

10

ideas para mejorar la comunicación familiar con adolescentes con diabetes

(Basado en William Polinsky, psicólogo experto en diabetes, presidente del Behavioral Diabetes Institute)

1

Busca el lugar y momento adecuados para hablar.



2

Pregúntale cómo se siente respecto a la diabetes y valida sus sentimientos aunque no los entiendas y/o no te gusten.



3

Pregúntale con interés por sus necesidades y preocupaciones.



4

Dale importancia a sus metas y objetivos ajenos a la diabetes. Ante todo es un/a adolescente y su diabetes no es el centro de su vida.



5

OOPS!

Cuando su nivel de glucosa esté alto, no asumas que hizo algo mal (incluso si lo hizo).



ASOCIACIÓN PARA LA DIABETES DE TENERIFE

www.diabetenerife.org
922 25 39 06 - 672 14 58 81
info@diabetenerife.org

Asociación para la Diabetes de Tenerife

Sede La Laguna - Sede Granadilla - Sede Los Realejos



10

ideas para mejorar la comunicación familiar con adolescentes con diabetes

(Basado en William Polinsky, psicólogo experto en diabetes, presidente del Behavioral Diabetes Institute)



6

Pregúntale si quiere que compartas alguna información sobre su diabetes con el entorno (amistades, familiares...) y, en caso afirmativo, qué tipo de información y a quién.

7



Pregúntale en qué y cómo puedes ayudarle con su diabetes.

8



Ten paciencia, comprende en el momento vital en el que se encuentra.

9



Valora sus logros y, sobre todo, el esfuerzo que le lleva llegar hasta ellos.

10



Hazle saber que puede contar contigo cuando te necesite.

ASOCIACIÓN PARA LA DIABETES DE TENERIFE

www.diabetenerife.org
922 25 39 06 - 672 14 58 81
info@diabetenerife.org

Asociación

Sede La Laguna - Sede Granadilla - Sede Los Realejos

