



Temas de conversación para llevar en la mochila

para niños de jardín de infantes a
cuarto grado



Haga que las conversaciones con sus hijos pequeños, o de cualquier edad, sobre el consumo de alcohol, drogas, tabaco y cigarrillos electrónicos sean más fáciles. Recorte los siguientes iniciadores de conversación y guarde uno de ellos en la mochila o el almuerzo de su hijo varias veces a la semana. Luego, busque el momento indicado para hablar sobre cualquiera de los temas de los iniciadores de conversación. No todos son sobre drogas o alcohol. La idea es que pueda tener conversaciones cortas y frecuentes con sus hijos de manera fácil y cómoda.



**Si pudieras elegir un superpoder,
¿cuál sería? ¿Por qué?**



**¿Qué sabes sobre el alcohol o las
drogas?**



**¿Cuáles fueron tus vacaciones
familiares favoritas?**



**¿Crees que está bien tomar los
medicamentos que ves en el botiquín
de tus padres?**



**Si pudieras viajar a cualquier lugar,
¿a dónde irías?**



**¿Por qué crees que las personas
consumen drogas o alcohol?**



**¿Qué es lo más interesante que te
sucedió hoy?**



**Si alguien te ofrece drogas o alcohol,
¿qué debes hacer?**



**Si pudieras crear el cuarto de tus
sueños, ¿cómo sería?**



**¿Cuáles son algunas de las maneras de decir
“no” si alguien te ofrece bebidas alcohólicas
o una pastilla que no debes tomar?**



¿Qué es lo más interesante que aprendiste este año en la escuela?



¿Alguna vez te has sentido asustado?



¿Qué talento tienes que te hace sentir orgulloso?



¿Alguna vez has sentido que nadie te escucha? ¿Cuándo?



Si pudieras cambiar una regla de tu familia, ¿cuál sería?



¿Cuál es el sueño más gracioso que has tenido?



¿Qué te preocupa?



Si pudieras crear una nueva festividad, ¿cuál sería?



Si pudieras ser un personaje de un libro o una película, ¿cuál sería?



¿Te parece desagradable el hábito de fumar o usar un cigarrillo electrónico? ¿Por qué crees que las personas lo hacen?



Si tuvieras un dinosaurio de mascota, ¿cómo lo llamarías?



¿En quiénes confías que pueden darte medicamentos?



¿Cuál es tu clima favorito?



¿Qué es lo que más te gusta de tu mejor amigo?



Si pudieras construir un robot para hacer una tarea del hogar, ¿cuál sería?



Si pudieras crear tu propio videojuego, ¿sobre qué sería?



Temas de conversación para llevar en la mochila para adolescentes de quinto a octavo grado



Haga que las conversaciones con sus hijos pequeños, o de cualquier edad, sobre el consumo de alcohol, drogas, tabaco y cigarrillos electrónicos sean más fáciles. Recorte los siguientes iniciadores de conversación y guarde uno de ellos en la mochila o el almuerzo de su hijo varias veces a la semana. Luego, busque el momento indicado para hablar sobre cualquiera de los temas de los iniciadores de conversación. No todos son sobre drogas o alcohol. La idea es que pueda tener conversaciones cortas y frecuentes con sus hijos de manera fácil y cómoda.



Si pudieras elegir un superpoder, ¿cuál sería? ¿Por qué?



¿Qué sabes sobre el alcohol o las drogas?



¿Qué es lo más interesante que aprendiste este año en la escuela?



¿Qué información y consejo sinceros puedo darte sobre el consumo de alcohol y drogas?



Si pudieras tener un vehículo (real o ficticio), ¿cuál sería?



¿Conoces alguna canción cuya letra se relacione con las drogas? ¿Qué piensas sobre ellas?



¿Cuándo te has sentido nervioso?



¿Alguna vez has visto a alguien ofreciendo drogas, alcohol o cigarrillos electrónicos en las redes sociales?



¿Cuál es la broma más graciosa que has escuchado últimamente?



¿Cómo podemos practicar decir “no” a la presión de grupo?

 ¿Cuál es la comida más deliciosa que se te ocurre?	 ¿Cuáles son algunas maneras saludables de enfrentar el estrés, la ansiedad o la presión de grupo en lugar de recurrir al consumo de alcohol, tabaco o drogas?
 ¿Qué es lo que más te gusta de tu mejor amigo?	 ¿Cuáles son tus metas o sueños para el futuro? ¿Cómo crees que las drogas o el alcohol pueden interferir con esos sueños?
 Si pudieras elegir cualquier trabajo del mundo, ¿cuál sería?	 ¿Alguna vez has sentido que nadie te escucha? ¿Cuándo?
 ¿Cuál es tu tradición familiar favorita?	 ¿Alguien en la escuela te han ofrecido drogas o alcohol?
 Si pudieras comer una sola comida por el resto de tu vida, ¿cuál sería?	 ¿Con qué adultos puedes hablar si alguna vez te sientes presionado con probar alguna droga, bebida alcohólica o cigarrillo electrónico?
 Si pudieras cambiar una regla de tu familia, ¿cuál sería?	 ¿Qué tipo de peligros o riesgos relacionados con las drogas o el alcohol conoces?
 ¿Qué lugar que no conozcas te encantaría visitar algún día?	 Si pudieras tener cualquier mascota, ¿cuál sería?
 ¿Qué es lo que más te gusta de tu familia?	 ¿Qué talento tienes que te hace sentir orgulloso?



Temas de conversación para llevar en la mochila

para adolescentes/adultos jóvenes de noveno a décimo segundo grado



Haga que las conversaciones con sus hijos pequeños, o de cualquier edad, sobre el consumo de alcohol, drogas, tabaco y cigarrillos electrónicos sean más fáciles. Recorte los siguientes iniciadores de conversación y guarde uno de ellos en la mochila o el almuerzo de su hijo varias veces a la semana. Luego, busque el momento indicado para hablar sobre cualquiera de los temas de los iniciadores de conversación. No todos son sobre drogas o alcohol. La idea es que pueda tener conversaciones cortas y frecuentes con sus hijos de manera fácil y cómoda.



¿Cuál es tu tradición familiar favorita?



¿Qué señales indican que una persona puede estar consumiendo drogas o alcohol?



¿Qué es lo más interesante que aprendiste este año en la escuela?



¿Alguna vez has visto a alguien ofreciendo drogas, alcohol o cigarrillos electrónicos en las redes sociales?



¿Cuándo te has sentido nervioso, emocionado o asustado?



Imagina que han pasado 25 años y tienes un hijo de la misma edad que tienes ahora. ¿Qué le dirías sobre el consumo de alcohol y drogas?



¿Cuáles son algunas formas de relajarte?



¿Qué te da curiosidad con respecto a las drogas o el alcohol?



Si pudieras viajar en el tiempo para cambiar algo, ¿qué sería?



¿Crees que los adultos siempre toman buenas decisiones sobre el consumo de alcohol o drogas?



¿Hay algo que te estrese con lo que pueda ayudarte?



¿Sabes cuáles son los peligros de viajar en un automóvil cuyo conductor ha estado bebiendo?



Si pudieras cambiar una regla de tu familia, ¿cuál sería?



¿Qué te haría sentir más cómodo a la hora de hablar sobre el consumo de drogas y alcohol?



¿Alguna vez sentiste que nadie te escuchaba?



¿Cuáles son las señales que indican que alguien puede tener un problema de adicción?



¿Qué es lo mejor de tu edad?



¿Cuándo crees que las personas tienen edad suficiente como para tomar sus propias decisiones en cuanto al consumo de alcohol y drogas?



¿Qué habilidad te gustaría aprender en un futuro?



¿Qué sabes sobre los efectos que tiene el cigarrillo electrónico en la salud?



Si tuvieras una varita mágica, ¿qué cambiarías del mundo?



¿Sabes qué es la intoxicación por alcohol?



¿Qué talento tienes que te hace sentir orgulloso?



¿Con qué adultos puedes hablar si alguna vez te sientes presionado con probar alguna droga, bebida alcohólica o cigarrillo electrónico?



Si pudieras visitar un mundo de ficción, ¿cuál sería?



¿Conoces alguna canción cuya letra se relacione con las drogas? ¿Qué piensas sobre ellas?