

Hoja de Trabajo

Cosas que Hago Bien Como Padre/Tutor

Encierre con un círculo el número que indique cuán seguido usted hace las siguientes actividades con su hijo(a).

1. Esperar a manejar los problemas hasta que me haya tranquilizado.	1	2	3
2. Decir "Te quiero"	1	2	3
3. Ayudar a mi adolescente a entender cuales son las reglas.	1	2	3
4. Pasar tiempo divertido junto con familia.	1	2	3
5. Hacerle saber a mi adolescente cuales son consecuencias de romper una regla.	1	2	3
6. Dar un cumplido y premios especiales cuando mi adolescente sigue las reglas.	1	2	3
7. Cumplir con las consecuencias cada vez que él o ella rompen las reglas.	1	2	3
8. Dar abrazos.	1	2	3
9. Asistir a las conferencias en la escuela para padres de familia.	1	2	3
10. Ir a ver a mi adolescente en deportes, música u otras actividades.	1	2	3
11. Explicarle cuáles son sus quehaceres y cuando deben estar terminados.	1	2	3
12. Pasar tiempo especial a solas con mi adolescente.	1	2	3
13. Hacerle saber a mi adolescente las razones por las cuales tenemos las reglas.	1	2	3
14. Apoyar y entender a mi adolescente cuando está desilusionado(a).	1	2	3
15. Tener horarios regulares para las tareas.	1	2	3
16. Hacerle saber a mi adolescente que estoy orgulloso(a) cuando logra un objetivo.	1	2	3
17. Trabajar junto con mi adolescente para resolver problemas que hubiera en casa.	1	2	3
18. Tratar de ver las cosas desde el punto de vista de mi adolescente.	1	2	3
19. Hacerle saber a mi adolescente lo que espero acerca de la escuela, alcohol, fumar y uso de drogas.	1	2	3
20. Ayudar a mi adolescente a pensar cómo manejar situaciones difíciles con amigos o en la escuela.	1	2	3