

HABILIDADES DE DESARROLLO

En Search Institute® han identificado los siguientes componentes básicos para garantizar un desarrollo saludable, conocidos como Developmental Assets®. Estos ayudan a los (las) jóvenes a crecer con salud, solidaridad y responsabilidad. Cuando los (las) jóvenes tienen más elementos, es más probable que progresen ahora y en el futuro.

MOTIVACIÓN PARA EL LOGRO

SU HIJO(A) ADOLESCENTE ESTÁ MOTIVADO(A) PARA DESEMPEÑARSE BIEN EN LA ESCUELA.

ACTIVIDADES CREATIVAS

SU HIJO(A) ADOLESCENTE PARTICIPA TRES O MÁS HORAS POR SEMANA EN MÚSICA, TEATRO U OTRAS ARTES.



COSAS QUE HAY QUE EVITAR DECIRLE A SU HIJO(A) ADOLESCENTE

"TENDRÍAS QUE HABERLO HECHO MEJOR"

DECIRLE A SU HIJO(A) ADOLESCENTE QUE TENDRÍA QUE HABERLO HECHO MEJOR PUEDE DAR LUGAR A QUE SE SIENTA QUE NO ES LO SUFICIENTEMENTE BUENO(A). ES MEJOR ENVIAR UN MENSAJE DE AMOR INCONDICIONAL Y DE QUE SABE QUE SU HIJO(A) ADOLESCENTE HIZO LO MEJOR QUE PUDO.

Mes de concientización sobre el alcohol

ABRIL ES EL MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL ALCOHOL, LO CUAL SIGNIFICA QUE ES UN BUEN MOMENTO PARA HABLAR CON SU HIJO(A) ADOLESCENTE ACERCA DEL RIESGO QUE IMPLICA BEBER SIENDO MENOR DE EDAD.

CONSEJOS PARA LA CHARLA:

- Hable con claridad para que su hijo(a) adolescente sepa que está hablando en serio y que se preocupa
- Escuche sus respuestas sin juzgar
- Con el baile de graduación y la graduación acercándose, asegúrese de hablar acerca de los riesgos de conducir ebrio y otros riesgos que aparecen al estar bajo la influencia del alcohol



Puede que piense "Mi hijo(a) adolescente va a beber sin importar nada y prefiero que beba bajo mi supervisión". Esto podría disminuir el riesgo de accidentes que ocurren por conducir ebrio, pero no disminuye el riesgo del daño que el alcohol puede ocasionar en el cerebro adolescente en desarrollo.

DATOS DE LA ENCUESTA KIP

La encuesta Incentivos para la Prevención de Kentucky (KIP) es una encuesta semestral que hacen la mayoría de los estudiantes de 6.º, 8.º, 10.º y 12.º en las escuelas públicas de Kentucky (no participan todos los distritos escolares). Estos resultados son de la encuesta de 2018.

16%

DE LOS ESTUDIANTES DE 10.º GRADO HAN SIDO ACOSADOS POR MENSAJE DE TEXTO, REDES SOCIALES O SITIOS WEB EL AÑO PASADO.

EL CIBERACOSO PUEDE SER IGUAL DE DAÑINO QUE EL ACOSO FÍSICO. ALGUNOS SIGNOS DE QUE SU HIJO(A) ADOLESCENTE PODRÍA ESTAR SIENDO ACOSADO(A) EN LÍNEA SON LOS SIGUIENTES:



- Repentinamente dejan de usar la computadora o el teléfono con la frecuencia habitual.
- No quieren usar su computadora o teléfono donde usted pueda verlo(a).
- No quiere ir a la escuela o parece inquieto acerca de acudir.



CERDO ASADO CON AJO (RECETA DE COCCIÓN LENTA)



INGREDIENTES

- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1 cerdo (2 libras) asado deshuesado
- sal y pimienta para condimentar
- 4 batatas
- 1 cebollas en cuartos, cortada
- 6 dientes de ajo
- 1 (14.5 onzas) caldo de pollo

INSTRUCCIONES

1. Calentar el aceite en una sartén grande y pesada. Condimentar la carne con sal y pimienta, y dorar en el aceite.
2. En una olla de cocción lenta, colocar las batatas, la cebolla y el ajo en capas. Colocar la carne dorada sobre los vegetales, y verter el caldo de pollo.
3. Tapar y cocinar a fuego lento durante 6 horas.

INICIADORES DE CONVERSACIÓN

- ¿A QUIÉN ADMIRAS MÁS EN LA VIDA Y QUÉ RASGOS TE GUSTAN MÁS DE ESA PERSONA?
- ¿CUÁL ES TU RECUERDO FAVORITO DE NOSOTROS?
- ¿QUÉ ES LO PRIMERO EN TU LISTA DE COSAS POR HACER ANTES DE MORIR?
- ¿CUÁL ERA TU LIBRO FAVORITO CUANDO ERAS NIÑO(A)? ¿CUÁL ES AHORA?



thedinnertableproject.org



KENTUCKY
REGIONAL
PREVENTION
CENTERS