

Conecta y gana: tu kit de herramientas para una relación armoniosa con tu adolescente

Los padres y adolescentes que se informan juntos tienen una mejor relación.

¿Recuerdas lo difícil que fue la adolescencia para ti? Bueno, esa época tampoco es fácil para tu hijo. Pero cuando sienten que de verdad estás tratando de escucharlos y estás presente, están mejor preparados para superar los desafíos de la vida. ¡Por eso es tan importante conectar con tu adolescente!

9 Beneficios de conectar con tu adolescente:

Crear confianza:

Cuando confían en ti, te pedirán la ayuda y el apoyo que necesiten para tomar decisiones más sanas. Para que confíen más en ti, escúchalos y valida sus sentimientos.

Incentivar su curiosidad:

Al apoyar los intereses y sueños de tu adolescente, lo motivas a explorar cosas nuevas y a descubrir sus pasiones. Ponlo en contacto con gente o eventos que se relacionen con sus pasiones.

Dar apoyo:

Estar presente para tu adolescente en momentos difíciles le demuestra que puede confiar en ti. A veces, solo con escucharlo lo ayudas a sentirse mejor por permitirle expresar lo que siente.

Poner límites:

Tener reglas justas y claras en la casa ayuda a tu adolescente a entender los límites y aprender a ser responsable.

Mostrar afecto:

Un abrazo o un agradecimiento son muy valiosos para demostrar a un adolescente que lo aprecias y hacen que su relación sea más cercana.

Fomentar la independencia:

Permitir que tu adolescente tenga nuevas responsabilidades lo ayuda a aumentar su confianza en sí mismo y su independencia, destrezas indispensables en la adultez.

Enseñar habilidades sociales:

Sé un buen ejemplo mostrándole cómo comunicarse positivamente con los demás. Así lo ayudarás a crear relaciones más significativas y a superar conflictos.

Festear sus logros:

Cuando logre algo, ¡féstéjalo! Por más pequeño que sea su logro, como completar un quehacer de la casa. Esto impulsa su autoestima y lo motiva a seguir superándose.