, la escuela, o el empleo.
- Profunda reserva respecto a acciones y posesiones.
- Asociación con un nuevo grupo de amigos, sobre todo del tipo que se sabe consumen drogas.

Hay que aclarar que aunque estos comportamientos pueden indicar uso de drogas, también pueden ser resultado de trastornos propios del desarrollo del adolescente. Observa bien a tu amigo, trata a sus amistades, y charla con él sobre todo tipo de problemas, incluyendo drogas y alcohol. De esta forma sabrás si tu amigo consume drogas.

"¡AYUDA A TUS AMIGOS A MANTENERSE ALEJADOS DE LAS DROGAS!"