



Foro Comunitario – Prevención del Uso del Alcohol entre los Menores de Edad

Marzo 2010

Guía de Facilitación

Tema: Comunicación entre Padres e Hijos

	Actividad	Tiempo Limite
1.	Presentaciones	1 minuto
2.	<p>Introducción del Tema – Presentar Estadísticas</p> <p>Algunos estudios indican que la comunicación abierta entre los padres e hijos adolescentes puede prevenir el uso de sustancias entre jóvenes. Una investigación reciente del Partnership for a Drug Free America demostró que los padres son la influencia mas poderosa en la vida de sus hijos – ¡mucho mas que sus amigos, música, televisión, súper estrellas y los medios de comunicación! Su investigación demuestra que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los niños que consistentemente aprenden los riesgos de drogas de sus padres, tienen el 50% menos de probabilidad de usar las drogas y el alcohol que niños que no aprendan esto de sus padres. • Solo el 30% de los adolescentes reportan aprender mucho de sus padres acerca de los riesgos de drogas y alcohol. 	1 minuto
3.	<p>Actividad de “Pensar/Hablar/Sentir”</p> <p>Este ejercicio te preparará para hablar más abiertamente con tus padres o tus hijos acerca del consumo de alcohol y te ayudará a prepararte para su reacción a tus ideas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escribe lo que pensarías, hablarías y sentirías mientras tengas una conversación con tu hijo o tus padres acerca del consumo de alcohol entre los menores de edad. Después, escribe lo que imagines que tu hijo o tus padres pensarían, hablarían y sentirían. 	3 minutos
4.	<p>Hablemos</p> <p>Invita a los participantes a compartir lo que han escrito.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las dificultades que anticipas? • ¿Cómo puedes tener una conversación más cómoda? <p>La comunicación exitosa, cómoda y frecuente ocurre cuando hay:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Oportunidad...¡hagan tiempo el uno para el otro! ¿Tienen ideas para crear más oportunidades de hablar en su familia? Sugerencia: Fíjense una hora específica para hablar cada día . ✓ Establecer entendimiento mutuo... ¿Qué puedes hacer para conocer mejor a tus padres o a tu hijo? Sugerencia: Preguntar sobre las actividades de tu hijo puede ayudar a empezar la conversación. ✓ Confianza...¿Cuáles son algunas maneras de aumentar la confianza en tu relación con tu hijo o tus padres? <p>*Consejo: Cuando hablen de las drogas y el alcohol, comiencen con los hechos/temas que los lleven a un dialogo significativo. Evite los juicios y el uso de lenguaje acusatorio.</p>	4 minutos
5.	<p>Para Terminar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anima a los participantes a compartir lo que han escrito con sus padres o su hijo(s). • Menciona las páginas del Internet incluidas en la guía familiar de SAMHSA (Start Talking Before They Start Drinking) para buscar ideas sobre como mantener la comunicación abierta en su familia. 	1 minuto