
Lo que debe y lo que No debe hacer un padre

Ser padre nunca es fácil especialmente cuando sus hijos llegan a la edad de adolescencia. Éste es el momento cuando ellos tratan de ser más independientes. Aquí encontrará algunas sugerencias que le ayudará en facilitar la experiencia:

Lo que un padre debe hacer

Concentrarse en lo positivo. Sea consistente en notar y apreciar el comportamiento positivo de su hijo. Trate de recompensar a su hijo cuando actúa en una manera positiva.

Los jóvenes aprenden con el ejemplo. Sea un modelo de comportamiento que le gustaría ver en su hijo. Si quiere que sean honestos y abiertos usted también tiene que ser así.

Sea consistente con las reglas que impone y en las maneras en que espera que su hijo las siga.

Reconozca sus propios errores. Su hijo necesita saber que usted también comete errores pero que usted actúa de una manera responsable para corregirlos.

Haga preguntas. Cómo pasaste el día? Cómo te sientes? Aprendiste algo interesante hoy? Has conocido a alguna persona? Con hacer preguntas y escuchar atentamente, usted puede mantener las líneas de comunicación abiertas con su hijo y le demostrará a su hijo que usted de veras tiene un interés en su vida.

Escuche activamente. Ponga atención a las emociones juntas a las palabras y repítalas a si mismo. Si su hijo confía en usted que, por ejemplo, "odia la escuela," contéstele con "parece que estás pasando por algo muy difícil en la escuela. Qué pasó? Esto puede ayudar a su hijo a empezar a comunicarse con usted, y usted entenderá la situación.

Si usted está ocupado con una actividad explíquelo a su hijo que éste no es el tiempo apropiado para poder charlar pero que usted está interesado en comunicarse con él. Dedique tiempo más tarde para poder escucharle. De esta manera el tendrá toda su atención.

Hable y comparta libremente el orgullo que usted siente por su hijo y complementa cualquier evento positivo.

Establezca reglas realistas. Considere ser más flexible con los quehaceres de la casa. Por ejemplo, si usted le ha mandado a su hijo llegar a casa a la una, pero los compañeros de sus hijos tienen permiso para quedarse más tarde, dele permiso de quedarse más tarde y hágalo responsable para observar esa regla.

Esto creará confianza y un sentido de responsabilidad.

Lo que un padre NO se debe hacer

Ser demasiado crítico. Criticar todas las cosas enfoca en lo negativo. Acuérdesse que todos cometen errores y es mejor enfocar en enseñarle a su hijo aceptar los errores como una experiencia de la vida. Y usted debería hacer lo mismo.

Decir una cosa pero hacer lo contrario. Los jóvenes encuentran que esta manera de "decir una cosa pero hacer lo contrario" es ser un hipócrita y para ellos es confuso.

Cambiar la manera de pensar y las reglas de la casa constantemente puede llegar a manipulación.

Ignorar el comportamiento de su hijo. Si ignora cambios repentinos del comportamiento de su hijo que afecta la manera en que duerme o come. Usted puede estar ignorando un problema más grande.