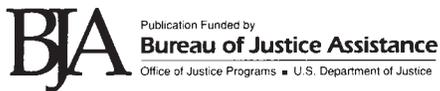




Para todos los padres

Conversación con su niño o adolescente



Cuando los padres leen información sobre cómo pueden prevenir que sus niños consuman drogas, se involucren con una pandilla y participen en otros tipos de comportamientos peligrosos, uno de los mejores consejos es que hablen con sus niños. Pero, ¿cómo exactamente puede los padres tener conversaciones productivas con sus niños y saber que sus niños están realmente escuchando? Las siguientes estrategias los ayudarán a comunicarse de manera más efectiva con su niño o adolescente.

Comprender a su niño o niña

Todos, independientemente de la edad, desean ser tratados con respeto. Los adultos pueden sentirse inclinados a descartar los puntos de vista de los niños y de los adolescentes debido a su edad. Sin embargo, los jóvenes tienen pensamientos válidos, sentimientos y experiencias de la vida, tal como los adultos. Y, tal como los adultos, desean ser escuchados y valorados cuando comparten esos pensamientos, sentimientos y experiencias. Los jóvenes están más inclinados a escuchar y entender sus ideas si los adultos escuchan y entienden las suyas.

Lo que usted puede hacer

- Encuentre tiempo para conversar, a pesar de que la escuela, el trabajo, las tareas, los mandados, los deportes y otras actividades ocupan una gran porción del día de su niño o niña. Trate de hablar unos cuantos minutos todos los días para hablar con su niño. Puede ser cuando cenar, mientras conduce a su niño a las prácticas de algún deporte o mientras esperan el ómnibus escolar. Usted puede pedir a su niño que elija una actividad para realizarla juntos y luego usar ese tiempo como una oportunidad para hablar.

- Hable frecuentemente sobre cómo mantenerse seguro. No piense que debido a que le ha hablado a su niño o niña una vez sobre las drogas o la violencia no necesita hablar de estos temas nuevamente. Su niño necesita escuchar un mensaje consistente de su parte en numerosas ocasiones para entender y practicar comportamientos seguros.
- Use momentos apropiados de aprendizaje para empezar conversaciones. Un momento apropiado de aprendizaje es una experiencia que puede resultar en una conversación seria. Por ejemplo, si un personaje de un programa de televisión se involucra con una pandilla, hable con su niño o niña sobre las pandillas en la comunidad. Si su niño escucha noticias sobre violencia con armas de fuego, háblele sobre los peligros de las armas de fuego. Si pasa cerca de un cartel mostrando un anuncio sobre el alcohol, hable sobre la bebida en el caso de los menores de edad.
- Formule preguntas abiertas a su niño o niña. El formular preguntas involucra a su niño o niña en la conversación y ayuda a evitar que usted dé un discurso. Pregúntele a su niño lo que sabe sobre un tema en particular, lo que piensa sobre el tema y lo que su niño piensa que otros creen.
- Dé valor a los pensamientos, sentimientos y opiniones de su niño o niña. Demuéstrele que está escuchándolo al mirarlo, asintiendo con la cabeza y recapitulando lo que oye que su niño le dice. No interrumpa ni le diga a su niño que sus ideas son tontas.
- Entérese de temas y admita lo que no sabe. Antes de hablar con su niño o niña sobre drogas, pandillas o violencia, averigüe más sobre estos temas. Sitios Web como www.mcgruff.org, tienen información sobre varios temas difíciles. Saber sobre el tema le ayudará a sentirse seguro.

cuando hable con su niño y lo preparará para responder a las preguntas que éste le formule. Si su niño le formula una pregunta a la que usted no puede responder, sea honesto e invítelo a ayudarlo a encontrar la respuesta. Resista cualquier deseo de inventar las respuestas.

- Use lenguaje y mensajes apropiados para la edad de su niño o niña. Para hablar a su niño menor sobre la intimidación, necesitará hablar acerca de cómo los niños molestan a los otros

niños, y cómo debe tratarse a los amigos. Puede hablar a su adolescente acerca de cómo la intimidación puede ser una forma de hostigamiento.

- Comience temprano. Su niño o niña puede estar más dispuesto a hablarle sobre estos temas en la adolescencia si se torna en una costumbre cuando su niño es pequeño.

Para obtener más información, visite www.ncpc.org.



1000 Connecticut Avenue, NW
Thirteenth Floor
Washington, DC 20036-5325

202-466-6272
Fax 202-296-1356
www.ncpc.org