

# ANALISIS FUNCIONAL DE CONDUCTA POR USO DE SUBSTANCIAS/DROGAS (EVALUACION INICIAL)

Traducido por SCAN, Inc. Laredo, TX, [www.scan-inc.org](http://www.scan-inc.org)

## Causas \*

Externas	Internas	Conducta	Consecuencias Positivas a Corto plazo	Consecuencias Negativas a largo plazo
<p>1. ¿Usualmente <u>con quién</u> estas cuando usas drogas?</p> <p>2. ¿Usualmente <u>dónde</u> usas drogas?</p> <p>3. ¿Usualmente <u>cuándo</u> usas drogas?</p>	<p>1. ¿En qué estas <u>pensando</u> usualmente antes de usar drogas?</p> <p>2. ¿Usualmente qué es lo que <u>sientes físicamente</u> antes de usar drogas?</p> <p>3. ¿Usualmente qué es lo que <u>sientes emocionalmente</u> antes de usar drogas?</p>	<p>1. ¿Usualmente <u>qué</u> droga usas?</p> <p>2. ¿Usualmente <u>cuánta</u> droga usas?</p> <p>3. ¿Usualmente <u>cuánto tiempo</u> pasas usando la droga?</p>	<p>1. ¿Qué te gusta de usar drogas en compañía de _____? (con quien)</p> <p>2. ¿Qué es lo que te gusta de usar droga en _____? (donde)</p> <p>3. ¿Qué es lo que te gusta de usar droga _____? (cuando)</p> <p>4. ¿Cuáles son algunos de los pensamientos agradables que tienes cuando estas usando droga?</p> <p>5. ¿Cuáles son algunos de los sentimientos físicos que son agradables cuando estas usando droga?</p> <p>6. ¿Cuáles son algunos de los sentimientos emocionales que son agradables cuando estas usando drogas?</p>	<p>1. ¿Cuáles son los resultados negativos de _____? (conducta/actividad) en relación con las siguientes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. miembros de la familia</li> <li>b. amigos</li> <li>c. sensaciones físicas</li> <li>d. sentimientos emocionales</li> <li>e. situaciones legales</li> <li>f. situaciones escolares</li> <li>g. situaciones en el empleo</li> <li>h. situaciones financieras</li> <li>i. otras situaciones</li> </ul>

\*En este documento se ha elegido la palabra "causas" para definir "triggers", una palabra difícil de traducir al español en el contexto clínico. También se puede utilizar otra definición más literal de "triggers" como *Desencadenantes, Disparadores, Señales, u otro término* siempre y cuando se asegure de explicar el significado de la palabra y que el cliente entienda el concepto de "triggers". Es importante señalar que la selección de una palabra para reemplazar "triggers" tiene que basarse en las necesidades lingüísticas de cada cliente o el uso de lenguaje de cada región.

*In this document we have chosen to use the word "causas" (causes) to define triggers, a word that is difficult to translate into Spanish in a clinical context. Other words that have a more literal meaning are Desencadenantes, Disparadores, Señales and others. Clinicians can choose some of these or other words, but have to ensure that they explain the meaning of the word and that the client has understood the English concept of "triggers." It is important to note that Spanish word selections that replace triggers has to be based on the specific linguistic needs of every client and the language usage of the area.*

**ANALISIS FUNCIONAL DE CONDUCTA PROSOCIAL**  
 Traducido por SCAN, Inc. Laredo, TX, www.scan-inc.org

**(conducta/actividad)**

**Causas**

Externas	Internas	Conducta	Consecuencias Negativas a Corto plazo	Consecuencias Positivas a largo plazo
<p>1. ¿En compañía de quien estas usualmente cuando _____? Conducta/actividad</p> <p>2. ¿Donde usualmente tu _____?</p> <p>3. ¿Cuando, usualmente, tu _____?</p>	<p>1. ¿En que piensas usualmente antes de _____? Conducta/actividad</p> <p>2. ¿Que sientes físicamente antes de _____?</p> <p>3. ¿Que es lo que tu sientes físicamente antes de _____?</p>	<p>1. ¿Que conducta o actividad no acostumbras cuando _____?</p> <p>2. ¿Cada y cuando, usualmente, tu _____?</p> <p>3. ¿Cuanto tiempo dura usualmente _____?</p>	<p>1.¿Que _____ conducta/actividad no te gusta con _____?</p> <p>2. ¿Que es lo que menos te gusta de _____ en donde _____?</p> <p>3. ¿Que es lo que menos te gusta de _____ en donde _____?</p> <p>4. ¿Cuales son algunos de los pensamientos desagradables que tienes cuando tu _____?</p> <p>5. ¿Cuales son algunos de los sentimientos físicos que sientes cuando tu _____?</p> <p>6. ¿Cuales son algunos de los sentimientos emocionales que sientes cuando tu _____?</p>	<p>1. ¿Cuales son los resultados positivos de _____ en cada una de las siguientes áreas?:</p> <p>a. miembros de la familia</p> <p>b. amigos</p> <p>c. sentimientos físicos</p> <p>d. sentimientos emocionales</p> <p>e. situaciones legales</p> <p>f. situaciones escolares</p> <p>g. situaciones en el empleo</p> <p>h. situaciones financieras</p> <p>i. otras situaciones</p>

**ESCALA DE FELICIDAD**  
**Traducido por SCAN, Inc. Laredo, TX, [www.scan-inc.org](http://www.scan-inc.org)**

Nombre: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Esta escala fue diseñada para calcular la felicidad que sientes *ahora* en cada una de las 16 áreas siguientes. Circula uno de los números (1 al 10) enseguida de cada área. Los números hacia la izquierda que terminan en el 10 indican varios niveles de infelicidad, mientras que los números hacia la derecha reflejan niveles de felicidad en aumento. Cuando estés decidiendo en cada área de tu vida, pregúntate: “*Que tan feliz soy ahora en esta área de mi vida?*” En otras palabras indica, de acuerdo con la escala numérica (1 al 10) exactamente como te sientes hoy. Trata de excluir como te sentías ayer y concéntrate solamente en como te sientes hoy en cada una de las áreas de tu vida. También trata de no permitir que una categoría inflencie el resultado de las demás categorías.

	Completamente Infeliz					Completamente Feliz				
1. Marihuana uso/ no uso	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Alcohol uso/no uso	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Otras drogas uso/no uso	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Relaciones con novio/novia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Relaciones con amigos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Relaciones con padres/personas a cargo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Escuela	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Actividades sociales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Actividades recreativas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Hábitos personales (despertarte en la mañana, ser puntual, terminar tareas)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11. Situaciones Legales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12. Distribuir tu dinero	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

13. Vida emocional	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14. Comunicación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
15. Felicidad en general	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
16. Otras situaciones	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

## **TECNICAS DE COMUNICACIÓN**

[Traducido por SCAN, Inc. Laredo, TX, [www.scan-inc.org](http://www.scan-inc.org)]

La meta en usar técnicas en comunicación es para lograr que la persona con quien hablamos entienda lo que queremos de ella. El usar técnicas de comunicación nos capacita para llegar a un acuerdo o una solución a cualquier problema. Cuando todos estamos de acuerdo en una solución, es casi seguro que habrá conformidad y satisfacción. Es muy importante mantenernos en una actitud positiva durante el entrenamiento de técnicas en comunicación y evitar buscar culpas.

**Como entender una declaración.** La meta de entender una declaración es estar abiertos a la comunicación y demostrar que entendemos lo que piensa la otra persona acerca del problema.

\_\_\_ **La perspectiva de la otra persona:** Ejemplo: “Mamá, entiendo que quieres que limpie mi cuarto porque está muy sucio, y tu quisieras que la casa esté limpia cuando nos visitan nuestros amigos.”

\_\_\_ **Nuestra perspectiva:** Ejemplo: “Jaime tendrá una fiesta de cumpleaños en su casa, y hace tiempo que yo no veo a Jaime, Me dará mucho gusto ir.”

\_\_\_ **Preguntar o pedir algo (una pregunta debe ser breve, positiva y específica).** Ejemplo: “Te agradecería mucho si me dejaras limpiar mi cuarto mas tarde o a la noche, mas o menos a las 8:00 de la noche en cuanto regrese a casa.”

**Responsabilidad Parcial.** La meta de una declaración de responsabilidad parcial es evitar culpar a otra persona. Recuerde aclarar como usted o la otra persona están envueltos en el problema o la solución del mismo. Esto es:

\_\_\_ **Como está envuelto usted en el problema?** Ejemplo: “Yo sé que al no guardar mi ropa causé un gran desorden y no siempre he cumplido con limpiar mi cuarto, siento mucho no haber hecho lo que debía.”

\_\_\_ **Repita la pregunta (opcional).** Ejemplo: “Agradecería mucho si me dejabas limpiar mi cuarto cerca de las 8:00 de la noche cuando regrese de la fiesta de Jaime.”

**Oferta de ayuda.** La oferta de ayuda se usa para demostrar que está de acuerdo en trabajar para encontrar una solución al problema que beneficie a todos y que le gustaría escuchar las ideas que tengan los demás para una posible solución. Eso es:

\_\_\_ **Ofrecer varias soluciones.** Ejemplo: “Agradecería mucho si hay algo que yo pueda hacer para ayudar como hacer otro trabajo en la casa o ayudar con la cena o solo hacer una limpieza rápida de diez minutos por ahora y terminar el resto mas tarde.”

\_\_\_ **Declare su disposición de escuchar y considerar las ideas de otras personas.** Ejemplo: “Estoy dispuesto a escuchar si hay alguien que tenga otra idea.”

Una vez que todas las personas envueltas oyen las ofertas de ayuda pueden tratar de convenir en aceptar una solución o tratar de encontrar otra solución. Puede ser necesario volver a repasar las técnicas de comunicación para presentar su posición.

## Hoja de Trabajo para Resolver Problemas

1. **Defina su problema.** (Solamente un problema. Sea muy específico. Escríbalo debajo.)
2. **Lluvia de Ideas: Escriba todas las soluciones posibles que se le vengan a la mente.**  
(¡Entre más ideas tenga es mejor! Escriba abajo su lista de soluciones posibles.)
3. **Elimine sugerencias que no quiere.** (Tache las que no se imagina que pueda usted hacer.)
4. **Escoja una posible solución.** (¿Qué solución se imagina usted que puede hacer esta semana? Circúlela.)
5. **Piense en los posibles obstáculos que puedan ocurrir.** (¿Que obstáculo pudiera interferir para que esta posible solución funcione? Debajo, escriba una lista de obstáculos.)
6. **Revise cada obstáculo.** (Si no puede resolver ninguno de los obstáculos, escoja una nueva posible solución y repita el mismo procedimiento descrito arriba.)
7. **Haga que la solución seleccionada sea su tarea para esta semana.** (Debajo, escriba exactamente cuándo y cómo lo haría.)
8. **Evalúe el resultado.** (¿Le funcionó? Si es necesario hacer cambios, escríbalos debajo y comprométase a intentarlo de nuevo.)

Fecha \_\_\_\_\_ Sesión # \_\_\_\_\_ ID del adolescente \_\_\_\_\_ Iniciales del Terapeuta \_\_\_\_\_

**ACRA**  
**Traducido por SCAN, Inc. Laredo, TX, www.scan-inc.org**

**Recordatorio diario para ser amable**

**Nombre:** \_\_\_\_\_

**Semana:** \_\_\_\_\_

<b>Actividad</b>	<b>Sun</b>	<b>Mon</b>	<b>Tue</b>	<b>Wed</b>	<b>Thu</b>	<b>Fri</b>	<b>Sat</b>
¿Expresaste apreciación a otra persona el día de hoy?							
¿Le diste algún cumplido a alguien el día de hoy?							
¿Le diste alguna sorpresa agradable a alguien el día de hoy?							
¿Expresaste afecto?							
¿Iniciaste alguna conversación agradable el día de hoy?							
¿Ofreciste ayuda?							

## Escala de Felicidad (Relacion entre Padres e Hijos) (Version para Padres o Tutores)

Nombre: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

La intención de esta escala es estimar la felicidad que existe actualmente en la relación de su adolescente y usted en cada una de las ocho áreas abajo mencionadas. Deberá circular uno de los números del 1 al 10 enseguida de cada área. Los números hacia la izquierda de la escala del 1-10 indican varios grados de infelicidad, por otro lado los números hacia la derecha reflejan altos índices de felicidad en cuestión de la relación que usted tiene con su adolescente. Hágase esta pregunta cuando conteste la escala, ¿Que tan feliz me siento el día de hoy con el adolescente en esta área? Recuerde basarse en la escala numérica (1 a 10). Excluya sentimientos de días anteriores, enfóquese en los sentimientos del día de hoy. Además, trate de que no influya una categoría sobre la otra.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Completamente Infeliz					Completamente Feliz				
1.Responsabilidades del hogar.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2.Comunicación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3.Afecto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4.Trabajo o Escuela	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5.Apoyo Emocional	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6.Felicidad en general	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7.Calidad de Tiempo con el adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8.Atmosfera en la casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

**ESCALA DE FELICIDAD EN RELACIONES**  
 [Traducido por SCAN, Inc. Laredo, TX, [www.scan-inc.org](http://www.scan-inc.org)]

**(Versión para Adolescentes)**

Nombre: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Esta escala fue diseñada para calcular la felicidad que sientes en la relación que tienes con tus padres/personas a cargo de ti en cada una de las siguientes áreas siguientes. Circula uno de los números (1 al 10) enseguida de cada área. Los números hacia la izquierda que terminan en el 10 indican varios niveles de infelicidad, mientras que los números hacia la derecha reflejan niveles de felicidad en aumento. Cuando estés decidiendo en cada área de tu vida, pregúntate: “Que tan feliz soy con mis padres en esta área?” En otras palabras indica, de acuerdo con la escala numérica (1 al 10) exactamente como te sientes hoy. Trata de excluir como te sentías ayer y concéntrate solamente en como te sientes hoy en cada una de las áreas de tu vida. También trata de no permitir que una categoría influya el resultado de las demás categorías.

	Completamente Infeliz					Completamente Feliz				
1. Tiempo dedicado a mí	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Complemento para gastos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Comunicación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Afecto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Apoyo escolar/empleo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Apoyo emocional	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Felicidad en general	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Actividades caseras en general	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

## Cuestionario sobre el tiempo libre

Para cada actividad que aparece a la izquierda, marque el espacio a la derecha que indique que tan interesado esta usted en esa actividad cuando *no* está usando alcohol o drogas.

SU interés

	Muchísimo	Mucho	Muy Poco	Nada
1. <u>Decorar y pintar alrededor de la casa</u>	----	----	----	----
2. <u>Encontrar ofertas en rebajas y subastas</u>	----	----	----	----
3. <u>Astrología, horóscopos y el Zodíaco</u>	----	----	----	----
4. <u>Visitar cuevas, cascadas, maravillas pintorescas</u>	----	----	----	----
5. <u>Hacer joyas, canastas, estatuas</u>	----	----	----	----
6. <u>Criar o entrenar animales para exposiciones o competencias</u>	----	----	----	----
7. <u>Planear viajes, paseros y excursiones</u>	----	----	----	----
8. <u>Ir al circo y al rodeo</u>	----	----	----	----
9. <u>Ir a los grupos y actividades sociales de la iglesia</u>	----	----	----	----
10. <u>Cultivar plantas caseras</u>	----	----	----	----
11. <u>Criar mascotas</u>	----	----	----	----
12. <u>Visitar a los parientes</u>	----	----	----	----
13. <u>Hacer cosas con sus padres o abuelos</u>	----	----	----	----
14. <u>Hacer cosas con sus vecinos</u>	----	----	----	----
15. <u>Cultivar flores o vegetales</u>	----	----	----	----
16. <u>Ir a la biblioteca</u>	----	----	----	----
17. <u>Visitar el zoológico</u>	----	----	----	----
18. <u>Grabar o mirar videos de la familia</u>	----	----	----	----
19. <u>Leer el periódico y revistas</u>	----	----	----	----
20. <u>Leer libros</u>	----	----	----	----
21. <u>Correr, hacer ejercicio, gimnasia, actividad física</u>	----	----	----	----
22. <u>Actividades trabajando la madera</u>	----	----	----	----
23. <u>Tocar un instrumento musical</u>	----	----	----	----

	Muchísimo	Mucho	Muy Poco	Nada
24. <u>Bailar (salón de baile, ballet, o disco)</u>	-----	-----	-----	-----
25. <u>Ir a desfiles, fuegos artificiales, espectáculos públicos</u>	-----	-----	-----	-----
26. <u>Ir a fiestas</u>	-----	-----	-----	-----
27. <u>Caminar en los parques o alrededor del barrio</u>	-----	-----	-----	-----
28. <u>Ir a la escuela, realizar las labores diarias</u>	-----	-----	-----	-----
29. <u>Resolver crucigramas o rompecabezas</u>	-----	-----	-----	-----
30. <u>Hacer amigos</u>	-----	-----	-----	-----
31. <u>Leer historias de detectives o misterio</u>	-----	-----	-----	-----
32. <u>Escribir cartas a amigos y familiares</u>	-----	-----	-----	-----
33. <u>Leer o estudiar historia</u>	-----	-----	-----	-----
34. <u>Ir a museos, galerías de arte o monumentos</u>	-----	-----	-----	-----
35. <u>Mantenerse al día con los sucesos actuales</u>	-----	-----	-----	-----
36. <u>Jugar bingo y juegos similares</u>	-----	-----	-----	-----
37. <u>Viajar para ver sitios y lugares históricos</u>	-----	-----	-----	-----
38. <u>Ir a mercados de las pulgas, bazares o ventas de objetos usados</u>	-----	-----	-----	-----
39. <u>Ir a parques de atracciones y diversiones</u>	-----	-----	-----	-----
40. <u>Patinar sobre hielo o sobre ruedas</u>	-----	-----	-----	-----
41. <u>Trabajar en la iglesia, escuela, negocio, periódico del vecindario o boletín</u>	-----	-----	-----	-----
46. <u>Escribir historias, poemas, artículos o canciones</u>	-----	-----	-----	-----
47. <u>Donar tiempo para trabajar en la iglesia o proyectos</u>	-----	-----	-----	-----
48. <u>Pintar, hacer bosquejos o dibujar</u>	-----	-----	-----	-----
49. <u>Buscar personas nuevas con quien salir o tener una cita</u>	-----	-----	-----	-----
50. <u>Participar en concursos</u>	-----	-----	-----	-----
51. <u>Visitar a los amigos</u>	-----	-----	-----	-----
52. <u>Ir a exhibiciones de perros, gatos, caballos u otros animales</u>	-----	-----	-----	-----

	<b>Muchísimo</b>	<b>Mucho</b>	<b>Muy Poco</b>	<b>Nada</b>
53. <u>Viajar</u>	----	----	----	----
54. <u>Hablar con los amigos por teléfono</u>	----	----	----	----
55. <u>Ir a restaurantes</u>	----	----	----	----
56. <u>Mandarle mensajes a los amigos o pasar el rato en “chat rooms”</u>	----	----	----	----
57. <u>Cortar el prado y trabajar en el jardín de la casa</u>	----	----	----	----
58. <u>Aprender sobre acciones, bonos u otras inversiones</u>	----	----	----	----
59. <u>Jugar ajedrez, damas, cartas, etc.</u>	----	----	----	----
60. <u>Ir a escalar</u>	----	----	----	----
61. <u>Comprar o hacer cosas para vender y obtener ganancias</u>	----	----	----	----
62. <u>Volar cometas</u>	----	----	----	----
63. <u>Revisar el árbol familiar, genealogía, buscar a los familiares</u>	----	----	----	----
64. <u>Hacer modelos y miniaturas</u>	----	----	----	----
65. <u>Montar en bicicleta</u>	----	----	----	----
66. <u>Cantar con otros</u>	----	----	----	----
67. <u>Mirar carreras de caballos o perros</u>	----	----	----	----
68. <u>Aprender cerámica, porcelana o vidrio</u>	----	----	----	----
69. <u>Actuar en obras o hacer la escenografía, accesorios o luces</u>	----	----	----	----
70. <u>Mirar partidos (béisbol, hockey, etc.)</u>	----	----	----	----
71. <u>Aprender o hacer diseños y decorar</u>	----	----	----	----
72. <u>Montar en motos o vehículos todo terreno</u>	----	----	----	----
73. <u>Practicar deportes como voleibol, bádminton, “Frisbee”</u>	----	----	----	----
74. <u>Coleccionar estampillas, monedas, platos, muñecas, tarjetas, etc.</u>	----	----	----	----
75. <u>Hablar con las personas</u>	----	----	----	----
76. <u>Reparar cosas alrededor de la casa</u>	----	----	----	----
77. <u>Coleccionar arte o manualidades</u>	----	----	----	----
78. <u>Ir al cine o al teatro</u>	----	----	----	----

	<b>Muchísimo</b>	<b>Mucho</b>	<b>Muy Poco</b>	<b>Nada</b>
79. <u>Jugar golf</u>	-----	-----	-----	-----
80. <u>Reparar, restaurar o coleccionar muebles viejos</u>	-----	-----	-----	-----
81. <u>Pescar</u>	-----	-----	-----	-----
82. <u>Cazar</u>	-----	-----	-----	-----
83. <u>Discutir o debatir con otros</u>	-----	-----	-----	-----
84. <u>Participar en actividades o grupos políticos</u>	-----	-----	-----	-----
85. <u>Ir a mirar a las tiendas y las subastas públicas, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
86. <u>Jugar billar, “shuffleboard”, a la herradura, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
87. <u>Jugar (fútbol americano, softball, fútbol, etc.)</u>	-----	-----	-----	-----
88. <u>Ir a conciertos u otros espectáculos musicales</u>	-----	-----	-----	-----
89. <u>Deportes de invierno como esquiar, trineos, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
90. <u>Navegar en Internet</u>	-----	-----	-----	-----
91. <u>Ir a la iglesia o estudiar la Biblia</u>	-----	-----	-----	-----
92. <u>Juegos de mesa como “Scrabble”, monopolio, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
93. <u>Jugar juegos de video</u>	-----	-----	-----	-----
94. <u>Cuidar niños u otro tipo de trabajo con niños</u>	-----	-----	-----	-----
95. <u>Trabajo voluntario o de caridad con los enfermos y los necesitados</u>	-----	-----	-----	-----
96. <u>Ver televisión, escuchar la radio</u>	-----	-----	-----	-----
97. <u>Pasear en barco o canoa</u>	-----	-----	-----	-----
98. <u>Caminar, acampar, picnic o paseo al campo</u>	-----	-----	-----	-----
99. <u>Cocinar u hornear</u>	-----	-----	-----	-----
100. <u>Fotografía (tomar o revelar las fotos)</u>	-----	-----	-----	-----
101. <u>Jugar a las cartas</u>	-----	-----	-----	-----
102. <u>Tiro al blanco, plato, o a palomas de arcilla</u>	-----	-----	-----	-----
103. <u>Coser, tejer, croché, encaje de aguja, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
104. <u>Trabajar en carros u otros vehículos</u>	-----	-----	-----	-----

	Muchísimo	Mucho	Muy Poco	Nada
105. <u>Jugar tenis, balonmano, squash, racquetball, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
107. <u>Trabajar en arte o manualidades</u>	-----	-----	-----	-----
108. <u>Nadar, bucear y otras actividades en el agua</u>	-----	-----	-----	-----
109. <u>Coleccionar botellas, vidrio viejo, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
110. <u>Aprender sobre otros países y culturas</u>	-----	-----	-----	-----
111. <u>Coleccionar conchas, rocas, especímenes, objetos de la naturaleza</u>	-----	-----	-----	-----
112. <u>Ciencia ficción</u>	-----	-----	-----	-----
113. <u>Novelas románticas e historias de amor</u>	-----	-----	-----	-----
114. <u>Ir a ferias o carnavales</u>	-----	-----	-----	-----
115. <u>Escuchar el estéreo, casetes y CDs</u>	-----	-----	-----	-----
116. <u>Tomar cursos sobre nuevos temas</u>	-----	-----	-----	-----
117. <u>Clubes cívicos y de servicio, logias, grupos comunitarios</u>	-----	-----	-----	-----
118. <u>Cocinar platos extranjeros o sofisticados</u>	-----	-----	-----	-----
119. <u>Mirar carreras de carros, competencias de demolición, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
120. <u>Mirar deportes individuales (boxeo, tenis, levantamiento de pesas, etc.)</u>	-----	-----	-----	-----
121. <u>Navegar</u>	-----	-----	-----	-----
122. <u>Arquitectura (diseño, estudio, construcción, etc.)</u>	-----	-----	-----	-----
123. <u>Radioaficionado (Ham, CB, etc.)</u>	-----	-----	-----	-----
124. <u>Aeróbicos (ejercicio, baile, etc.)</u>	-----	-----	-----	-----
125. <u>Escribir un diario</u>	-----	-----	-----	-----
126. <u>Hacer el sonido o grabar eventos, películas, conciertos, desfiles, etc.</u>	-----	-----	-----	-----
127. <u>Monopatín</u>	-----	-----	-----	-----
128. <u>Ir de compras</u>	-----	-----	-----	-----
129. <u>Ir a montar a caballo</u>	-----	-----	-----	-----
130. <u>Ir a un espectáculo de carros</u>	-----	-----	-----	-----

	<b>Muchísimo</b>	<b>Mucho</b>	<b>Muy Poco</b>	<b>Nada</b>
130. <u>Reacomodar su habitación, organizar su closet</u>	-----	-----	-----	-----
131. <u>Aprender tiro con arco</u>	-----	-----	-----	-----
132. <u>Jugar golf en miniatura</u>	-----	-----	-----	-----
133. <u>Actividades de invierno (hacer un muñeco de nieve, peleas con bolas de nieve, etc.)</u>	-----	-----	-----	-----
134. <u>Ir a un espectáculo en el aire</u>	-----	-----	-----	-----
135. <u>Hacerse un manicure o pedicure</u>	-----	-----	-----	-----
136. <u>Ir a mirar las estrellas</u>	-----	-----	-----	-----
137. <u>Ayudar a limpiar la casa</u>	-----	-----	-----	-----
138. <u>Hacer un álbum de recortes (“scrapbook”)</u>	-----	-----	-----	-----
139. <u>Hacer velas o jabones</u>	-----	-----	-----	-----
140. <u>Ir a batear</u>	-----	-----	-----	-----
141. <u>Ir a un campo de práctica</u>	-----	-----	-----	-----
142. <u>Jugar ping-pong</u>	-----	-----	-----	-----
143. <u>Broncearse</u>	-----	-----	-----	-----
144. <u>Jugar con pistolas de pintura, pistolas de láser</u>	-----	-----	-----	-----
145. <u>Ir a comprar un helado</u>	-----	-----	-----	-----
146. <u>Tomar una siesta</u>	-----	-----	-----	-----
147. <u>Montar en “go-carts”</u>	-----	-----	-----	-----
148. <u>Estudiar para el examen de conducir</u>	-----	-----	-----	-----
149. <u>Ir al YMCA</u>	-----	-----	-----	-----
150. <u>Lavar el carro</u>	-----	-----	-----	-----

**SI TIENE ALGÚN OTRO INTERES O HOBBIES  
QUE NO FUERON ENUMERADOS, POR FAVOR ESCRIBALOS AQUÍ:**

- A. \_\_\_\_\_
- B. \_\_\_\_\_
- C. \_\_\_\_\_
- D. \_\_\_\_\_
- E. \_\_\_\_\_
- F. \_\_\_\_\_
- G. \_\_\_\_\_
- H. \_\_\_\_\_

**DE LA LISTA QUE ACABA DE COMPLETAR (ítems que marcó en las páginas anteriores o de los ítems que escribió arriba), ESCOJA LOS 5 INTERESES FAVORITOS (el que más le guste o el que menos le disguste) Y ENSEGUIDA DE CADA UNO, APROXIMADAMENTE EL TIEMPO QUE USTED PASA OCUPADO EN ESTE INTERES EN UNA SEMANA COMÚN Y CORRIENTE.**

<b>Intereses Favoritos</b>	<b>Horas/Días en una semana común y corriente</b>
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____
4. _____	_____
5. _____	_____

**Formas que se han probado ayudan a que su hijo este sobrio**

1. Sea un buen ejemplo a seguir al no usar alcohol o drogas.
2. Sea positivo con su hijo. Elogie comportamiento adecuado. Disminuya el echarle la culpa a alguien y los insultos.
3. Vigile el comportamiento de su hijo y su paradero. Sepa que él/ella está haciendo y con quién él/ella está.
4. Involúcrese en la vida de su hijo por fuera de la casa. Anime y promueva actividades sociales y recreativas positivas.

**Formas que se han probado ayudan a que su hijo este sobrio**

1. Sea un buen ejemplo a seguir al no usar alcohol o drogas.
2. Sea positivo con su hijo. Elogie comportamiento adecuado. Disminuya el echarle la culpa a alguien y los insultos.
3. Vigile el comportamiento de su hijo y su paradero. Sepa que él/ella está haciendo y con quién él/ella está.
4. Involúcrese en la vida de su hijo por fuera de la casa. Anime y promueva actividades sociales y recreativas positivas.

**Formas que se han probado ayudan a que su hijo este sobrio**

1. Sea un buen ejemplo a seguir al no usar alcohol o drogas.
2. Sea positivo con su hijo. Elogie comportamiento adecuado. Disminuya el echarle la culpa a alguien y los insultos.
3. Vigile el comportamiento de su hijo y su paradero. Sepa que él/ella está haciendo y con quién él/ella está.
4. Involúcrese en la vida de su hijo por fuera de la casa. Anime y promueva actividades sociales y recreativas positivas.

**Formas que se han probado ayudan a que su hijo este sobrio**

1. Sea un buen ejemplo a seguir al no usar alcohol o drogas.
2. Sea positivo con su hijo. Elogie comportamiento adecuado. Disminuya el echarle la culpa a alguien y los insultos.
3. Vigile el comportamiento de su hijo y su paradero. Sepa que él/ella está haciendo y con quién él/ella está.
4. Involúcrese en la vida de su hijo por fuera de la casa. Anime y promueva actividades sociales y recreativas positivas.

**Formas que se han probado ayudan a que su hijo este sobrio**

1. Sea un buen ejemplo a seguir al no usar alcohol o drogas.
2. Sea positivo con su hijo. Elogie comportamiento adecuado. Disminuya el echarle la culpa a alguien y los insultos.
3. Vigile el comportamiento de su hijo y su paradero. Sepa que él/ella está haciendo y con quién él/ella está.
4. Involúcrese en la vida de su hijo por fuera de la casa. Anime y promueva actividades sociales y recreativas positivas.

**Tres pasos para una mejor comunicación**

1. Declaración de entendimiento.
2. Declaración sobre responsabilidad parcial (compartir el papel de crear o resolver un problema específico).
3. Ofrezca ayuda.



**Tres pasos para una mejor comunicación**

1. Declaración de entendimiento.
2. Declaración sobre responsabilidad parcial (compartir el papel de crear o resolver un problema específico).
3. Ofrezca ayuda.



**Tres pasos para una mejor comunicación**

1. Declaración de entendimiento.
2. Declaración sobre responsabilidad parcial (compartir el papel de crear o resolver un problema específico).
3. Ofrezca ayuda.



**Tres pasos para una mejor comunicación**

1. Declaración de entendimiento.
2. Declaración sobre responsabilidad parcial (compartir el papel de crear o resolver un problema específico).
3. Ofrezca ayuda.



**Tres pasos para una mejor comunicación**

1. Declaración de entendimiento.
2. Declaración sobre responsabilidad parcial (compartir el papel de crear o resolver un problema específico).
3. Ofrezca ayuda.

