

Criando a su hijo adolescente: Transición y cambio

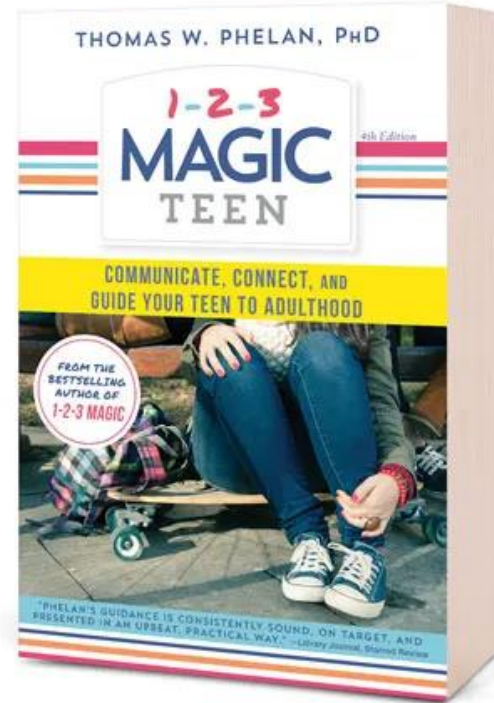
Cypress-Fairbanks ISD
Departamento de Servicios Psicológicos



Bienvenidos

Noche 1

Metas y recursos



Objetivos generales del curso

Ayudar

Ayudar para que la relación entre usted y su hijo sea aún mejor de lo que es ahora

Aumentar

Aumentar la confianza en las destrezas y habilidades para la crianza de los hijos

Identificar

Identificar maneras de disciplinar con eficacia

Resumen del día de hoy

Actividad para romper el hielo

Desarrollo del adolescente

El cerebro del adolescente

Fortalecer la relación con su hijo
adolescente

Roles de intervención

Transiciones

Sesión de discusión

¿Cuáles son los adjetivos positivos que describen a su hijo?

¿Qué es lo que más le gusta acerca de su hijo?



A word cloud of positive adjectives in various colors and sizes. The words are arranged in a roughly circular shape. The largest words are 'Intelligent' (orange), 'Determined' (pink), 'Strong' (orange), 'Talented' (red), 'Honest' (green), 'Generous' (purple), 'Brave' (purple), 'Reliable' (orange), 'Powerful' (orange), 'Elegant' (purple), 'Kind' (purple), 'Ambitious' (purple), 'Outspoken' (green), 'Practical' (green), 'Good' (green), 'Uncompromising' (orange), 'Self-made' (green), 'Humble' (green), 'Rich' (orange), 'Sexy' (orange), 'Underdog' (orange), 'Beautiful' (orange), 'Carefree' (orange), 'Fighting' (purple), and 'Popular' (purple).

Desarrollo del adolescente

¿Qué es la adolescencia?



Etapas de transición de la niñez a la adultez

Adolescencia temprana: 10 a 14 años

Adolescencia media: 14 a 17 años

Adolescencia tardía: 18 a 21 años



Periodos de tiempo con necesidades de desarrollo específicos:

Físico

Cognitivo

Social

Emocional

Identidad (por ejemplo: sexual, vocacional, moral y personal)

Clasificación	Niños (edad)	Niñas (edad)	Estado físico
Temprano	10-15	10-14	Etapas tempranas de la pubertad, crecimiento físico rápido.
Media	15-17	14-15	Continúa el desarrollo sexual; continúa el crecimiento físico y la maduración, especialmente en los niños.
Tardío	17-19	16-19	Fin de los cambios de la pubertad.

Adolescencia y desarrollo físico

La adolescencia y el desarrollo cognitivo

10 años



19 años

Necesita guía para la
toma racional de
decisiones

Considera situaciones
hipotéticas, usa
metáforas

Razonamiento moral

Habilidad para pensar
realísticamente acerca
del futuro, fijación de
metas

Habilidad para
analizar situaciones
lógicamente

Habilidad para pensar
abstractamente

La adolescencia y el desarrollo social

Cuando iba corriendo con su madre, ella le dijo: “Mamá, ¿te molestaría no hablarme cuando salimos a correr juntas?”



Otra vez,
cuando su
mamá estaba
parada bajo la
lluvia
mirándolo
jugar lacrosse,
él se le acercó y
le pidió que *no*
usara la
capucha del
impermeable.



La adolescencia y el desarrollo social

- Comienza a separarse de los padres y a explorar los límites de la independencia-dependencia
 - Menos interés en las actividades con los padres/la familia
- Reticencia a aceptar tácitamente los consejos de los padres

La adolescencia y el desarrollo social

Aumenta la importancia de los grupos de pares y la conformidad con los pares.

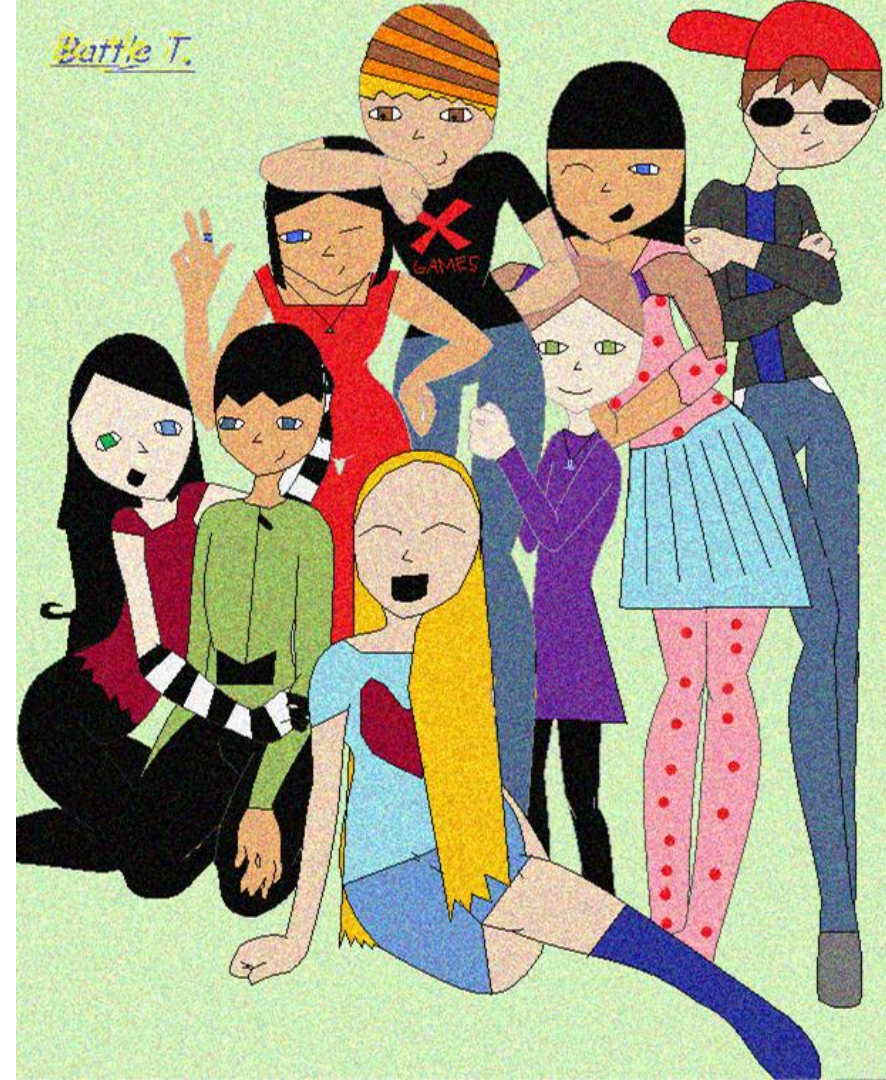
Son comunes las relaciones del mismo sexo, intensas e idealizadas (“Mejores amigas para siempre”).

El grupo de pares se convierte en el medio primario de apoyo social.

En ocasiones, los pares podrían ser “todos” y definir “todo”.

El grupo de pares les permite probar nuevas identidades

Aumenta el interés en las relaciones románticas.



La adolescencia y el desarrollo cognitivo

¿Quién soy?
¿Dónde
pertenezco?

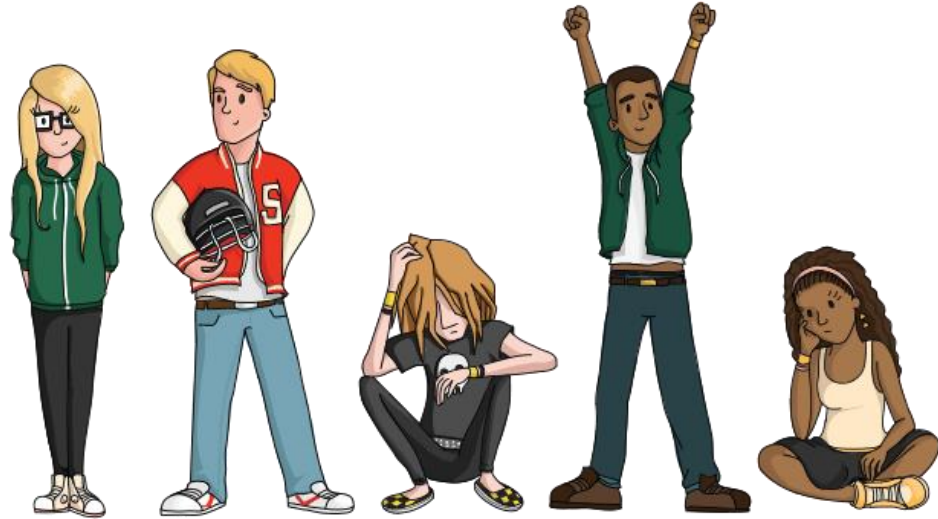
- Desarrollo de la identidad (género, sexual, étnica, etc.)
- Autoestima y sentido del propósito
- Rol del grupo de compañeros

¿Cómo me
relaciono con
los demás?

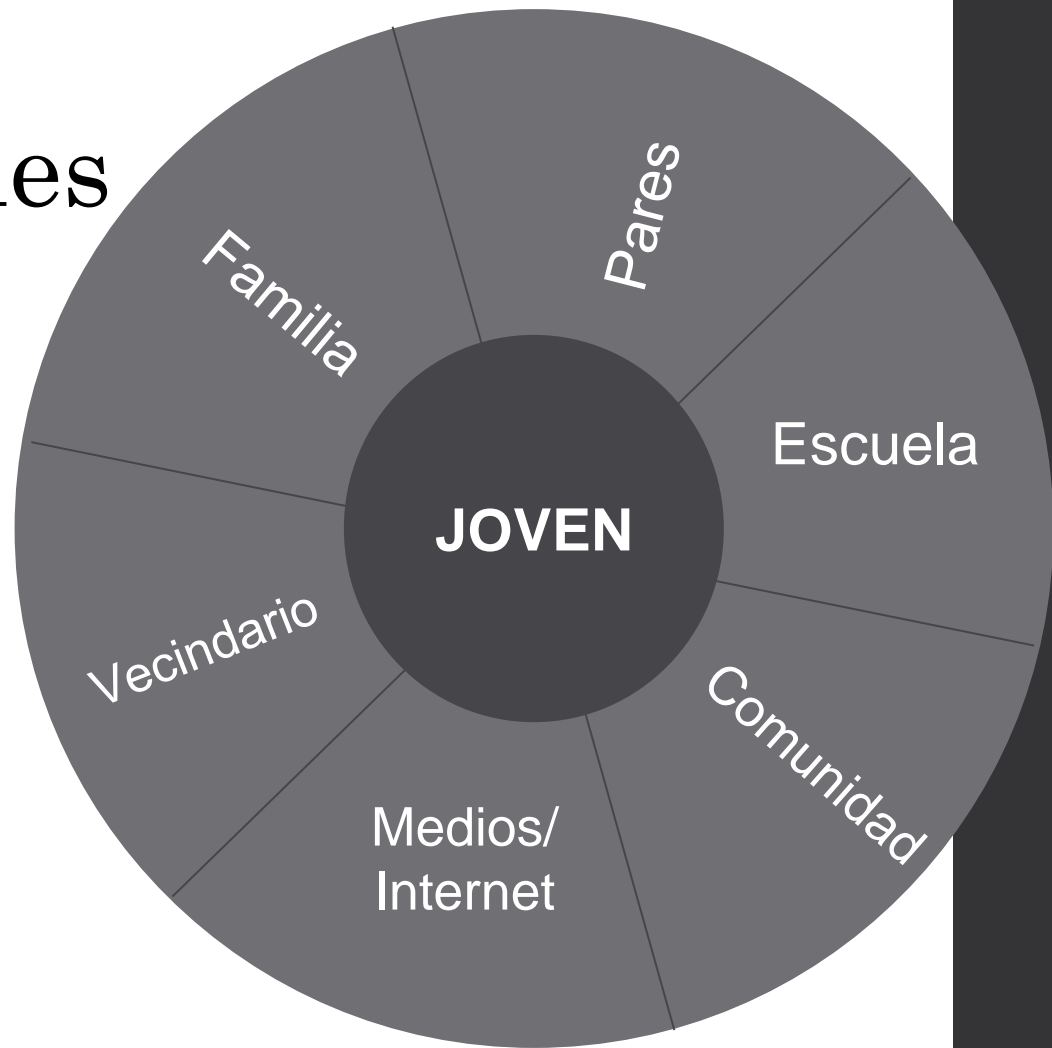
- Destrezas sociales
- Inteligencia emocional

La adolescencia y el desarrollo emocional

- Cambios de humor
- Intensidad emocional
- Conflicto con los padres
- Toma de riesgo
- Control del impulso



Entornos medioambientales



El cerebro del adolescente y los efectos en el comportamiento

La amígdala

Respuestas emocionales:

“¿Por qué te vas cuando te estoy hablando?”

Asociada con las respuestas emocionales e “instintivas”

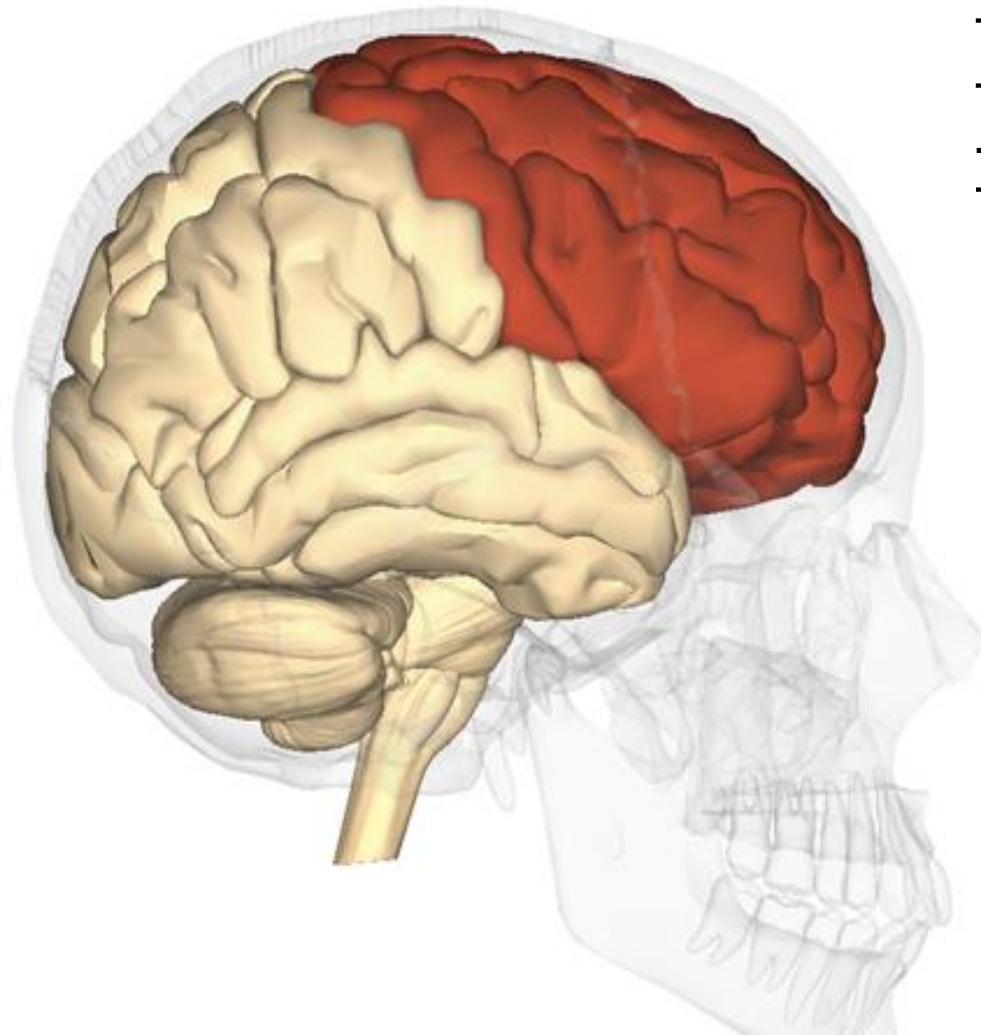
Los adolescentes usan esto con frecuencia para interpretar
información emocional

los adultos usan la corteza frontal

**Cambia y crece significativamente durante la adolescencia

Amygdala

El lóbulo frontal



Planificación: “¿Por qué no puedes terminar tu tarea escolar antes de salir?”

“El director ejecutivo del cerebro”

Planificación, formulación de estrategias y juicio

El daño en esta área en los adultos tiene como resultado:

Pérdida de destrezas sociales

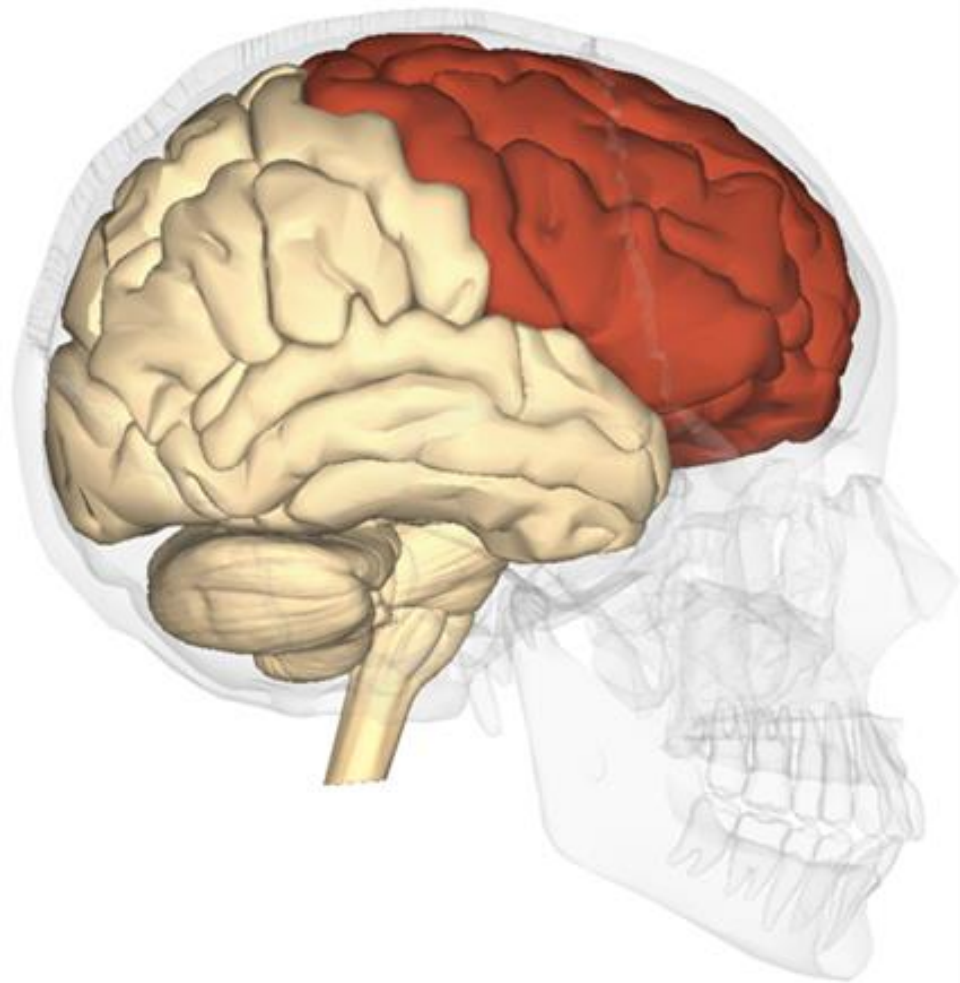
Hacer comentarios inapropiados

Dificultad para entender la moraleja del cuento

Incapacidad para planificar de antemano

Incapacidad para resolver consecuencias

**Cambia y crece significativamente durante la adolescencia



El lóbulo frontal

Juicio: “¡estoy cansado de tus malas decisiones!”

Asumir riesgos:

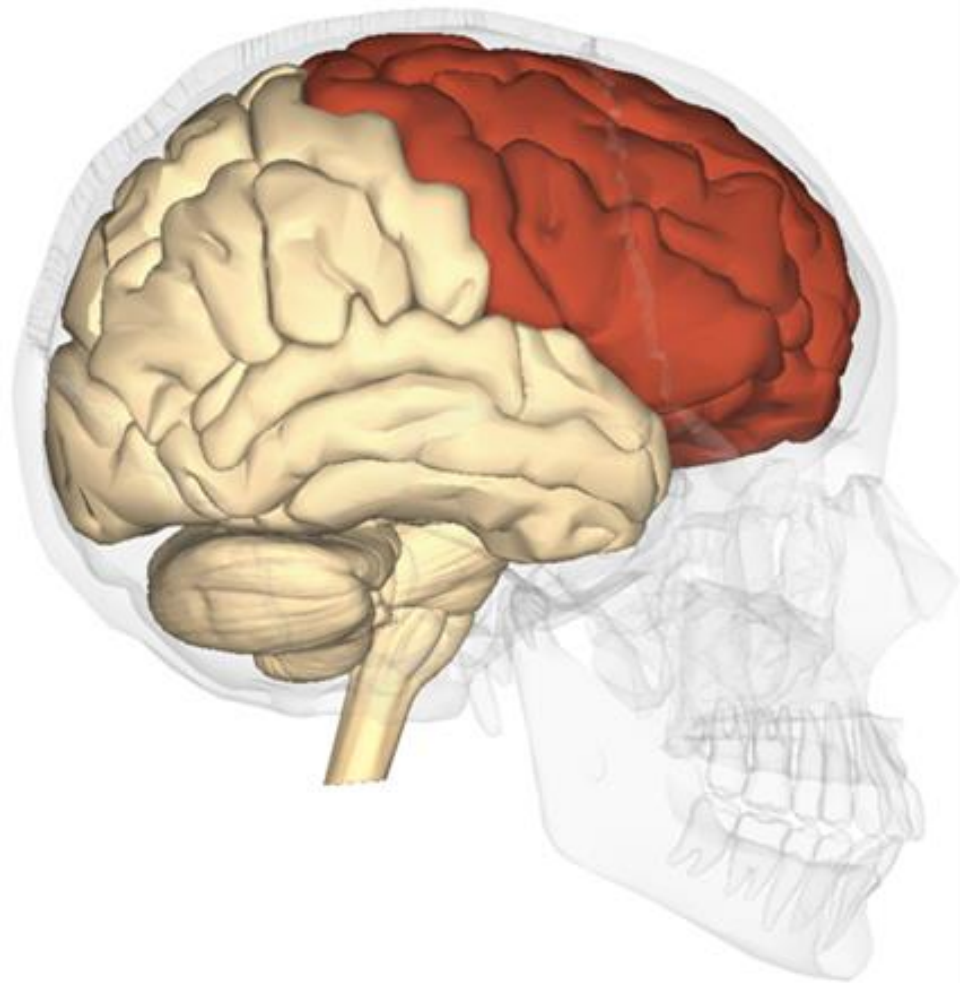
Puede ser positivo o negativo

Motivado a buscar nuevas experiencias, personas, aprendizaje y entornos

Exploración; encontrando nuevos intereses y pasiones

Entusiasmo por el mundo - innovación, creatividad

****Cambia y crece significativamente durante la adolescencia**



El lóbulo frontal

Poda sináptica y mielinización

Aumento en la eficacia del procesamiento

“Especializar” el cerebro

Toma de decisiones más eficaz

Conexiones fortalecidas

Motivación: “¿Por qué no haces lo que te pido?”

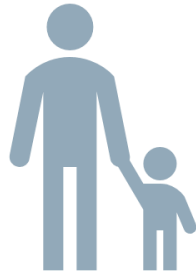
Los circuitos del cerebro involucrados en la motivación, la cual promueve la toma de decisiones, no están desarrollados en su totalidad

Beneficios de los cambios del cerebro

¡Estado
óptimo para
aprender
cosas
nuevas!



Comparta con la persona a su lado



¿Qué tipo de cosas están haciendo usted y la escuela para apoyar a su hijo con esos efectos?



¿Qué otra cosa cree usted que podría ayudar?

Roles del padre

Evolución de su rol

Considere la influencia de sus pares...

Influencia de los padres:

- Valores básicos de la vida, como la bondad, el carácter
- Esfuerzo
- Ética de trabajo, responsabilidad
- Adherirse a las reglas y las leyes
- Toma de decisiones
- Persistencia, resiliencia
- Planes educacionales

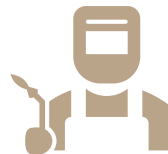
Puntos clave



La relación es crítica para la crianza Y para el desarrollo de su hijo adolescente



Mantener una supervisión del comportamiento razonable (un aumento gradual de las libertades y responsabilidades)



Parte de su trabajo es ir dejando atrás el trabajo, ¡la idea es criar a una persona independiente!

Los posibles roles...



Observador



Consejero / Consultor / Guía



Negociador



Director



Ancla

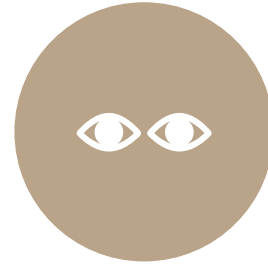
Observador



ESCUCHAR
ACTIVAMENTE /
ORIENTAR



HACER UNA CANTIDAD
LIMITADA DE PREGUNTAS
ABIERTAS O COMENTARIOS



OBSERVAR O “ESTAR
PENDIENTE” DE LA
SITUACIÓN

Consejero / Consultor / Guía



COMPARTIR SUS
PENSAMIENTOS
ACERCA DE UNA
SITUACIÓN



ESCUCHAR LA
PERSPECTIVA E
INQUIETUDES DE SU
HIJO ADOLESCENTE



DISCUTIR
ALTERNATIVAS,
OPCIONES



GUIAR/MODELAR
RESPONSABILIDADES/
COMPORTAMIENTOS
ADULTOS

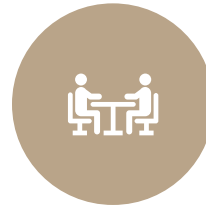
Negociador



MODELAR
RESOLUCIÓN DE
CONFLICTOS



MANTENER EL EQUILIBRIO
ENTRE LA BÚSQUEDA DE
LIBERTAD DEL
ADOLESCENTE Y LAS
NECESIDADES
FAMILIARES Y LÍMITES DE
LOS PADRES



FIJAR HORARIOS
PARA HABLAR SOBRE
ASUNTOS O
PROBLEMAS



ESCUCHAR A SU HIJO
ADOLESCENTE Y
TRABAJAR CON ÉL
PARA LLEGAR A
ACUERDOS
ACEPTABLES

Director



A MENUDO USADO PARA
INQUIETUDES DE
SEGURIDAD Y SALUD



PODRÍA SER NECESARIO
PARA SITUACIONES MÁS
SERIAS



SE PODRÍA USAR PARA
SITUACIONES QUE
IMPACTAN A OTROS O A
TODA LA FAMILIA

Ancla



PROVEE UNA
SENSACIÓN DE
ESTABILIDAD



DA SEGURIDAD AL
ADOLESCENTE,
UN “LUGAR
SEGURO” A
DÓNDE IR



PROPORCIONA
CUIDADO
ESTABLE CON
DIRECTIVAS
CONSISTENTES



ES EL “PORRISTA”
DE SU HIJO
ADOLESCENTE



BUSCA TODO LO
POSITIVO

Consideraciones especiales: Tiempos de transición

5.º a 6.º grado

Escuelas más grandes

Más adultos,
varias
expectativas

Aumento en la
complejidad
social con los
pares

Exigencias
académicas y de
organización
adicionales

Cambios
personales
internos y
externos

Exploración,
comportamientos
arriesgados

Consideraciones especiales: Tiempos de transición

8.º a 9.º grado

Escuelas aun más grandes

Retos relacionados con la participación activa y las conexiones en la comunidad escolar

Aumento en las dificultades y presiones académicas

Estrés con respecto al futuro

Relaciones sociales y expectativas cada vez más complejas

Al tener más libertades, tendrá más oportunidades para participar en comportamientos riesgosos y hacer elecciones potencialmente dañinas

Fortalecer la relación con su hijo adolescente

EVITE:

- Molestar
- Pelear
- Discutir por problemas que surgen de improviso
- Discursos

Fortalecer la relación con su hijo adolescente

CONÉCTESE:

- Escuchar
- Conversar, sin bombardear con preguntas
- Compartir experiencias divertidas
- Estímulo y refuerzo positivos

Comparta con la persona a su lado

Hable sobre una manera de conectarse con su hijo adolescente esta semana.



¡GRACIAS!