



Conversaciones con Jovenes

Házte estas preguntas antes de comenzar una conversación con tu hijo.

Diálogo	¿Estoy participando activamente e la conversación?	¿Lo está mi hijo?
Establecer	¿Estoy cómodo con la conversación?	¿Lo está mi hijo?
Escoja el momento	¿Necesito un momento para calmarme?	¿Lo necesita mi hijo?

Enfoques generales

Evita juzgar.

"Oh, ya veo"

"¿Que piensas de eso?"

Reconoce los sentimientos de tu hijo.

"Parece que fue una experiencia dolorosa".

"¿Fue difícil para ti?"

"Entiendo que te gustaría _____."

Deja de lado tus propias expectativas.

"¿Cómo te gustaría resolver esta situación?"

"¿Cuál será tu próximo paso?"

"¿Qué crees que sería lo mejor que puedes hacer?"

"Había asumido _____, pero estoy abierto a otras ideas".

concéntrate en lo positivo.

"Estoy tan contenta de que _____"

"Espero que puedas ver _____".

"¿De qué estás más orgulloso?"

Sé directo.

"Estoy decepcionado por tus acciones. No pensé que esto podría pasar".

"Tengo miedo por tu seguridad y también quiero que me muestres cómo puedes asumir la responsabilidad".

Haga preguntas abiertas.

"¿Cómo te sientes sobre eso?"

"¿Qué esta pasando?"

