

Aprender la Responsabilidad Fomenta Independencia en los Adolescentes

La adolescencia es un tiempo en el cual nuestros hij@s empiezan a explorar su individualidad. Es natural que busquen independencia y sus propias identidades. Una parte importante de desarrollar independencia es encontrar un equilibrio entre la libertad y la responsabilidad. Dar responsabilidades a los adolescentes desarrolla confianza e independencia y los permite a tomar control de sus vidas. Es importante que nosotros usemos este tiempo para enseñar las habilidades que los guiaran a ellos a tomar decisiones saludables y positivas mientras se vuelven adultos independientes, responsables, y exitosos.

A veces, soltar la niñez es más difícil para los papás que es para el adolescente. Mientras sus hij@s prueban su independencia y responsabilidad nueva, es importante que los padres empiecen a dejarlos libres. Todavía le aman y le necesitan, pero se están convirtiendo en las personas a las personas que los crió para ser: adultos independientes, productivos quienes contribuyen sus talentos increíbles al mundo y la comunidad. Utilice el PowerTip de este mes como una guía para ayudarle a usted para enseñar las habilidades de independencia y responsabilidad.

Consejos

Administración del tiempo – Un adolescente puede empezar a manejar las obligaciones de la escuela y la casa por su cuenta. Deberían cumplir con sus tareas, trabajos de la casa, otros compromisos sin empujones de los papás. Cuando cumplen estas expectativas, pueden empezar a discutir niveles de libertad aumentados.

Responsabilidad – Mientras desarrollan más independencia, adolescentes necesitan poder reconocer y aceptar que decisiones tienen consecuencias. Nosotros como papás necesitamos permitirlos a confrontar estas consecuencias sin interferir y ayudarlos a tomar en cuenta las conexiones entre las decisiones que toman y las consecuencias (positivas o negativas) que resultan.

Trabajar – Es importante invertir tiempo y esfuerzo en algo que queremos. Trabajar hacia una meta hace esa meta más valiosa a un individuo y aumenta la independencia.

Auto-superación – Podemos (con buenas intenciones) ser demasiados rápidos para ayudar a nuestros hij@s. Muchas veces, necesitamos darlos el tiempo para cumplir con sus deberes y tareas sin nuestra ayuda – aunque significa que van a equivocarse. Adolescentes necesitan aprender a resolver problemas, comunicarse con los profesores sobre problemas de la escuela, y administrar su tiempo (incluso despertarse para la escuela). No es fácil permitirlos luchar a través de una situación que sería hecha más fácil si la manejáramos *por* ellos. Pero, por medio de darlos el espacio y tiempo para hacerlo por su cuenta, los mostramos que creemos en sus habilidades, y la experiencia los dará un sentido del logro que los moverá hacia un futuro independiente.

La campaña Power of Choice (El Poder de la Elección) del 6-8 grado utiliza materiales de marketing diseñados para animar a estudiantes en la comunidad de 6-8 grado para seguir tomando decisiones saludables mientras se mueven hacia sus metas futuras. Este año, The Power of Choice va a enfocar en desarrollar y enseñar habilidades que ayudan a los estudiantes para tomar responsabilidad en las áreas importantes de sus vidas, tales como:

- ⇒ Estableciendo metas
- ⇒ Tomando decisiones
- ⇒ Consciencia emocional
- ⇒ Comunicándose sus necesidades efectivamente
- ⇒ Palabras que usan y como afectan a los demás
- ⇒ Aceptando responsabilidad por sus acciones
- ⇒ Usando tecnología y redes sociales en una manera responsable

Cada mes, estudiantes van a aprender sobre una manera diferente en que pueden tomar responsabilidad de sus vidas. Estos informativos mensuales de [Parents Use Your Power](#) (Papás, Utilicen su Poder) son distribuidos por correo electrónico. Por leer estos informativos, los padres y familias tienen la oportunidad de aprender y enseñar estas habilidades en la casa. El sitio web [ThePowerofChoice.info](#) ofrece recursos e información para apoyar a ustedes, los padres, mientras guían a sus hij@s hacia un futuro saludable.

Principio de Prevención

Es más probable que individuos que reconocen que tienen poder personal utilicen ese poder en maneras responsables para ayudar y afectar a los demás.

Conversaciones Importantes

El comportamiento de los compañeros, positivo y negativo, tiene una influencia poderosa en las decisiones que toma un adolescente. Cuando adolescentes asocian con pares sociales positivos, es más probable que participen en comportamiento saludable y tomen decisiones responsables. Utilice el [PowerTalk para familias](#) de este mes para discutir y enseñar Estrategias para Manejar Presión Social.

[ThePowerofChoice.info](#)



Connect with other parents at:
[Power of Choice-Parents Use Your Power](#)