

CÓMO COMENZAR UNA CONVERSACIÓN SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL POR MENORES DE EDAD

Cosas en qué pensar cuando hable sobre el consumo de alcohol por menores de edad.

- ✓ **Haga preguntas abiertas** y trate de no interrumpir demasiado. Escuche con atención lo que sus hijos tienen que decir. Esto puede ayudarle a entender mejor lo que piensan sobre el consumo de bebidas alcohólicas en general, en lugar de limitar la discusión a "¿Tomas?" Tal vez, lo más importante, es que sepan que usted está ahí para escuchar, ahora y en el futuro, o cuando realmente haya un problema.
- ✓ **Aproveche todo tipo de situaciones.** Cuando haya un comercial, un programa de televisión, un ejemplo de la vida real de alguien que su hijo conoce, una persona borracha en público o cualquier otra oportunidad para hablar sobre el consumo de alcohol por menores de edad. Aprovéchela.
- ✓ **Utilice mensajes apropiados para la edad.** Nunca es demasiado pronto para hablar con sus hijos sobre el consumo de alcohol por menores de edad, y no se detenga. Solo dese cuenta de que los diferentes tipos de mensaje serán más eficaces en función de las edades de sus hijos. (Decir no nunca es suficiente).

10-12 *Niños más pequeños, los preadolescentes son, por lo general más curiosos acerca del alcohol, y este es el mejor momento para tener una conversación honesta sobre lo que es el alcohol y sus peligros.*

AÑOS DE EDAD

13-17 *Una vez que los niños se convierten en adolescentes, la curiosidad se puede transformar en querer ir más allá de los límites. "¿Por qué no puedo?". Ellos saben lo que es el alcohol y ahora necesitan saber por qué no deben usarlo, aún cuando muchos de sus amigos lo hacen.*

AÑOS DE EDAD

18-20 *Para cuando llega el momento de ir a la universidad, lamentablemente el consumo de bebidas alcohólicas por menores de edad está muy presente en sus vidas y en su cultura. Enfóquese en las implicaciones que sus acciones pueden tener en cosas como futuras oportunidades de empleo.*

AÑOS DE EDAD

Tenga en cuenta que lo mismo no funciona igual para todos al momento de hablar con sus hijos sobre el consumo de alcohol. Cuanto más hable con sus hijos, y cuanto más usted realmente llegue a conocerlos, más fácil será evaluar lo que necesitan oír.

INICIE LA CONVERSACIÓN



EVITE QUE LOS MENORES DE EDAD CONSUMAN ALCOHOL.

Qué decir sobre el consumo de alcohol por menores de edad.

Aproveche todas las oportunidades para participar, escuchar y hacer que sus reglas estén claras.

Relaciónelo con lo que está sucediendo en la escuela.

“¿Ustedes hablan de alcohol en la escuela?”.

“¿Alguna vez has visto a alguien de tu escuela borracho?”

Cuente algo de su propia vida, y reconozca las consecuencias.

“¿Te conté alguna vez sobre...”.

“¿Te dije alguna vez sobre mi amigo...”.

“Cuando yo era adolescente, algunos muchachos tenían un carnet de identidad falso. ¿Alguna vez has visto alguno?”

Comparta los hechos. Demuestre que le importa lo suficiente como para haber averiguado sobre el tema.

“He leído que x de cada 10 niños de tu edad están tomando bebidas alcohólicas. Yo sé que puede que no seas tú, pero es probable que esté sucediendo con tus amigos y personas que conoces. ¿Quieres hablar de esto?”

“¿Sabes que solo se necesita consumir x de alcohol para que no estés en condiciones de conducir?”

Demuestre su disposición para hablar, cuando hay un problema y cuando no lo hay.

“¿Tienes amigos que están en problemas? ¿O quizás necesitan alguna ayuda? Me importa mucho tu salud, tu seguridad y la de tus amigos y quiero que sepas que siempre pueden venir a mí”.

“¿Alguno de tus amigos te está presionando para que te unas a ellos?”

Felicite su buen juicio y refuerce todas las cosas positivas que hacen.

“Gracias por ser un buen amigo de _____. Ellos necesitan saber que no está de moda el tomar alcohol. Tú eres un buen modelo a seguir y estoy orgulloso de ti”.

Pregunte sobre una fiesta o evento. Averigüe lo que están haciendo. Asegúrese que ellos sepan lo que usted espera de ellos.

“¿Vas a la fiesta de tu amigo este fin de semana? Vamos a hablar de lo que debes tener en cuenta”.

“¿Te divertiste en la fiesta? ¿Qué hicieron?”

Comente sobre un comercial o un programa de televisión.

“¿Hoy en día los muchachos toman así?”.

“¿Por qué crees que los muchachos beben alcohol?”

Converse sobre las últimas noticias locales. Utilice ejemplos verdaderos para explicar los peligros y las consecuencias.

“¿Oye, escuché sobre... ¿Qué opinas de eso?”.

“¿Escuchaste sobre lo que le pasó a... ?”.

“El hijo de mi compañero de trabajo ...”

INICIE LA CONVERSACIÓN



EVITE QUE LOS MENORES DE EDAD CONSUMAN ALCOHOL.