



How Can Parents Talk to their Teens?

¿Cómo Pueden Hablar los Padres con sus Hijos Adolescentes?



February 2008 / Febrero 2008

Authors - Autores

Vincent Guilamo-Ramos, Ph.D., LCSW

Columbia University School of Social Work

Alida Bouris, MSW

Columbia University School of Social Work

“Parent-Adolescent Communication about Sex in Latino Families: A Guide for Practitioners”

“La Comunicación entre Padre y Adolescente sobre el Sexo en las Familias Latinas: Una Guía para Proveedores de Servicios”

Available on the Latino Initiative website

Disponible en la página Web de la Iniciativa Latina

www.teenpregnancy.org



Ten Tips - Diez Consejos

1. Be open. *Sea abierto.*
2. Be the expert. *Sea el experto.*
3. Be accessible. *Sea accesible.*
4. Be trusting. *Sea confiado.*
5. Stay calm. *Manténgase tranquilo.*
6. Ask open-ended questions. *Haga preguntas abiertas.*
7. Listen to your teen. *Escuche a sus hijos.*
8. Put yourself in your teen's shoes. *Póngase en el lugar de sus hijos.*
9. Appeal to common goals. *Apele a metas comunes.*
10. Show your interest. *Demuestre su interés.*

Be open.



Sea abierto.

Adolescents want their parents to talk to them in an open way. Teens appreciate parental honesty and want to hear about your own experiences with dating and relationships.

Los adolescentes quieren que sus padres hablen con ellos de manera abierta. Recuerde que los jóvenes aprecian la sinceridad de sus padres y quieren saber de sus propias experiencias acerca de relaciones de noviazgo.

Be the expert. Sea el experto.

Being an expert on your teen's life means talking with your teen and hearing their point of view. Even if you feel like you don't have all the answers, take the time to listen and to respond.



Ser experto en la vida de sus hijos significa hablar con ellos y escuchar su punto de vista. Aún si usted no piensa que tenga todas las respuestas, tome el tiempo para escuchar y responder.

Be accessible.



Sea accesible.

Parents have busy schedules, but it's important to be available to your teen when they need to speak with you.

Aunque los padres estén muy ocupados, es importante ser accesible para sus hijos cuando tienen que hablar con usted.

Be trusting. Sea confiado.



Teens want their parents to trust them and to show that they love them, no matter what.

Los hijos quieren que sus padres les tengan confianza y que les muestren que los quieren, pase lo que pase.

Stay Calm. Manténgase tranquilo.

Teens say that staying calm is one thing that parents can do to really improve conversations about sensitive topics like sex.

Los adolescentes dicen que mantenerse tranquilo es algo que los padres pueden hacer para mejorar las conversaciones sobre asuntos delicados como el sexo.



Ask open-ended questions. Haga preguntas abiertas.



Ask your teen what he or she thinks, using questions that can't be answered with a simple "yes" or "no." Be curious about your teen's ideas and opinions.

Pregúnteles a sus hijos lo que ellos piensan, haciendo preguntas que no se pueden contestar con un mero "sí" o "no." Tenga interés sobre las ideas y opiniones de sus hijos.

Listen to your teen. Escuche a sus hijos.

- Let your teen speak without interruption.
- Don't finish sentences for your teen.
- Show a willingness to listen.



- Deje que sus hijos hablen sin interrupción.
- No termine sus oraciones.
- Muestre una buena voluntad de escuchar.

Put yourself in your teen's shoes. Póngase en el lugar de sus hijos.



Make an effort to put yourself in the place of your teen and think about things from his or her point of view.

Haga un esfuerzo para ponerse en el lugar de sus hijos y pensar en las cosas desde su punto de vista.

Appeal to common goals.

Apele a metas comunes.



Your teen needs to be reminded that you are on his or her side. Tell your teen you want what is best for him or her. Be supportive.

Hay que recordarles a sus hijos que usted está a su lado. Dígalos que usted quiere todo lo mejor para ellos. Sea compasivo.

Show your interest.

Demuestre su interés.

Make sure your teen feels you're giving them your full attention. Make eye contact with your teen when talking.

Asegúrese de que sus hijos sientan que usted está prestándoles toda su atención. Mantenga contacto visual con sus adolescentes cuando habla.



Review: Ten Tips

Repaso: Diez Consejos

1. Be open. *Sea abierto.*
2. Be the expert. *Sea el experto.*
3. Be accessible. *Sea accesible.*
4. Be trusting. *Sea confiado.*
5. Stay calm. *Manténgase tranquilo.*
6. Ask open-ended questions. *Haga preguntas abiertas.*
7. Listen to your teen. *Escuche a sus hijos.*
8. Put yourself in your teen's shoes. *Póngase en el lugar de sus hijos.*
9. Appeal to common goals. *Apele a metas comunes.*
10. Show your interest. *Demuestre su interés.*

Acknowledgements

Reconocimientos

Special thanks to

Drs. Jim Jaccard and Patricia Dittus.

Made possible with the support of the
Turner Foundation.

Reconocimiento especial a

Dr. Jim Jaccard y Dra. Patricia Dittus.

Hecho posible por el apoyo de la

Turner Foundation.



For more information on the Latino Initiative, please contact:

Para más información sobre la Iniciativa Latina, favor de comunicarse con:

Ruthie Flores

Senior Manager / [Directora](#), Latino Initiative / [Iniciativa Latina](#)

The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy

1776 Massachusetts Avenue NW, Suite 200

Washington, D.C. 20036

Tel: 202-478-8504

Fax: 202-303-0462

rflores@thenc.org

