



4.7 FAMILIA ¡CONEXIÓN!

PARA LOS FAMILIARES:

Su adolescente está aprendiendo cómo defenderse de la presión para usar drogas. En clase hemos practicado cómo abordar la presión interna para encajar y caerles bien a los demás y defender lo que sabemos que es lo correcto a través de respuestas firmes a situaciones de presión que incluyen drogas y alcohol. Tómese un tiempo para ensayar respuestas firmes con su adolescente para que él o ella tenga las herramientas cuando se enfrente a la presión de un grupo para escoger una opción no saludable.

¡Con firmeza!

FIRMEZA ANTE LA PRESIÓN PARA USAR DROGAS

RECUERDA

- tener en claro dentro de ti qué es lo correcto.
- hablar de manera clara y firme.
- pararte derecho y mantener el contacto visual.
- usar una respuesta adecuada.

¡HAGÁMOSLO!

Ensayá con tu familia algunas respuestas firmes que puedes usar cuando te enfrentes a presión de un grupo para escoger una opción no saludable. Haz que algún adulto represente el rol de alguien que te presiona y tú respondes con conductas firmes verbales y no verbales.

Después de trabajar con tu familiar, responde las siguientes preguntas:

¿Qué consejos nuevos te dieron tus familiares para responder con firmeza ante la presión del grupo?

¿En qué formas ensayar respuestas firmes a situaciones en las que puedes encontrar presión del grupo puede darte seguridad?

¿En qué formas responder con firmeza a la presión del grupo te ayuda a “plantarle, pararte firme y dejar en claro quién eres”?

¿Cuáles son algunas “porras” que usarás para ayudarte a ser firme?