Tabela 3

*Categorias, Subcategorias E Exemplos De Habilidades De Enfrentamento Obtidas Nas Entrevistas Grupais*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Categoria** | **Subcategorias** | **Exemplo de conteúdo** |
| 1 Habilidades de enfrentamento assertivas e planos para situações de risco | 1.1Contexto (locais e amizades) | “eu troquei de bairro(...)troquei meu circulo de amizades, eu troquei tudo praticamente na minha vida eu só continuava com a minha família e com a minha ex mulher né” (A.26.M) |
| 1.2Recusa | “ a gente as vezes muito se deixa levar por amizades, a não vou dizer um não, não quero ser grosseiro, a pessoa esta insistindo as vezes tu acaba fazendo a vontade entendeu, e não porque tu quer (...), o não convicto, porque eu já tive experiência com pessoas de vir oferecer e eu dizer não” (I.52.M) |
| 1.3Atividades substitutivas | “Troca de prazeres.(...) Pratica skate, esporte” (E.38.M)  “Continuava fazendo faxina...Começava a ouvir música, me distrair (...)Eu entrava na internet também pra procurar alguma coisa, me distrair... conversava com outras pessoas que não usavam droga” (B.21.F) |
| 2 Expressão de sentimentos | 2.1 Busca de conselhos e apoio | “naquela situação de grupo, trabalho, casa, grupo, trabalho, casa. (...) ligava para o meu padrinho, eu ia na fazenda, eu ia na triagem, eu fazia bastantes coisas voltadas a fazenda assim, voltado ao meu tratamento, (...) a minha maior estratégia de enfrentamento assim, habilidade de enfrentamento era mesmo a Fazenda,” (A.26.M) |
| 2.2Pedido de socorro | “tu falando pra minha mãe que to fissurado com vontade de usar droga, minha mãe tem um troço, minha mãe já se descontrola na hora. (...) é o jeito de chegar né e como falar né, falar que não ta legal” (L.20.M)  “eu cheguei a ponto de pedir para minha mãe me internar” (J.33.F) |
| 3Autocontrole emocional | * 1. Espiritualidade | “Uma estratégia que eu uso é falar com Deus, (...)mais importante de todos os três que eu citei é o poder superior, é só ele que pode me ajudar, quando eu preciso vou consultar nele, é só ele que pode me ajudar a verdade” (A.40.M) |
| 3.2Manejo de pensamentos | “Eu evito de pensar, mas se eu penso, se eu começo, eu já tiro aquilo ali da cabeça, já penso que eu tenho o meu filho, que agora não dá mais, que não é mais o momento... Deu, chega! E passa. (...)Eu entrava na internet e via tudo de ruim que a droga fazia” (B.20.F) |
| 3.3Emoções | “controlar quando eu to eufórico, quando eu to pra baixo, buscar o conhecimento entendeu. (...)É, até porque o equilíbrio é a chave do sucesso, e a impulsividade é a chave do fracasso, e eu sou impulsivo entendeu, quando eu to pra baixo eu tenho que manter o equilíbrio” (E.38.M) |
| **4**  Estratégias de não-enfrentamento |  | “Eu pedi remédio pra dormir pra não usar” (C.34.F)  “eu evito falar sobre crack, eu evito reportagem de jornal sobre crack, evito ler uma revista, uma tese sobre crack (...) se eu tiver dinheiro no bolso eu entrego o dinheiro” (...) então tem alguns mecanismos que eu uso, o que me acontece muito seguidamente com determinado tempo vou relaxando (...) Ai recaio de novo“(F.49.M) |