Our Kids Network (Red de nuestros hijos) es una asociación de organizaciones y agencias en todo Halton que prestan servicio a los niños y jóvenes. Guiada por la investigación, la red provee liderazgo a las agencias participantes para la planificación e integración de servicios y apoyos para que todos los niños prosperen.

www.ourkidsnetwork.ca

OKN-Spanish-2013

Un nuevo tipo de paternidad:

Cómo criar niños(as) de 10 a 16 años de edad

con la Dra. Jean Clinton

Este recurso fue desarrollado por Our Kids Network (Red de nuestros hijos) para acompañar videos de una conferencia dictada por la Dra. Jean Clinton. Los temas principales fueron seleccionados en base a la investigación sobre las mejores prácticas acerca del desarrollo de los adolescentes y las inquietudes comunes identificadas por los padres de pre-adolescentes y adolescentes.

Los videos pueden verse en-línea en: **www.ourkidsnetwork.ca**.

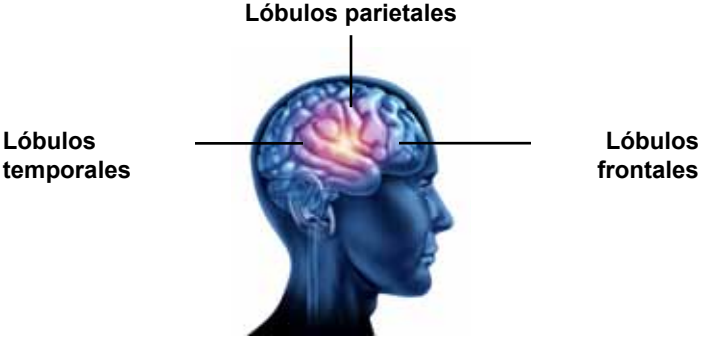
Índice

El cerebro del adolescente – “En formación” 3
Un nuevo tipo de paternidad 4
40 Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo) 5
Grosería y falta de respeto 6
Comunicación.....7
Amistades 8
Confianza y responsabilidad 9
Otras consideraciones.....10
Recursos/Referencias 11

El cerebro del adolescente – “En formación”

Las nuevas investigaciones en el desarrollo del cerebro muestran que durante el año que una niña llega a los 11 años y el año que un niño llega a los 12, se produce un período de rápido desarrollo del cerebro. Estos cambios continuarán hasta aproximadamente los 24 años. Las áreas afectadas del cerebro son:

- Los **lóbulos frontales**, incluyendo la corteza prefrontal. Estas áreas controlan la habilidad de “ver el futuro.” Es aquí donde puede afectarse la capacidad de decisión de los adolescentes, ya que no pueden comprender totalmente las consecuencias de sus acciones a largo plazo. Esta área también regula el control de los impulsos.
- Los **lóbulos parietales** y la corteza cerebral (la capa más externa del cerebro). Estas áreas son las responsables del razonamiento lógico y espacial. También colaboran en la toma de decisiones.
- Los **lóbulos temporales**. Estas áreas están asociadas con el lenguaje.



- Durante este tiempo, los pre-adolescentes también empiezan a desarrollar el **pensamiento abstracto**, comenzando a ver el mundo como algo más complejo.
- De acuerdo con el psicólogo del desarrollo Erik Erikson, la tarea de la adolescencia asociada con el desarrollo es la de **identificar:** averiguar quiénes son y dónde “encajan” en la sociedad.

Un nuevo tipo de paternidad

¿Ha notado cambios en el comportamiento de su preadolescente o adolescente? ¿A veces su adolescente parece una persona totalmente diferente? ¿Las técnicas que usaba cuando era pequeño(a) parecen no funcionar?

Aunque es posible que su adolescente no quiera que usted se entere, estar presente como padres es tan importante como siempre. Sin embargo, la forma cómo usted ejerza su paternidad con su hijo(a) puede tener un aspecto diferente. Comprender los cambios que afectan a su preadolescente y adolescente (por ejemplo, el desarrollo cerebral) puede ayudarle a apoyarlos a ellos.

La buena noticia es que la mayoría de los adolescentes pasan por esto y se transforman en adultos exitosos. Muchas, pero no todas, las familias atravesarán un período de “confusión” durante los años de adolescencia. Esperamos que la información en este folleto pueda brindarle un conocimiento más profundo y ayudarle a navegar por los años de la adolescencia.

Developmental Assets® (Elementos fundamentales del desarrollo)

“Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo) son las habilidades, cualidades, oportunidades y relaciones que los jóvenes necesitan para ayudarlos a transformarse en adultos comprensivos y responsables” (Search Institute®, 2005).

Como padre o madre, una de las cosas más importantes que usted puede hacer es construir los fundamentos en la vida de su preadolescente o adolescente. El Centro de Investigación (Search Institute) ha desarrollado una lista de 40 Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo) (ver página 5) que los jóvenes necesitan para tener éxito. Cuantos más elementos fundamentales tenga una persona, es más probable que a él o ella le vaya mejor en la escuela, que pueda hacer amistades y tomar decisiones más sanas. Los jóvenes que poseen más elementos fundamentales también son menos proclives a participar en conductas arriesgadas, tales como experimentar con drogas o alcohol, o actividades sexuales a temprana edad.

Lo importante para recordar acerca de los elementos fundamentales es que construyéndolos **intencionalmente**, usted aumenta los elementos esenciales para el desarrollo de su hijo(a). Varias estrategias en este folleto se basan en esta filosofía.

40 Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo)

Elementos externos	Elementos internos
Apoyo 1. Apoyo familiar 2. Comunicación familiar positiva 3. Otras relaciones con adultos 4. Un vecindario positivo 5. Un clima escolar positivo 6. Participación de los padres en la escuela **Empoderamiento** 7. La comunidad valora a los jóvenes 8. Los jóvenes como un recurso 9. Prestar servicio a los demás 10. Seguridad **Límites y expectativas** 11. Límites familiares 12. Límites escolares 13. Límites vecinales 14. Los adultos como ejemplo 15. Influencia positiva de los compañeros 16. Expectativas elevadas **Uso constructivo del tiempo** 17. Actividades creativas 18. Programas juveniles 19. Comunidad religiosa 20. Tiempo en el hogar	**Compromiso hacia el aprendizaje** 21. Motivación hacia los logros 22. Compromiso con la escuela 23. Tareas 24. Conexión con la escuela 25. Leer por placer **Valores positivos** 26. Preocuparse por los demás 27. Igualdad y justicia social 28. Integridad 29. Honestidad 30. Responsabilidad 31. Moderación **Capacidades sociales** 32. Planificación y toma de decisiones 33. Capacidad interpersonal 34. Capacidad cultural 35. Habilidad de resistencia 36. Solución pacífica de conflictos **Identidad positiva** 37. Poder personal 38. Autoestima 39. Sentido de propósito 40. Visión positiva del futuro personal

Grosería y falta de respeto

Lo que dicen los padres:

"¡Mi hija ya no me escucha! Nunca he tenido problemas reales en la escuela primaria, pero ahora estoy viendo cambios -especialmente en su actitud."

"Los(as) maestros(as) me dicen que falta el respeto en clase -que los desafía en todo lo que dicen. ¿Cómo puede ser que nunca me haya enterado de esto antes?"

¿Qué es lo que está pasando?

Al desarrollarse la corteza prefontal se forma también el pensamiento abstracto. Los adolescentes comienzan a cuestionar todo lo que saben porque han aprendido que hay más de una manera de ver una situación. También están descubriendo su propia identidad y se están preguntando a sí mismos en qué creen ellos. Aunque puedan no estar de acuerdo con usted, todavía quieren relacionarse con usted.

Lo que su adolescente quiere que usted sepa:

"Quiero saber que te importa lo que tengo que decir."

Consejos para los padres

Apoyo
- Digan más veces sí que no
- Usen el humor para salir de situaciones de tensión.
- Pídanle la opinión a él o a ella cuando tomen decisiones familiares.

Empoderamiento
- Sean honestos con su adolescente acerca de lo que ustedes no saben, y luego busquen juntos las respuestas.

Límites y expectativas
- Conversen con su adolescente acerca del intercambio de opiniones de forma respetuosa. Denle ejemplos reales de este comportamiento.
- Muéstrenle a su adolescente las diferentes facetas de las argumentos.

Capacidad social
- Mantengan un debate familiar. Establezcan las reglas de juego para asegurar que todos escuchen y sean escuchados.

Conexiones con Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo)

1 Apoyo familiar
2 Comunicación familiar positiva
8 Los jóvenes como un recurso
11 Límites familiares
14 Los adultos como ejemplo
16 Expectativas elevadas
32 Planificación y toma de decisiones

Comunicación

Lo que dicen los padres:

"Cuando le pregunto qué le pasa, él se encoge de hombros y dice: 'no pasa nada.'"

"Mi hija ya no me pide consejos - ella dice que yo no la entendería."

¿Qué es lo que está pasando?

Como parte del proceso de desarrollar su propia identidad, los adolescentes comienzan a definirse a sí mismos y a diferenciarse de sus padres. Los compañeros se convierten en las personas de más influencia en sus opiniones y decisiones. Esta es una etapa normal en el desarrollo porque los amigos son los que están experimentando los mismos sucesos en este momento, sin embargo, la investigación demuestra que la relación padre/madre-adolescente es tan importante durante estos años de transición, como lo fue siempre.

Lo que su adolescente quiere que usted sepa:

"Tengo problemas con las conexiones familiares."

Consejos para los padres

Apoyo
- Escuchen – cuando su adolescente viene a hablarles (de voluntad propia) tómense tiempo para escuchar.
- Tengan una política de puertas abiertas. Estimulen a su adolescente a aproximarse a ustedes con preguntas o inquietudes. Estén listos para escuchar y reconocer los sentimientos de su hijo(a).

Uso constructivo del tiempo
- Aprovechen las oportunidades para hacer algo divertido juntos.

Empoderamiento
- Pregúntenle a su adolescente cuál es la mejor manera de mantenerse en contacto. Algunas veces un mensaje de texto, en lugar de una llamada telefónica, puede ser una forma fácil de recordarle algo.
- Pídanle al adolescente su opinión: por ejemplo, "¿Qué piensas acerca de esto?"

Conexiones con Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo)

1 Apoyo familiar
2 Comunicación familiar positiva
8 Los jóvenes como un recurso
17 Actividades creativas

Amistades

Lo que dicen los padres:

"Yo confío en que mi hijo(a) tomará buenas decisiones, pero me preocupa lo que hará cuando esté con sus amigos."

¿Qué es lo que está pasando?

Una parte normal de la adolescencia involucra a adolescentes que quieren cada vez más independencia de sus padres. También están desarrollando un sentido de identidad personal y la búsqueda de más conexión con sus compañeros. Esto le ayuda a los adolescentes a prepararse para la adultez, y significa que nosotros ¡estamos cumpliendo con nuestro trabajo! Pero aun así, a muchos padres les entristece el cambio en la relación.

Lo que su adolescente quiere que usted sepa:

"Me siento conectado con mis compañeros de formas que tú no podrías entender."

Consejos para los padres

Empoderamiento
- Conozcan los nombres de los amigos de su hijo(a). Salúdenlos cuando los vean.

Apoyo
- Busquen distintas maneras de mantenerse involucrados. Todavía es importante. Sigan las indicaciones de su adolescente y pregúntele cuál es una buena manera de mostrarle afecto (por ejemplo choca esos cinco, palmadita en la espalda).

Capacidad social
- Mantengan la conversación: hablen con su adolescente acerca del significado de ser un buen amigo.

Límites y expectativas
- Reconozcan que su adolescente puede ver en sus amigos atributos positivos que ustedes no pueden ver.
- Sean constructores positivos: tengan la intención de conocer a los amigos de su adolescente y sean un buen ejemplo para ellos.

Conexiones con Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo)
1 Apoyo familiar
2 Comunicación familiar positiva
7 La comunidad valora a los jóvenes
14 Los adultos como ejemplo
15 Influencia positiva de los compañeros
33 Capacidad interpersonal

Confianza y responsabilidad

Lo que dicen los padres:

"Él me dice que no tiene tarea. Luego me llaman de la escuela para decirme que no ha estado entregando sus trabajos."

"Ella me dijo que su amigo estaba dando una fiesta y que los padres del amigo estarían en casa. Luego yo los llamé y descubrí que no sabían nada del asunto."

¿Qué es lo que está pasando?

A medida que los adolescentes crecen, comienzan a querer más independencia y a querer ser tratados como adultos. Sin embargo, saber que sus cerebros todavía están en desarrollo y aun están aprendiendo a manejar las responsabilidades ayuda a los padres a darse cuenta que los adolescentes van a cometer errores. Su rol es ayudar a guiar a su adolescente a tomar una decisión, sin tomarla usted por el adolescente. Se trata del justo equilibrio entre confianza y supervisión.

Lo que su adolescente quiere que usted sepa:

"Quiero ser responsable de mis actos."

"Cuando me pones límites razonables, me demuestras que te importo."

Consejos para los padres

Valores personales e identidad positiva
- Celebren los pequeños éxitos – hagan comentarios cuando su adolescente hace algo bien o actúa de manera responsable.

Límites y expectativas
- Continúen monitoreando – esto quiere decir conocer quiénes son los amigos de su adolescente, con quien él o ella pasa tiempo, dónde va, etc.
- Pongan reglas y expectativas razonables. Hablen con su adolescente sobre lo que ustedes esperan y negocien responsabilidades juntos.

Capacidad social
- Planee por adelantado con su adolescente acerca de situaciones nuevas (por ej. la primera fiesta de la escuela secundaria). Hablen acerca de sus inquietudes y juntos solucionen posibles escenarios.

Conexiones con Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo)
2 Comunicación familiar positiva
11 Límites familiares
16 Expectativas elevadas
30 Responsabilidad
32 Planificación y toma de decisiones
35 Habilidad de resistencia
38 Autoestima

Otras consideraciones

Diversidad

Lo que su adolescente quiere que usted sepa:

"Me gusta vivir en un mundo donde la gente pueda ser diferente."

Esta generación de jóvenes ha crecido entre muchos tipos de diversidad. Cuando los padres apoyan el mensaje que todos tienen valor, no importa cuales puedan ser sus diferencias, los adolescentes se sienten aceptados por quienes son.

Familias recién llegadas

Algunas familias experimentan desafíos cuando se mudan a Canadá. Muchos jóvenes experimentan desafíos con una "doble identidad" a medida que pasan por su adolescencia, ya que quieren adecuarse a sus compañeros canadienses, pero todavía identificarse con su cultura natal. También son conscientes de las expectativas de sus padres de mantener las tradiciones de su cultura.

Familias monoparentales

Criar a un adolescente por su cuenta puede parecer una tarea intimidante, pero realmente usted nunca está solo. La investigación demuestra que cuantos más adultos estén atentos a la vida de su hijo, más elementos fundamentales de desarrollo él o ella tendrán. Los maestro, vecinos, entrenadores, y amigos de la familia todos pueden impactar en la vida de su adolescente. Busque apoyos en los que usted confíe para hablar acerca de sus hijos y de su crianza.

Recursos/Referencias

Desarrollo del cerebro

Clavier, R. (2005). Teen Brain, Teen Mind (El cerebro del adolescente, la mente del adolescente). What parents need to know to survive the adolescent years (Lo que los padres necesitan saber para sobrevivir los años de adolescencia). Toronto Key Porter Books.

Strauch, B. (2003). The Primal Teen: What the new discoveries about the teenage brain tell us about our kids (El adolescente primal: Lo que los nuevos descubrimientos sobre el cerebro adolescente nos dicen sobre nuestros hijos(as)). New York Anchor Books.

PBS Frontline (2003). Inside the Teenage Brain (Dentro del cerebro adolescente). Disponible en-línea en: www.pbs.org

Desarrollo del pre-adolescente y del adolescente

McNeely, C. & Blanchard, J. (2009). The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development (Los años de adolescencia explicados: Una guía para el desarrollo saludable del adolescente). Centre for Adolescent Health at John Hopkins Bloomberg School of Public Health. Disponible en-línea en: http://www.jhsph.edu/adolescenthealth

Schonert-Reichl, K., et al. (2007). Middle Childhood Inside and Out: The Psychological and Social World of Children 9-12 (La niñez intermedia dentro y fuera: El mundo psicológico y Social de los niños de 9 a 12). University of British Columbia/United Way of the Lower Mainland. Disponible en-línea en: http:// middlechildhoodmatters.blogspot.com

Ungar, M. (2008). Today's Teens: Why Parents Matter (Los adolescentes hoy: Por qué los padres importan). National Clearinghouse on Family Violence. Published by the Ministry of Health. Disponible en-línea en: http://www.phac-aspc.gc.ca/ncfv-cnivf/pdfs/nfnts-raise-ado-eng.pdf

Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo)

Para obtener mayor información acerca de Developmental Assets (Elementos fundamentales del desarrollo), por favor visite los siguientes Sitios Web:

www.search-institute.org

www.lionsquest.ca