

## A los Padres: Carta y Actividades

Estimados Padres o Tutores:

La clase de salud de su hijo(a) está estudiando la salud social. La “salud social” es la habilidad de llevarnos bien con las personas que nos rodean. Los que tienen buena salud social pueden aceptar las diferencias entre personas, se llevan bien con su familia, tienen por lo menos uno o dos buenos amigos, y trabajan bien como parte de un grupo.

En el estudio de los distintos aspectos de la salud social, su muchacho(a) considerará algunos asuntos importantes. Por ejemplo: *¿Cómo puedo aprender a llevarme mejor con los demás? ¿Cómo puedo decirle que no a mis amigos sin ofenderlos? ¿En qué forma son las familias distintas a otros grupos de personas? ¿Qué modos efectivos hay para resistir la presión de los amigos? ¿Qué asuntos tengo que considerar antes de salir en una cita? ¿Por qué a los adolescentes se les estimula a que elijan la abstinencia?* y otros más.

Estas son preguntas estimulantes. Con su asistencia, su hijo(a) puede investigarlas con confianza y hallar respuestas satisfactorias y gratificadoras. Su participación en este estudio de la salud social es imprescindible. Le proporciona a Uds. una gran oportunidad para compartir con su hijo(a). Además, cuando Uds., su adolescente, y yo cooperamos, damos un buen ejemplo de salud social.

Para reforzar y enriquecer el trabajo de la clase, por favor tomen unas horas durante las próximas semanas para llevar a cabo una o más de las siguientes actividades con su hijo(a):

- Conversen sobre ocasiones en sus vidas cuando Uds. y otros adultos en su familia transigieron y cooperaron.
- Las destrezas de rechazo son estrategias de comunicación que ayudan a las personas a decir que no, eficazmente. Ayuden a su muchacho(a) a desarrollar estas habilidades simulando las situaciones en que él(ella) se pueda encontrar. Desempeñen Uds. los papeles de otros adolescentes que tratan de convencer a su hijo(a) que haga algo, y denle a su chico(a) la oportunidad de practicar cómo resistir la presión de los amigos.
- Ayuden a su adolescente a conocer mejor a sus familiares, haciendo juntos un árbol genealógico.
- Jueguen una partida de “campanilla/timbre” para que su hijo(a) aprenda sobre el noviazgo y el matrimonio. Uds. pueden hacer unas afirmaciones verdaderas y otras falsas sobre estos temas, y su chico(a) puede responder tocando la campana o el timbre.
- Pregúntele a su hijo(a) qué cualidades indican que una persona tiene la capacidad para criar bien a un niño y qué cualidades indican la falta de capacidad para esto. Compartan sus ideas y traten de llegar a un acuerdo.

Por favor lleven a cabo otras actividades que Uds. crean que ayuden a su hijo(a) a desarrollar buena salud social. Su apoyo es crítico para que su adolescente aprenda a usar sus habilidades sociales. Gracias por su involucramiento continuo. Siéntanse libre de ponerse en contacto conmigo.

Atentamente,