

Moviendo Adolescentes Hacia la Independencia

La adolescencia es un tiempo en el cual nuestros hijos pueden explorar su individualidad. Es natural que busquen su independencia e identidad, pero no tiene que involucrar una desconexión de sus papás y su familia. Dar libertad adecuada para su edad a los adolescentes produce independencia y confianza. Puede animar una conexión más sana entre ellos y sus papás mientras se convierten en adultos seguros y productivos. Sobreproteger a los adolescentes puede disminuir su confianza social y pueden tener dificultad en separarse de sus papás. Es importante que nosotros como papás utilicemos este tiempo de transición para enseñarles las habilidades que guiarán a nuestros hijos mientras se convierten en individuos independientes y exitosos.

Durante esta fase de desarrollo de habilidades, anime una independencia que sea cómoda y apropiada para su hijo. Recuerde – usted conoce a su hijo mejor que nadie. Si tiene más que un hijo, este proceso puede parecer diferente para cada uno de ellos. Cuando las oportunidades se presenten, tomen decisiones juntos, guiados por el entendimiento que la independencia requiere responsabilidad.

A veces, dejar ir la niñez es más difícil para los papás que para el adolescente. Mientras su hijo experimenta su independencia, es importante que los papás no lo tomen personal. Su hijo todavía lo ama y necesita de usted, pero se está convirtiendo en la persona que usted fue criando – un adulto independiente y productivo que contribuye con sus talentos al mundo. Utilice los Power Tips de este mes como una guía para reforzar esas habilidades de independencia.

Principio de Prevención para Marzo

“Todas las aproximaciones de cambio en la comunidad basadas en resiliencia, en general, han involucrado a los jóvenes como socios en el esfuerzo de cambio. Los jóvenes necesitan tener la propiedad y roles activos en la vida de su comunidad a fin de que la comunidad sirva como un factor protector.”

Bonnie Benard, el libro- *Resilience: What We Have Learned*

Consejos

Responsabilidad – Los adolescentes pueden empezar a manejar la escuela y sus obligaciones en casa. Deben cumplir con tareas, quehaceres, y otros compromisos sin solicitud de los papás. Cuando se cumplen las expectativas, pueden obtener más libertad.

Rendición de Cuentas: – Mientras desarrollan más independencia, los adolescentes necesitan poder reconocer y aceptar que las decisiones tienen consecuencias. Nosotros como papás necesitamos permitirles confrontar esas consecuencias sin interferir y ayudarlos a reconocer la relación entre sus decisiones y las consecuencias (positivas o negativas) de ellas.

El Trabajo —Es importante invertir tiempo y energía en lo que queremos. Trabajar hacia una meta hará esa meta más valiosa al individuo y fomentará la independencia.

Autoayuda – Aún con buenas intenciones, podemos precipitarnos a ayudar a nuestros hijos. A veces necesitamos darles tiempo para realizar las tareas por su cuenta – aunque signifique que cometan errores en el camino. Los adolescentes necesitan aprender cómo resolver los problemas y manejar su tiempo (incluso despertarse en la mañana para la escuela). No es fácil dejarlos luchar por sí solos a través de una situación que nosotros podríamos manejar por ellos fácilmente. Sin embargo, si les damos el espacio y tiempo para hacerlo por su cuenta, les mostraremos que creemos en sus habilidades y les dará un sentido de triunfo que los llevará hacia un futuro más independiente.

Conversaciones que Cuentan

Cada uno de nosotros forma una parte importante de nuestra comunidad. Tenemos talentos y habilidades que nos hacen únicos. Los utilizamos para hacer una diferencia en nuestra familia, escuela y comunidad. Una parte importante de construir la resiliencia es reconocer nuestras fuerzas y determinar cómo podemos utilizarlas para hacer una diferencia en el mundo. Utilice el PowerTalk para las familias de este mes (Family Talent Night) para descubrir y practicar los talentos de cada miembro de su familia.

ThePowerofChoice.info