

# GOALS FOR CONVERSATIONS WITH CHILDREN AND TEENS ABOUT ALCOHOL AND DRUGS



Talk about it, then talk some more. You do not have to accomplish every goal in one conversation. Plan to have frequent and short conversations to encourage an open and honest discussion about the risks of alcohol and drug use.

- 1. Keep having conversations about alcohol and drug use.** Frequent, short conversations can be casual and open the lines of communication for future questions or concerns. Don't worry about repeating yourself – you are reinforcing positive messages.
- 2. Show you disapprove of underage drinking and other drug misuse.** During your conversations, discuss your concerns about underage alcohol and drug misuse by giving them real facts about the risks.<sup>1,2</sup>
- 3. Show you care about your child's health, wellness, and success.** Kids are more likely to listen when they know you're on their side. Reinforce the reason why you don't want your child to drink or use other drugs—because it would stand in the way of them becoming their best self.<sup>2</sup>
- 4. Show you're a good source of information about alcohol and other drugs.** You can be a trustworthy and reliable source of information about alcohol and drugs. Sharing information about the risks, your personal experiences, your family's history, or real-world examples of alcohol and drug use can equip kids to make informed decisions.<sup>2,3</sup> Stay factual and realistic about risks --kids will likely reject scare tactics and exaggerations.
- 5. Show you're paying attention and discourage risky behaviors.** It is important that your child knows that you are aware of her activities and friends. Kids are more likely to take risks if they think no one will notice.<sup>2</sup>
- 6. Build your child's skills and strategies for avoiding underage drinking and drug use.** Use conversations to brainstorm refusal strategies that your child can comfortably use to resist peer pressure.<sup>2,3</sup>

To learn more about setting goals, starting conversations, and refusal skills, check out:

**SAMHSA Talk, They Hear You** at [www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals](http://www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals)

**Partnership to End Addiction Marijuana Talk Kit** at [drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana\\_Talk\\_Kit.pdf](http://drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana_Talk_Kit.pdf)

**New York State Office of Addiction Services and Supports Conversation Starters** at [oasas.ny.gov/system/files/documents/2020/04/conversation\\_starters.pdf](http://oasas.ny.gov/system/files/documents/2020/04/conversation_starters.pdf)

**Power to the Parent Empowering Your Teen with Refusal Skills** at [powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/](http://powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/)



Visit [ossiningctc.org/GUSU](http://ossiningctc.org/GUSU) for additional resources on starting the conversation.



<sup>1</sup> Partnership to End Addiction. (2017). Marijuana Talk Kit. Retrieved from [drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana\\_Talk\\_Kit.pdf](http://drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana_Talk_Kit.pdf)

<sup>2</sup> SAMHSA. (2021). 5 Conversation Goals. Talk, They Hear You. Retrieved from [www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals](http://www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals)

<sup>3</sup> Power To The Parent;. (2021). Empowering your teen with refusal skills Retrieved from [powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/](http://powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/)

# OBJETIVOS DE LAS CONVERSACIONES CON NIÑOS Y ADOLESCENTES SOBRE EL ALCOHOL Y LAS DROGAS

LOS ADULTOS Se Presentan

Hable sobre ello, luego hable un poco más. No es necesario que logres todos los objetivos en una conversación. Planifique tener conversaciones breves y frecuentes para fomentar una discusión abierta y honesta sobre los riesgos del consumo de alcohol y drogas.

- 1. Continúe teniendo conversaciones sobre el consumo de alcohol y drogas.** Las conversaciones breves y frecuentes pueden ser casuales y abrir las líneas de comunicación para futuras preguntas o inquietudes. No se preocupe si repites algo, estás reforzando los mensajes positivos.
- 2. Muestre que desapruebas el consumo de alcohol para menores de edad y el uso indebido de otras drogas.** Durante sus conversaciones, hable sobre sus preocupaciones sobre el abuso de alcohol y drogas entre los menores de edad dándoles datos reales sobre los riesgos.<sup>1</sup>
- 3. Muestre que se preocupa por la salud, el bienestar y el éxito de su hijo/a.** Es más probable que los niños escuchen cuando saben que usted está de su lado. Refuerce la razón por la que no quiere que su hijo/a beba o consuma otras drogas (porque obstaculizaría llegar a ser lo mejor de sí mismo).<sup>2</sup>
- 4. Muestre que usted es una buena fuente de información sobre el alcohol y otras drogas.** Puede ser una fuente de información confiable y fidedigna sobre el alcohol y las drogas. Compartir información sobre los riesgos, sus experiencias personales, la historia de su familia o ejemplos reales de consumo de alcohol y drogas puede preparar a los niños para tomar decisiones informadas.<sup>2,3</sup> Cite hechos y sea realista acerca de los riesgos --- los niños probablemente rechazarán las tácticas de miedo y las exageraciones.
- 5. Muestre que está prestando atención y que desalienta las conductas arriesgadas.** Es importante que su hijo/a sepa que usted está al tanto de sus actividades y amigos. Es más probable que los niños se arriesguen si creen que nadie se dará cuenta.<sup>2</sup>
- 6. Desarrolle las habilidades y estrategias de su hijo/a para evitar el consumo de alcohol y drogas por parte de menores de edad.** Use conversaciones para pensar en estrategias de rechazo que su hijo/a pueda usar cómodamente para resistir la presión de sus compañeros.<sup>2,3</sup>

Para obtener más información sobre cómo establecer metas, iniciar conversaciones, y estrategias de rechazo, consulte a:

**SAMHSA Hable Ellos lo Escuchan** en [www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals](http://www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals)

**Asociación para acabar con la adicción a la marihuana, kit de conversación** en [drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana\\_Talk\\_Kit.pdf](http://drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana_Talk_Kit.pdf)

**Iniciadores de conversación de la Oficina de Servicios y Apoyo para la Adicción del Estado de Nueva York** en [oasas.ny.gov/system/files/documents/2020/04/conversation\\_starters.pdf](http://oasas.ny.gov/system/files/documents/2020/04/conversation_starters.pdf)

**Empoderar a su adolescente con habilidades de rechazo.** Obtenido de [powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/](http://powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/)



Visite [ossiningctc.org/GUSU](http://ossiningctc.org/GUSU) para obtener recursos adicionales sobre cómo iniciar la conversación.



<sup>1</sup> Partnership to End Addiction. (2017). Marijuana Talk Kit. Retrieved from [drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana\\_Talk\\_Kit.pdf](http://drugfree.org/wp-content/uploads/2017/02/Marijuana_Talk_Kit.pdf)

<sup>2</sup> SAMHSA. (2021). 5 Conversation Goals. Talk, They Hear You. Retrieved from [www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals](http://www.samhsa.gov/talk-they-hear-you/parent-resources/five-conversation-goals)

<sup>3</sup> Power To The Parent. (2021). Empowering your teen with refusal skills Retrieved from [powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/](http://powertotheparent.org/parenting/empowering-your-teen-with-refusal-skills/)