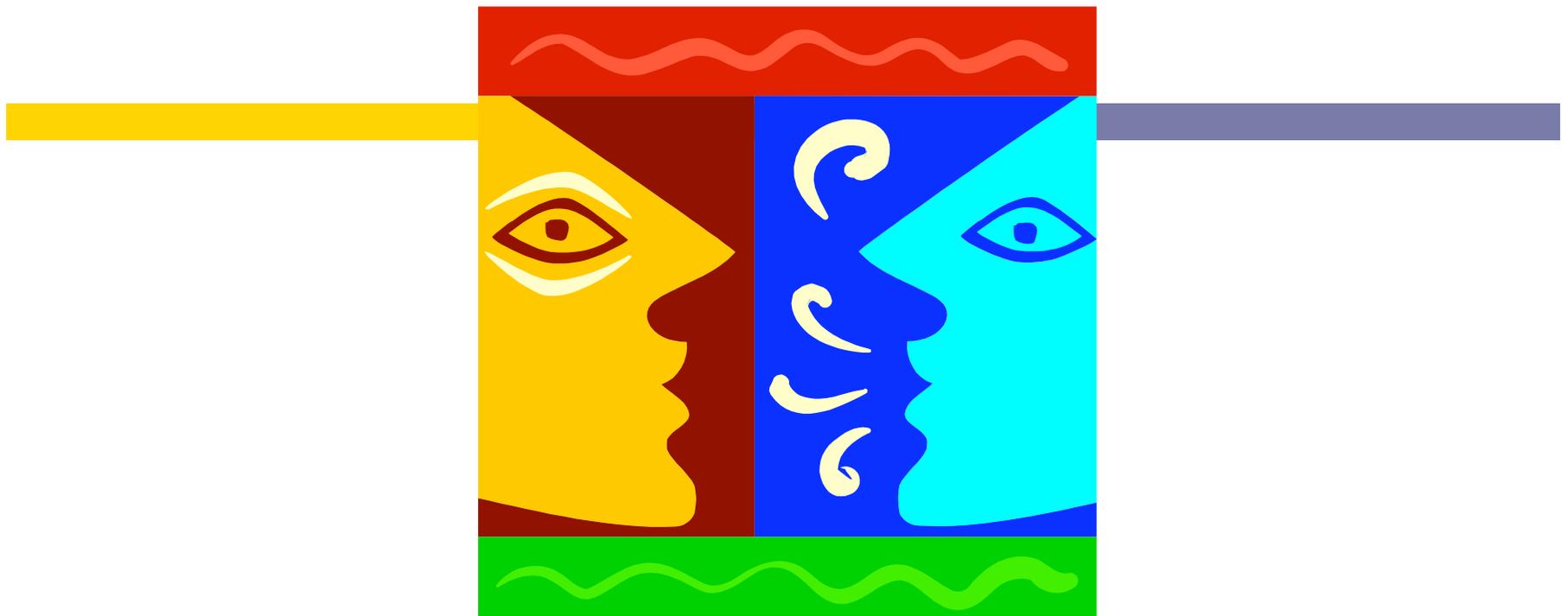


Comprensión y Comunicación con Nuestros Adolescentes



“Doctora Marisol”
Marisol Muñoz-Kiehne, PhD

¡Adolescencia! **Los Retos**



□ **Hogar: ¿Qué se hizo mi niño(a)?**

- Apariencia diferente, nuevos intereses
- Piden más libertades y privilegios

□ **Escuela: ¿Estudios Sociales o Recreos Sociales?**

- Ambiente estresante, distracciones
- Materias complicadas, motivación amenazada.

□ **Sociedad: ¡Peligros a la vista!**

- Presiones sociales (compañeros, vecindario, medios de comunicación)
- Alcohol y drogas, pandillas

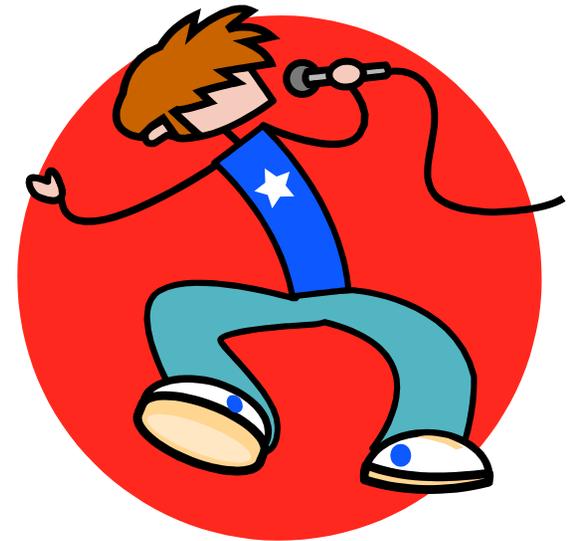
¡Adolescencia! **Los Procesos**

□ **Individuación**

- Separación de padres
- Rebeldía hacia autoridades

□ **Identificación**

- Imitación de modelos
- Afiliación con compañeros adolescentes



¡Adolescencia! Las Presiones

□ Presiones Internas

- Cambios físicos, emocionales, mentales, sociales

□ Presiones Externas

- Expectativas del medio ambiente

□ Preguntas

- Dudas, Confusión, Indecisión



¡Adolescencia! Los Conflictos

□ Conflictos Internalizados

- Aislamiento, Depresión
- Ansiedad, Temores
- Achaques físicos

□ Conflictos Externalizados

- Promiscuidad sexual
- Delincuencia
- Uso de Alcohol y Drogas



¡Adolescencia! 1/2 Taza

□ **Debilidades**

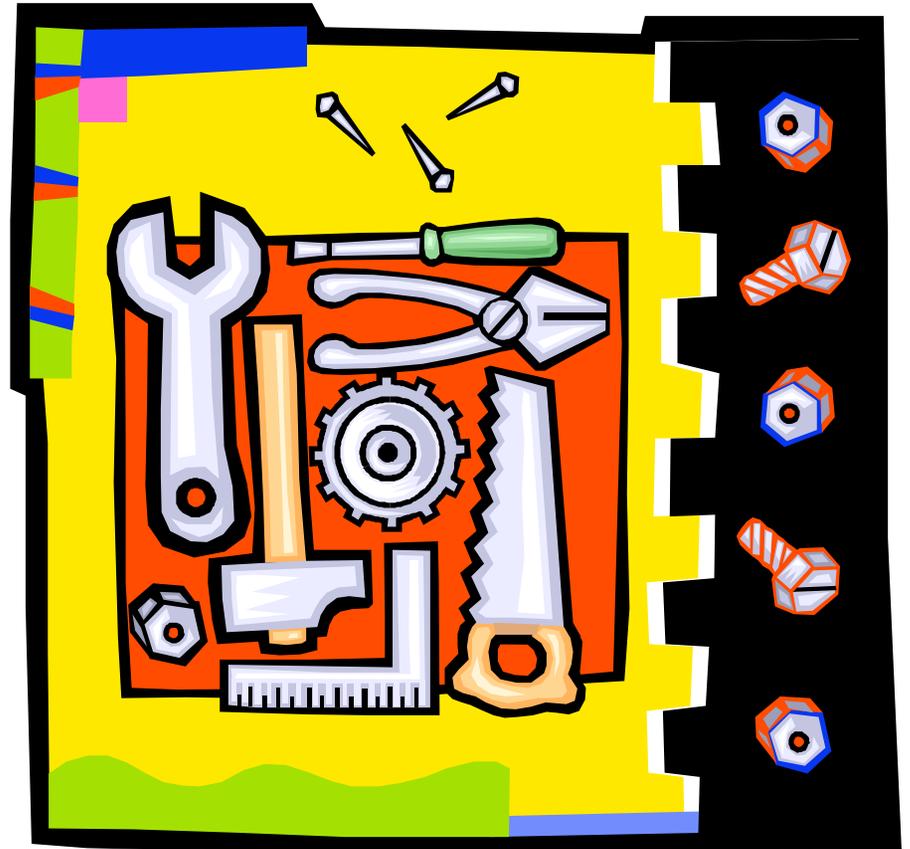
- Actitudes y Conductas Problema
- Defectos y Discapacidades
- Necesidades y Obstáculos

□ **Fortalezas**

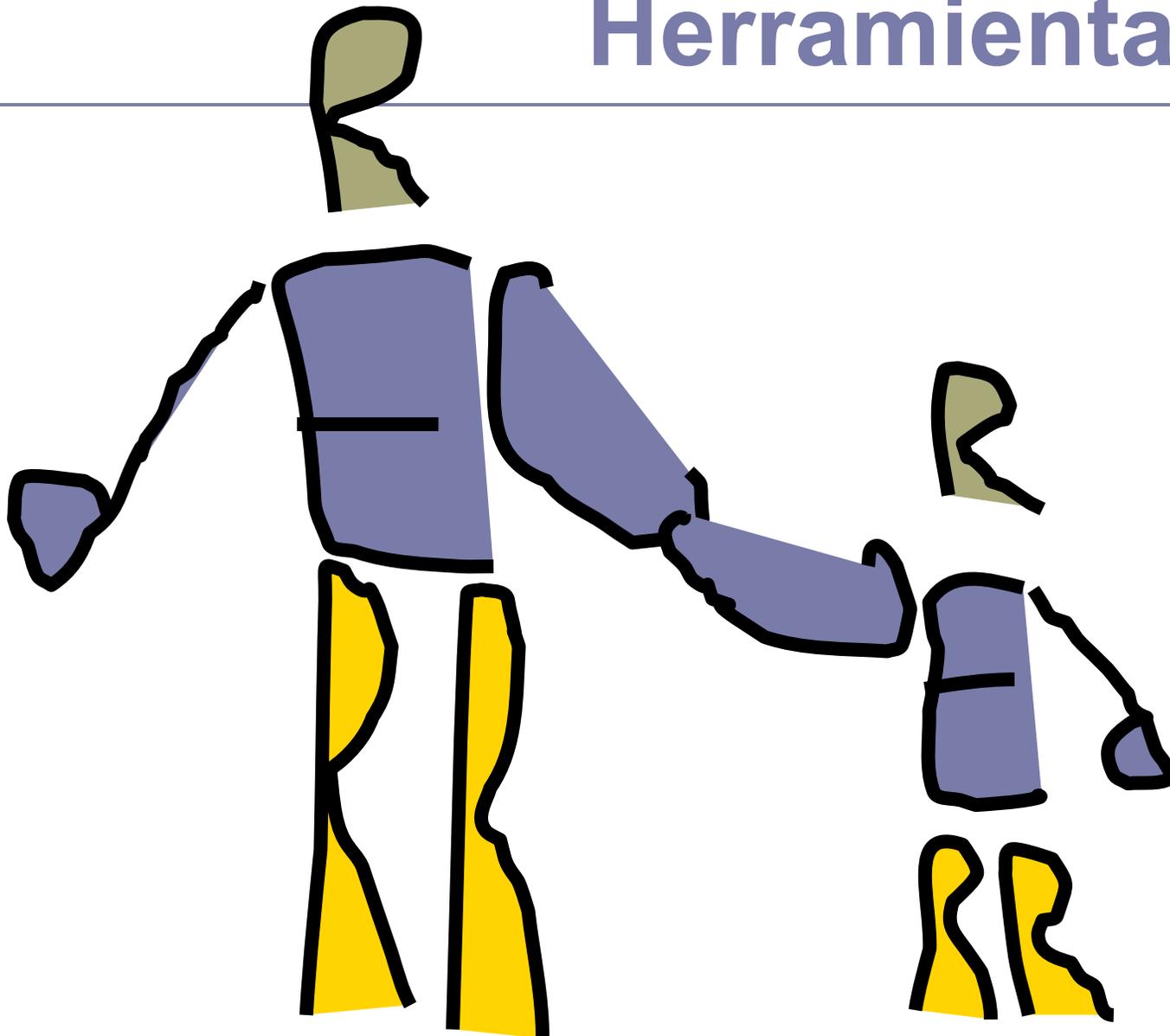
- Destrezas y Talentos
- Virtudes y Cualidades
- Recursos y Metas



Ideas y Herramientas



Herramientas

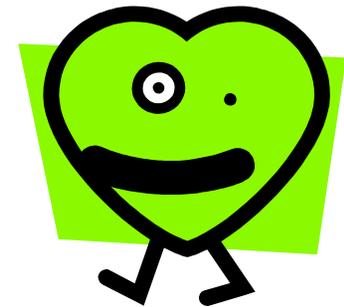


Comunicación

Sentir

Emociones

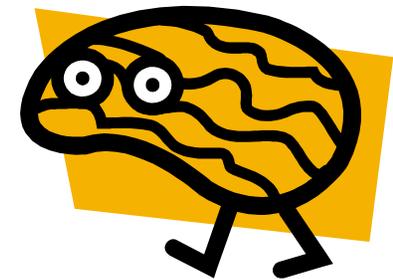
Intuición



Pensar

Razonar
Planificar

Recordar
Decidir



El ojo del amo...

engorda al caballo

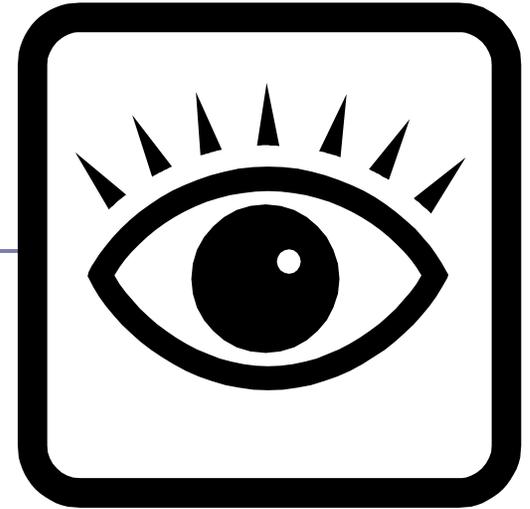


Cuatro ojos...

ven mejor que dos



Observar



Ver

Patrones

Cambios

No hay peor sordo...
que el que no quiere oír



**El que no oye consejos...
no llega a viejo**



Escuchar



¿Qué?:

Palabras/Mensaje

Tono

Gestos

Sentimientos/Emociones

Experiencias

Intereses

Opiniones

Escuchar



¿Cómo?:

Atención
Privacidad

Regularmente
Frecuentemente

Escuchar



Pasos:

Parar todo

- evitar distracciones

Mirar fijo

- cara a cara

Oír mensaje

- “dices que _____”

Reflejar tono

- “suena que te sientes _____”

Parafrasear

- “cuando _____, tú _____”

Evitar

Ordenar

Rechazar

Cantaletear

Juzgar

Culpar

Ridiculizar

Amenazar

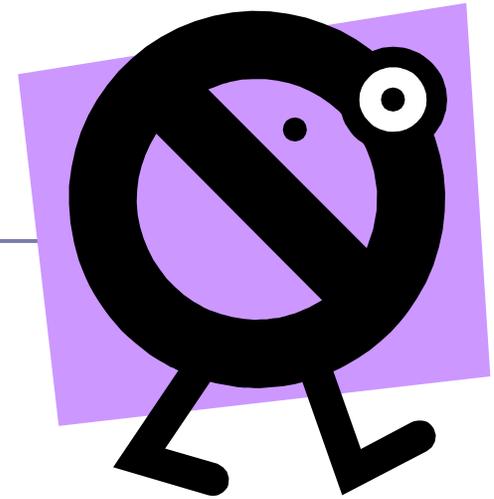
Ignorar

Interrogar

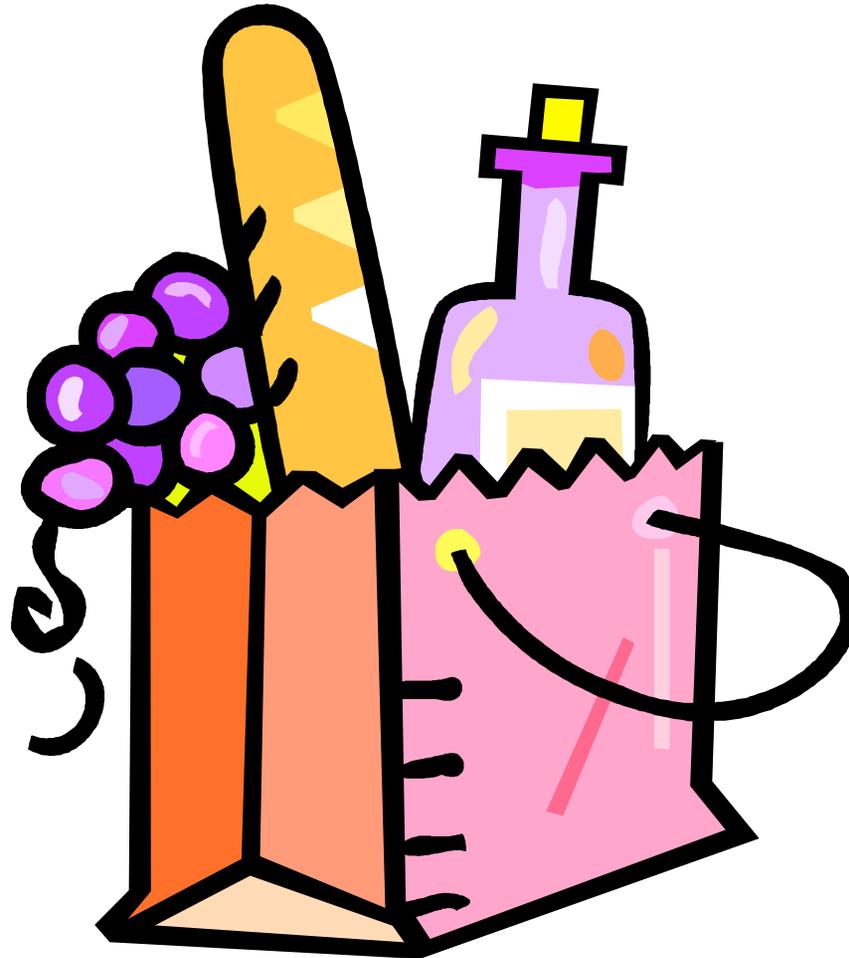
Criticar

Atacar

Humillar

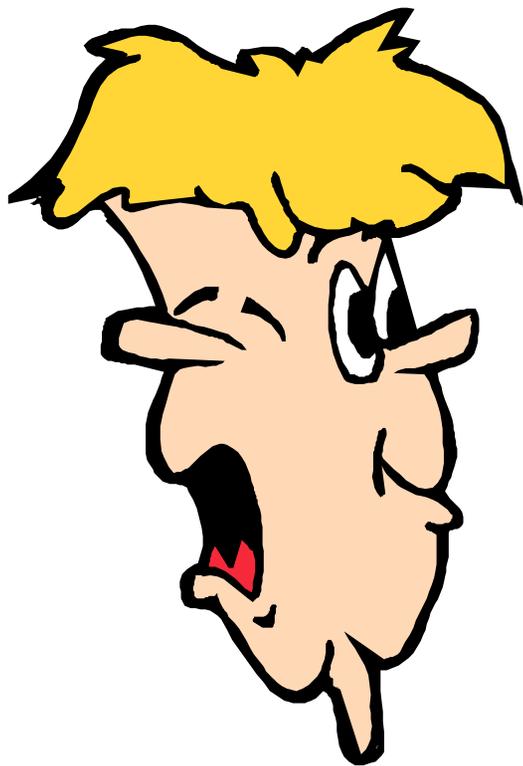


Llamar al pan, pan...
y al vino, vino

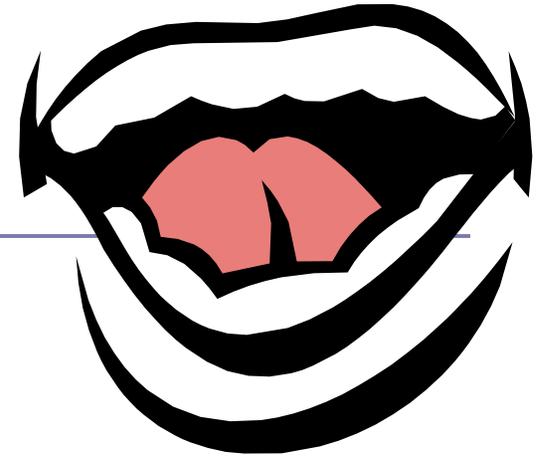


El que tiene boca...

se equivoca



Hablar

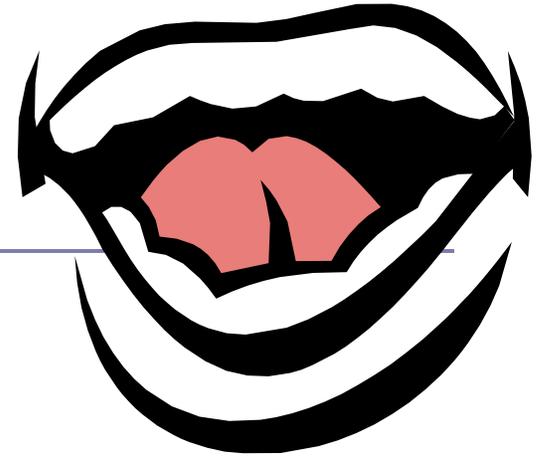


¿Qué?:

Lo importante
Lo difícil
La verdad

Contestar ¿?
Hacer ¿?

Hablar



Mensajes Yo:

Yo me siento _____ cuando _____.

Yo pienso _____ porque _____.

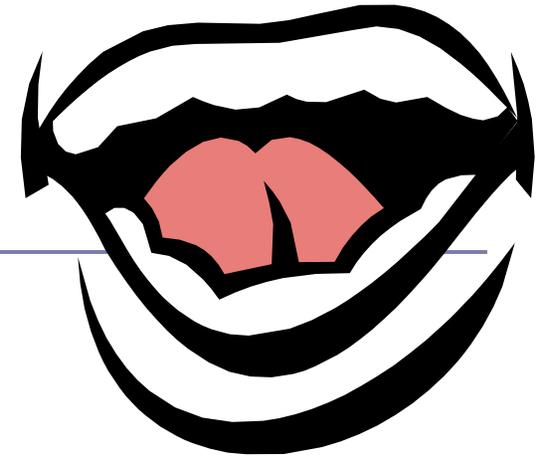
Preguntas Abiertas:

¿Cómo...?

¿Qué tal...?

¿Qué piensas de...? Cuéntame de...

Hablar



Vitaminas

Reconocimiento
Poder de decidir

Afecto
Ánimo

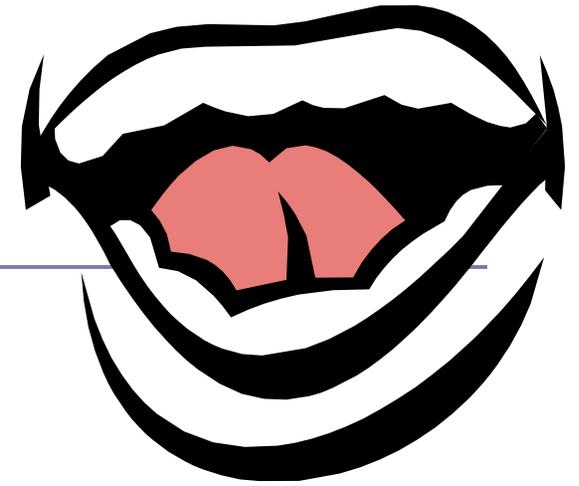
Venenos

“Deberías ser como...”

“Debería darte vergüenza”

“Te voy a dejar, regresar, abandonar”

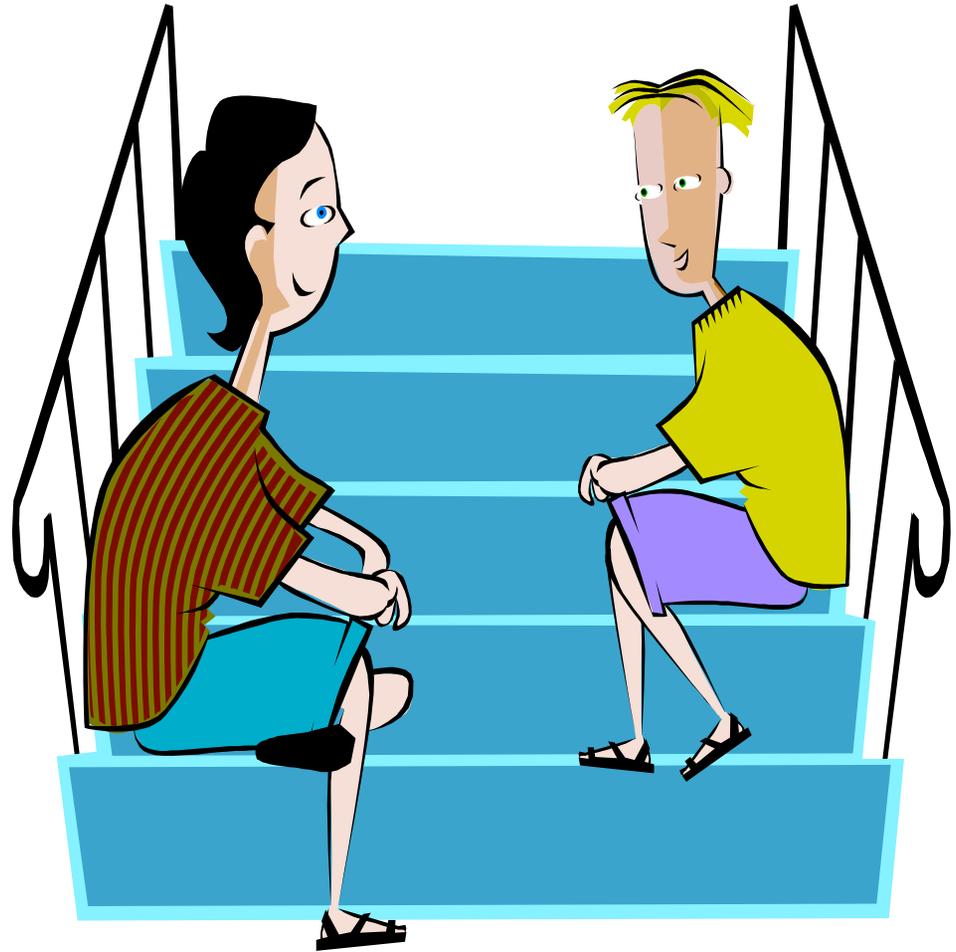
Pláticas Productivas



- **P**ersonas Presentes- Todos participan
- Comenzar con **P**ositivos para cada persona
- Presentar **P**roblemas
- Listar sugerencias, opciones
- Decidir **P**lan de acción
- Cerrar la plática con actividad divertida

Hablar

- Pláticas PPPP
 - Personas
 - Positivos
 - Problemas
 - Plan



Hablando, se entiende la gente



Roles/Mensajes



Testigo
Espejo

-estoy aquí
-te veo, te escucho

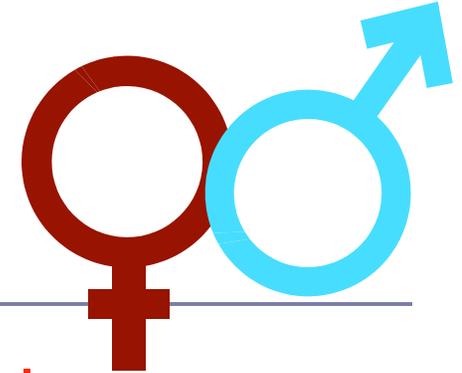
Maestro
Guía

-te enseño lo que sé
-te muestro un camino

Entrenador

-te preparo para estar listo

Hablando de Sexo



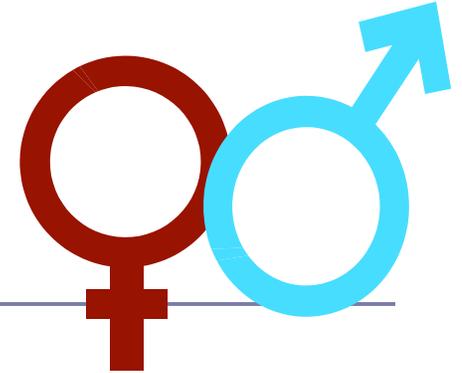
- ❑ Los adolescentes son **seres sexuales**
- ❑ **Comunicación con padres** está asociada con aplazamiento del sexo y la prevención de embarazos
- ❑ Tomar la **iniciativa** y tener buen **tino** (momento y lugar apropiado)
- ❑ **Llamar por su nombre** a las partes del cuerpo y los actos sexuales
- ❑ Hablar sobre **masturbación, menstruación, embarazo, anticonceptivos, ETS**

Hablando de Sexo



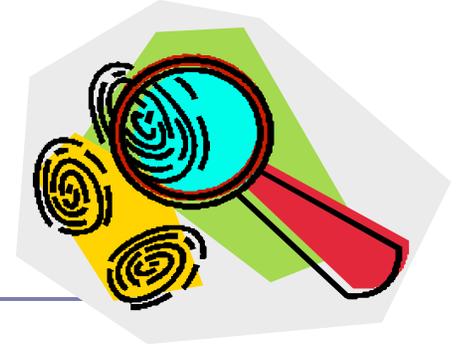
- Usar **libros** con explicaciones e ilustraciones
- Discutir **consecuencias** de actividades sexuales
- Enfatizar en la **responsabilidad** y el **respeto** propios y hacia otros
- Enseñar **valores** familiares, culturales y religiosos
- **Preguntas abiertas** (“Cuéntame de...”, “¿Qué piensas de...?”)

Hablando de Sexo



- **Escuchar** sin juzgar, animar confianza
- **No predicar, cantaletear, interrogar, humillar, ridiculizar**
- **Responder** preguntas directa, clara, honestamente
- **Admitir** cuando no tenemos respuesta, y buscarla

Las Pandillas



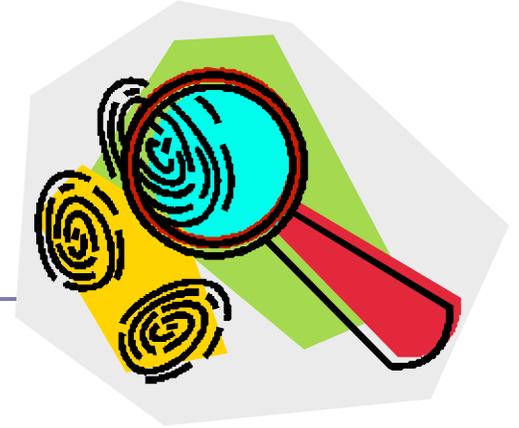
- **En busca de** amistades, sentido de pertenencia, protección, y/o procurando mejorar situación económica.
- **Mayor riesgo:** problemas de conducta, aspiraciones bajas, descuido, conflicto o abuso, pocas oportunidades educativas, recreativas, y vocacionales.
- **Descuido de estudios, adicciones, arrestos, encarcelamientos, lesiones, muerte.**

Pandillas: **Prevención**



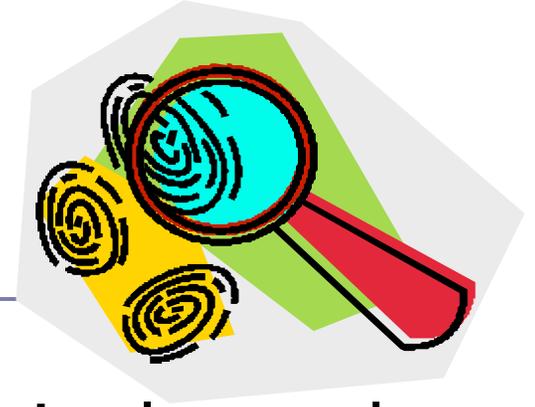
- Hablarles **desde pequeños** sobre los peligros de la delincuencia
- Mantener **comunicación abierta y positiva**
- Discutir **noticias, programas y películas** sobre pandillas
- Demostrarles **interés** en sus amistades y actividades
- **Apoyar** sus metas y progreso escolar
- Fomentar participación en **artes, música, deportes**

Pandillas: **Prevención**



- Sentar **normas** claras y **disciplina** consistente
- Servir de **buen ejemplo** con actitudes y conductas
- **Aprender** sobre las pandillas de su vecindario
- Unirse a **esfuerzos comunitarios** pro oportunidades constructivas para la juventud, y contra la delincuencia y la violencia

Pandillas: Señales



- **Cambios** en el comportamiento, incluyendo actitudes racistas
- **Ausencias** a la escuela y poco interés por estudios
- **Amistades** con miembros de pandillas
- **Ropa** de cierto color, joyas y accesorios (cachuchas, pañoletas, cintos) relacionados a pandillas

Pandillas: Señales



- **Tatuajes** y quemaduras y con símbolos de pandillas
- **Dibujos y números** de pandillas en libros, prendas, y paredes
- **Música, libros y revistas** con temas de pandillas
- **Dinero o posesiones** (teléfonos, "beepers", armas) sospechosas

Pandillas: **Guías**



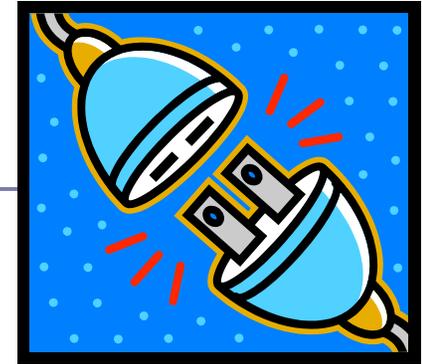
- Consejeros y personal escolar
- Organizaciones comunitarias
- Agencias de servicios sociales para jóvenes y familias
- Policía, alguacil y oficiales de probatoria juvenil

Practicando las 5 P's

- **P**reguntar
- **P**edir
- **P**rocurar
- **P**rotestar
- **P**erseverar



Conexión: Las 4 “S”



Conclusión:

Por los muchachos de nuestro corazón,
entablemos comunicación,
ofrezcámosles **Supervisión**,
apoyemos su **Socialización**,
y prevengamos la **Sedución**,
para su **Superación**.

Familia y Escuela

Los estudiantes progresan cuando el hogar y la escuela colaboran

Progreso = Paciencia + Práctica

- Principios
- Prácticas

- Padres
- Profesores
- Profesionales



Familia y Escuela

- Les comunico a mis hijos **actitudes positivas** hacia la educación y la escuela.
- Les expreso mis **esperanzas y sueños** para su futuro.
- Les pregunto a diario sobre lo que **aprendieron y vivieron** en la escuela.
- Les pido que me muestren a diario lo que **hicieron** en la escuela.

Familia y Escuela

- Tenemos un **ambiente conducente al estudio** en nuestro hogar.
- Conozco las **reglas y normas escolares**.
- Ayudo a los maestros a **conocer y entender** a mis hijos.
- Tengo un sistema de **comunicación regular con los maestros** de mis hijos.
- Asisto a las **juntas de padres y maestros**.

Familia y Escuela

- Presto atención a las **calificaciones** de mis hijos.
- Les **reconozco** y felicito cuando se **esfuerzan** y mejoran.
- Pido **sugerencias** sobre los **problemas** escolares.
- **Evito rescatar** a mis hijos de las consecuencias de su conducta.
- Pertenezco a la **asociación de padres y maestros**.

No Basta



- ❑ No basta traerlos al mundo porque es obligatorio, porque son la base del matrimonio, o porque te equivocaste en la cuenta.
- ❑ No basta con llevarlos a la escuela a que aprendan, porque la vida cada vez es más dura, y ser lo que tu padre no pudo ser.
- ❑ No basta que de afecto tú le has dado bien poco, todo por culpa del maldito trabajo, y del tiempo.
- ❑ No basta porque cuando quiso hablar de un problema,
- ❑ tú le dijiste “niño, será mañana, es muy tarde, estoy cansado”.

No Basta



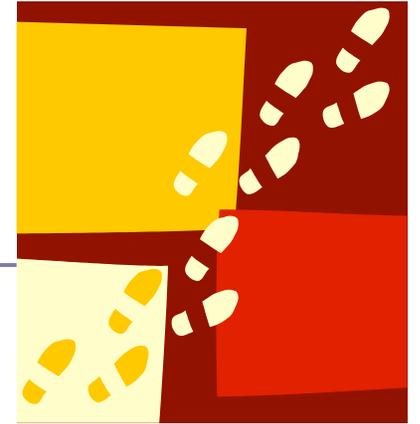
- ❑ No basta comprarle todo lo que quiso comprarse, el auto nuevo antes de graduarse, que viviera lo que tú no has vivido.
- ❑ No basta con creer ser un padre excelente, porque eso te dice la gente, "a tus hijos nunca les falta nada".
- ❑ No basta porque cuando quiso hablarte de sexo, se te subieron los colores al rostro, y te fuiste.
- ❑ No basta porque de haber tenido un problema, lo hubiera resuelto comprando en la esquina, lo que había: ¡porquería!

No Basta



- ❑ No basta con comprarle curiosos objetos.
- ❑ No basta cuando lo que necesita es afecto, aprender a dar valor a las cosas, porque tú no le serás eterno.
- ❑ No basta castigarlo por haber llegado tarde, si no has caído en cuenta que tu chico es un hombre, ahora más alto y más fuerte que tú...

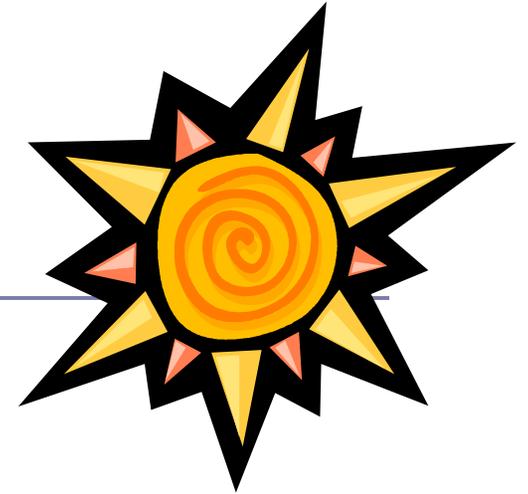
(Franco de Vita)



Cuando de jóvenes se trata,

- “A mal tiempo, buena cara.”
- “Se hace lo que se puede,” pues
- “No hay peor gestión que la que no se hace.”
- “El que busca, encuentra,” y
- “No van lejos los de adelante si los de atrás corren bien,” ya que
- “Paso a paso se llega lejos.”

Nuestros Niños



**El Programa de Radio
para Crecer y Aprender en Familia**

Domingos, 8:00 AM

La Kalle 100.7/105.7 FM

KBBF 89.1 FM

Mega 101.1 FM

KLOK Tricolor 99.5 FM

José KSES 107.1

KMBX 700 AM

1-866-99NINOS/1-866-996-4667

www.nuestrosninos.com

Interactive Parenting Media

Childhood Matters



**The Radio Talk Show for Parents
And All Who Care about Kids**

Sundays, 7:00 AM

KISS 98.1 FM

1-877-372-KIDS

www.childhoodmatters.org

Interactive Parenting Media