

Sesión 5.

TIPS PARA LA COMUNICACIÓN CON TU ADOLESCENTE:

- ✓ 1. Sigue los pasos del diálogo DEP: Describe la situación, Expresa cómo te sientes y Pide lo que necesitas.
 2. Escucha si tiene algo que añadir sobre su percepción o sus sentimientos.
 3. Ofrece alternativa / Lluvia de ideas. Introduce como ideas al profe del equipo, Tiflo o TR, si es conveniente.
- ✓ Reconoce y acepta sus emociones.
- ✓ Escucha y hazle saber que le estás prestando atención.
- ✓ Tu adolescente entiende que le estás escuchando y prestando atención.
- ✓ Ofrécele en la fantasía lo que no puedes ofrecerle en la realidad.
- ✓ Haz algo inesperado.
- ✓ Pon un toque de humor.