

consistente, no estar cambiando de ideas ni estados de ánimo.

### **NO HAGA TRATOS QUE NO PODRÁ CUMPLIR.**

Si es consistente, en cualquier momento puede decir a sus hijos que dejen de decir que es injusto, si de todas maneras lo dicen será una mentira. Si desde un principio marca sus límites y sus objetivos en forma clara y precisa, sus hijos sabrán a que atenerse y que esperar de usted en cualquier momento.

Un buen consejo: Compórtese con tus hijos en la misma forma que quisiera que ellos se comportaran con usted.

### **HACER ALGUNAS COSAS O ACTIVIDADES JUNTOS**

Pasar el tiempo con sus hijos y hablar con ellos es muy importante, pero más importante es planear juntos las cosas o actividades que se pueden hacer en común.

No tienen que ser actividades especiales. Puede ser una simple salida al cine, o algún centro de diversión, o simplemente ver un programa de televisión juntos y poder comentarlo.

Es vital para los jóvenes tener algún interés propio que les ayude a estar alejados de las drogas. Ayúdeles a estar interesados en algo o en alguna actividad y habrá logrado un gran éxito.

### **SER AMIGO DE LOS AMIGOS DE SUS HIJOS**

Normalmente un joven que pudiera iniciarse en las drogas lo hace con el grupo de sus amigos o por lo menos con uno de ellos.

Los amigos pueden tener mucha influencia sobre lo que hacen sus compañeros. Su hijo se puede sentir bajo mucha presión enfrentándose sólo a sus amigos. Asegúrese de conocer y reunirse con los amigos de sus hijos, a pesar de que no sean los amigos que usted hubiera elegido para sí y mucho menos para sus hijos. Invítelos a su casa, permítales tener algún espacio dentro de su casa para que se puedan reunir, de esa manera siempre podrá tener alguna influencia sobre ellos y su hijo estará más protegido.

### **RECUERDE QUE SU HIJO ES ÚNICO...**

Todos los jóvenes son fuertes, y necesitan sentirse valorados por los demás, así ellos mismos se sienten

importantes.

Algunas veces sus aspectos más valiosos son difíciles de descubrir, pero existen en ellos. Todos tenemos nuestras riquezas.

Usted puede ayudar a su hijo a desarrollar todas esas capacidades que posee y convertirlas en fuente de alegrías para propios y extraños.

Cuando un joven siente que puede lograr algo y que se le está reconociendo, le está ayudando por ese simple hecho a aumentar su autoestima. De esta forma el joven se siente comprometido a hacer más y más cosas, a ser más y más responsable y al mismo tiempo está ayudándole a alejarse de la ocasión de consumir cualquier tipo de droga.

### **DÉLE SU EJEMPLO**

Tabaco, bebidas alcohólicas y medicamentos, son todas ellas sustancias que mucha gente utiliza. El uso indiscriminado de cualquiera de ellas puede causar problemas de dependencia.

Claro está que estas sustancias son legales, pero el uso que de ellas haga representa un ejemplo para sus hijos. Les mandas señales acerca de la forma que usted piensa y actúa frente a las drogas.

### **LO QUE NO DEBE MENCIONAR**

Existen algunas acciones que se deben evitar:

\* No se burle de sus hijos. Nadie reacciona correctamente ante la burla.

\* No les sermonee. Recuerde lo que se siente que alguien le de sermones.

\* No les atemorice con historias absurdas. No dan resultado. Para alguien que ha usado drogas o está metido en ellas y experimentado sus efectos se reirán de sus historietas.

### **DEMUÉSTRELE SU APOYO**

Su apoyo en toda circunstancia es de suma importancia, puede construir su relación con ellos y mostrarles que les quiere y se preocupa por ellos.

### **CONFÍE EN ELLOS**

Cuando un joven siente que se le tiene confianza le es más fácil soportar la presión externa. No trate de discutir por cualquier cosa, déle a su hijo toda su confianza.



**GABE**  
PUEBLA AUTO S.L.

---

Teléf.. 925 745 568  
Móvil: 625 325 694  
Avda. de Talavera, 11  
LA PUEBLA DE MONTALBÁN Fax: 925 776 630  
45516 Toledo talleresgabe@telefonica.net


**CERRAJERIA Y ALUMINIOS**



**CEREZO**

PUERTAS AUTOMÁTICAS

FERNANDO CEREZO DE ROMA  
C/. El Bosque, 13 - LA PUEBLA DE MONTALBÁN (Toledo)  
Tels.: 925 745 476 - 661 729 829



**E.S. NUESTRA SEÑORA DE LA PAZ**  
Hijos de Timoteo García Catalán

**HITIGARCA, S.L.**  
C/. Santa Lucía, s/nº  
Teléfono 925 75 07 58 - Fax: 925 751 056  
45516 LA PUEBLA DE MONTALBAN (Toledo)