

LOS LÍMITES/EL DIÁLOGO/EL ACOMPAÑAMIENTO

- Evite conflictos por cosas que no tienen una importancia verdadera.
- Establezca límites claros, razonables y respételos.
- Explique claramente lo que no está aceptado y por qué.
- Conceda privilegios y asigne responsabilidades.
- Asuma posiciones claras y firmes al hablar de drogas.

Los adolescentes pertenecen a la sociedad en la que viven y, de alguna manera, reflejan los valores dominantes en esa sociedad.

Reflexiones sobre sus propias actitudes y comportamientos: son un buen ejemplo para sus hijos.

Analice y discuta con ellos los mensajes que aparecen en los medios de comunicación. Aprenda a disfrutar a sus hijos en esta etapa de la vida. Tienen muchos valores positivos.

Todos hemos sido adolescentes.

Los padres tiene derecho y la obligación de intervenir, pedir ayuda, comentar y consultar los problemas de su hijo/a adolescente en todo aquellos casos en que consideren que sus actos ponen en riesgo la vida o la integridad física o psíquica de sus hijos o de otras personas.

Si tiene dudas busque ayuda

Dr/a:

“El ejemplo no es sólo lo más importante para influir en los demás, es lo único”

Albert Schweitzer

Algunas ideas para convivir en armonía.

Si ustedes son padres de un/a adolescente, esta información los puede ayudar.



Por un niño sano
en un mundo mejor

Sociedad Argentina de Pediatría

Av. Coronel Díaz 1971/75 (C1425DQF)
CABA - Argentina (54-11) 4821-8612
institucional@sap.org.ar

www.sap.org.ar



Por un niño sano
en un mundo mejor

**Sociedad
Argentina
de Pediatría**

ALGUNAS IDEAS PARA CONVIVIR EN ARMONÍA

AYUDARLOS A:

- Descubrir sus capacidades.
- Analizar los problemas y buscar juntos soluciones.
- Identificar con qué actividades y personas se sienten mejor.
- Ser solidarios.
- Comprender que la vida tiene sufrimientos.
- Reflexionar sobre sus metas y expectativas en la vida.
- Crecer asignándoles tareas.
- Utilizar el tiempo libre con actividades sanas y placenteras.
- Compartir responsabilidades en el hogar.



PERMITIRLES

- **Expresarse**
- **Tener su espacio**
- **Ser independiente**
- **Resolver problemas**
- **Equivocarse; experimentar**
- **Elegir por sí mismos**
- **Reconocer sus dificultades por ellos mismos**



LOS AMIGOS

- Los padres de los adolescentes viven preocupados por las "malas compañías". Casi todo otro adolescente que no sea su propio hijo/a les parece una influencia negativa.
- Conozca los amigos de su hijo/a, converse con ellos, acéptelos.
- Permita que se puedan encontrar en su casa.
- Trate de conocer a sus familias.



Los SI

Oírlos y escucharlos.
 Atender sus problemas.
 Confiar en sus capacidades.
 Respetar su independencia.
 Valorar sus logros.
 Demostrarles amor.
 Tratar de comprenderlos.
 Estar siempre dispuestos al diálogo.
 Habla con ellos sobre: su futuro, sus proyectos, sexualidad, el SIDA, las drogas, la política, los valores...



Los NO

No a los castigos físicos.
 No a las amenazas.
 No a los insultos.
 No a la violencia.
 No lea sus cartas.
 No revise sus cosas.
 No les mienta, en ninguna circunstancia, sobre ningún aspecto.
 No los critique.
 No los compare con otros.
 No los humille ni los ofenda.
 No los reprenda delante de otras personas.
 No evite temas difíciles como sexo y drogas.
 No abandone su papel de protector o cuidador.