

## Elegir buenos amigos y las actividades de seguimiento



- **Control es una parte importante de la disminución del uso A.T.O.D. (Alcohol, Tabaco y otras drogas)**
- **Ayuda a identificar a los niños, elegir, y convertirse en buenos amigos**
- **Plan de diversión, sin alcohol, actividades con los amigos**

### METAS DE FAMILIA:

1. Discutir folleto "¿Qué hace un buen amigo" y la forma de ayudar a los amigos y mantenerse fuera de problemas.
2. Discutir y jugar el rol las habilidades de amistad.
3. Conozca a los amigos de los niños y sus padres.

Un recurso compartido) sin A.T.O.D. normas con otros padres.

b) Plan de diversión, sin A.T.O.D. las actividades para los niños.

c) Discutir la manera de monitorear a los niños para garantizar que permanezcan en un entorno social libre de alcohol.

### DIVERSIÓN FAMILIAR:

Invitamos a los padres de los amigos de sus hijos a una multi-reunión de las familias y discutir ideas para la diversión libre de alcohol.



# Evalúa el Riesgo del Uso de A.T.O.D. a Sus Hijos

Evalúa el riesgo de usar el Alcohol, Tabaco u Otras Drogas.

Si sus hijos usan A.T.O.D. depende en los factores de la vida que les protegen o les ponen en riesgo. Evalúa “Factores de Riesgo y Protección” para cada niño y escriba el número de los riesgos que encuentre. Crea un “Plan de Acción” para reducir los riesgos y aumentar las protecciones. Revise “Estrategias Protectivas de Familia” para encontrar ideas.

<b>PROTEGE SU HIJO:</b>	<b>PONE SU HIJO A RIESGO:</b>	<b>EVALUACIÓN DE SU HIJO:</b>	
		<b>NOMBRE:</b>	<b>CANTIDAD DE RIESGOS:</b>
<b>PERSONAL:</b> 1) Destrezas sociales de respetar la autoridad 2) Autocontrol; puede demorar la gratificación 3) Oportunidad de participación positiva 4) Sentido personal positivo 5) Creencias prosociales, normas y valores	<b>PERSONAL:</b> 1) Temperamento difícil desde los 2 a 3 años 2) Impulsivo; hiperactivo, ansioso 3) Busca la emoción; toma riesgos 4) Autoestima baja o depresión 5) Actitudes favorables al uso de A.T.O.D.		
<b>FAMILIA:</b> 6) Enlazos de padre-hijo fuertes 7) Hogar funcional, bien organizado 8) Disciplina constante y suave 9) Reglas claras contra el uso A.T.O.D. 10) Seguimiento de sus actividades y amigos 11) Altas expectativas; padres involucrados 12) Padres dan un buen ejemplo del A.T.O.D.	<b>FAMILIA:</b> 6) Falta del amor y cuidado; desatender 7) Hogar caótico; falta de control 8) Disciplina severa 9) Conflictos hostiles de padre-niño 10) Falta de seguimiento de padres 11) Madre joven 12) Padre que abusa A.T.O.D.		
<b>COMPAÑEROS:</b> 13) Compañeros desaprueban el uso A.T.O.D. 14) Oportunidades sociales positivas 15) Habilidades sociales bien desarrolladas	<b>COMPAÑEROS:</b> 13) Compañeros que usan o aprueban el uso de A.T.O.D. 14) Rechazo por compañeros 15) Habilidades sociales malas		
<b>ESCUELA:</b> 16) Asistencia escolar y éxito 17) Participación en actividades escolares 18) Apoyo de maestros y el personal	<b>ESCUELA:</b> 16) Mal desempeño escolar 17) Conducta agresiva en clase 18) Poco compromiso a la escuela		
<b>COMUNIDAD:</b> 19) Oportunidades de participar 20) Quitar la accesibilidad a A.T.O.D. 21) Buenos enlaces con organizaciones religiosas	<b>COMUNIDAD:</b> 19) Mudanza frecuente/cambio de escuela 20) Facilidad de acceso a A.T.O.D. 21) Pobreza		

## PLAN DE ACCIÓN PARA PROTEGER A MIS HIJOS DE LA ADICCIÓN:

NIÑO: COSAS QUE PUEDO HACER PARA REDUCIR LOS RIESGOS Y AUMENTAR LAS PROTECCIONES


# **Las 5 Frases que te mantienen inteligentes y protegidos**

Maneras de decir “no” y aun mantener tus amigos

---

Ante la presión de tus amigos de hacer algo que no quieres, o sabes que es dañino, puede ser difícil decir “no.” Practica usar las 5 frases para que te ayuden a decir “no” en una manera firme y aun mantener a tus amigos. Te alegrarás de haberlo hecho.

## ***Las 5 Frases***

**1- Precaución – Haz preguntas**

**2- Cálmate – Nombra el comportamiento y di “no”**

**3- Cambia el plan – Sugiere una idea mejor**

**4- Nos vemos más tarde – márchate si es necesario**

**5- Llámame – Llámame si cambias de opinión**