

MODULO 6: PREVENCIÓN DE RECAÍDAS

Crear una red de apoyo: Explora el papel del apoyo entre iguales en la prevención de recaídas.

OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE DE LA ACTIVIDAD

Objetivo nº 1

Comprender la importancia del apoyo entre iguales

Explorar el papel crucial del apoyo entre iguales en la prevención de las recaídas. Educación para prevenir las recaídas.

Objetivo nº 2

Red

Superar el miedo: animar a los participantes a crear una sólida red de apoyo. identificar a familiares, amigos, compañeros, mentores y profesionales que puedan proporcionar comprensión y ayuda esenciales.

Objetivo nº 3

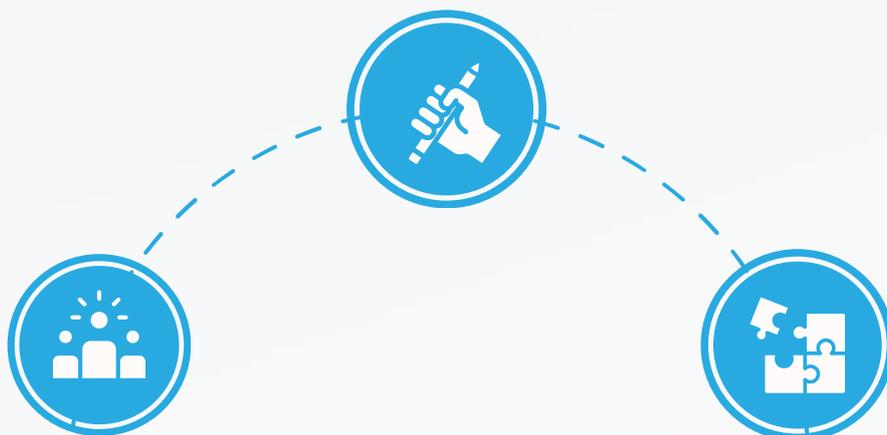
Afrontar juntos los retos

Promover conexiones que ayuden a las personas a sentirse apoyadas y menos aisladas en su camino hacia la recuperación.

Objetivo nº 4

Promover el compromiso personal

Ayudar a los participantes a crear un plan concreto y viable para integrar su red de apoyo en la vida diaria, garantizando que puedan contar con ella como recurso en situaciones difíciles o de alto riesgo para mantener su recuperación.



MÓDULO 6: PREVENCIÓN DE RECAÍDAS

Crear una red de apoyo: Explora el papel del apoyo entre iguales en la prevención de recaídas.



DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD Y MATERIALES

Descripción de la Actividad



1. Grupo objetivo: educadores de adultos, mentores del cambio
2. Típo. - 2 horas

1. Presentación de diapositivas: ayudas visuales sobre prevención de recaídas y redes de apoyo.
2. Vídeos y contenido multimedia: ejemplos reales que ilustran el apoyo eficaz entre iguales.
3. Pizarra para captar los puntos clave
4. Hojas para actividades prácticas
5. Instrumentos de dibujo para actividades lúdicas

Materiales



METODOLOGÍA USADA PARA ESTA ACTIVIDAD



Una introducción al tema del cultivo de una red de apoyo. La definición de cultivar una sólida red de apoyo formada por familiares, amigos, compañeros, mentores y profesionales.



Debates guiados para llevar a los participantes a la comprensión adecuada.



Debate circular para estimular la creatividad de los participantes.



Reflexión final y dinámica de compromiso

Remy
Marsh



Co-funded by
the European Union

MÓDULO 6: PREVENCIÓN DE RECAÍDAS

**Crear una red de apoyo:
Explora el papel del apoyo
entre iguales en la prevención
de recaídas.**

rec@ver

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Ayudar a los participantes a reflexionar sobre la importancia del apoyo entre iguales, identificar y reforzar su red de apoyo personal y practicar habilidades para buscar ayuda en momentos de vulnerabilidad, con el objetivo de prevenir recaídas en su proceso de recuperación.



Co-funded by
the European Union

MÓDULO 6: PREVENCIÓN DE RECAÍDAS

Crear una red de apoyo: Explora el papel del apoyo entre iguales en la prevención de recaídas.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

1.Introducción

El educador presenta la sesión, explica el concepto de apoyo entre iguales y subraya la importancia de crear una red de apoyo sólida para prevenir las recaídas.

2.Discusión guiada

El educador dirige un debate sobre el concepto de apoyo entre iguales, centrándose en cuatro puntos principales:

- A) ¿Cómo encontrar un buen apoyo entre iguales?
- B) ¿Qué papel desempeña el apoyo entre iguales en la recuperación y la prevención de recaídas?
- C) ¿Cómo pueden las personas utilizar eficazmente sus redes de apoyo en momentos difíciles?
- D) ¿Qué barreras pueden encontrar los individuos a la hora de buscar apoyo y cómo pueden superarse?

3. Visualización de contenidos multimedia

El educador muestra vídeos sobre la importancia de crear una red y del apoyo entre iguales.

4.Debate circular

Los participantes expresan sus opiniones, los factores que habrían mejorado, las nuevas ideas y las dudas que puedan tener sobre los vídeos y los temas previamente debatidos..

MÓDULO 6: PREVENCIÓN DE RECAÍDAS

Crear una red de apoyo: Explora el papel del apoyo entre iguales en la prevención de recaídas.

5. Actividades en grupo

Los participantes se dividen en parejas y dibujan escenarios relacionados con la búsqueda de apoyo. Una persona interpreta al individuo en recuperación, mientras que la otra actúa como miembro de la red de apoyo. El «individuo» comparte sus preocupaciones y el «miembro de apoyo» practica ofreciendo ánimo y orientación.

6. Reflexión final y clausura

Los participantes y el educador recapitulan lo que se ha aprendido y los participantes establecen compromisos personales para reforzar la red de apoyo.

El educador facilita una reflexión en grupo sobre lo que se ha aprendido y cómo cada participante puede aplicar lo discutido en su propia vida.

Después, los participantes escriben un compromiso personal en una tarjeta, describiendo una acción concreta que van a emprender para fortalecer su red de apoyo en los próximos días o semanas.