



Consejos para padres de preadolescentes / adolescentes (10-18 años)

SEXTING - Los adolescentes necesitan tu ayuda para navegar por la posibilidad de recibir o enviar una foto desnuda. Pregúnteles si conocen las posibles consecuencias para asegurarse de que su hijo adolescente comprenda que poseer fotos de desnudos de cualquier menor de edad es ilegal, que las fotos pueden volverse virales, pueden usarse como chantaje y pueden lastimar a las personas. Lea un artículo sobre sexting y discútalos juntos.

ACTOS SEXUALES, HABLAR O TEXTO - Las hormonas se enfurecen en la pubertad. Ayude a sus hijos a tomar decisiones informadas. Hable sobre sus valores y expectativas en lugar de reaccionar después del descubrimiento. En lugar de avergonzar a un niño por su interés sexual, escúchelo sobre lo que creen que es un comportamiento apropiado y respetuoso y lo que no lo es. Comparta con ellos su punto de vista.

FUGAR - Un entorno hogareño inseguro es la razón más común para huir. Proporcione a su hijo un entorno seguro y de apoyo con Comunicación abierta.”

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Estás castigado por el resto de tu vida”
Encerrándolos en su habitación

- Me asustó que te escapaste. Hablemos de cómo podemos hacer que la vida en casa se sienta mejor.
- “Estaba asustado cuando no sabía dónde encontrarte.
- “Quiero que seas feliz aquí. ¿Puedes decirme por qué te escapaste? Escuche por qué se escaparon. Comprenda que esta fue una solución a su problema. Discuta mejores soluciones.

ACTIVIDAD ILEGAL - ALCOHOL, DROGAS - La presión de grupo juega un papel importante en el uso de sustancias. Ayude a su hijo a comprender los efectos del consumo de drogas y alcohol. Dé un ejemplo positivo sobre el consumo de sustancias en el hogar.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Vas directo a la cárcel!”
“¡Estás castigado!”

- “El consumo de alcohol por menores de edad es un delito grave y ambos podemos meternos en problemas porque soy responsable de su comportamiento”.
- “Ser acusado de DUI es un delito que permanecerá en su registro. Puede evitar que ingreses a la universidad a la que deseas ir o que consigas el trabajo de tus sueños en el futuro “. O, “Beber adormece sus reflejos y no podrá tomar decisiones con tanta rapidez y claridad. Eso te pone a ti y a los demás en peligro “.

- **Ayude a su hijo a ensayar lo que le gustaría decir a sus compañeros:** “Me meteré en problemas con mis padres si fumo”.
- **Haga un pacto con su hijo:** “Quiero que esté a salvo. Si quieres salir de una situación, todo lo que tienes que hacer es enviarme un mensaje de texto o llamarme y te recogeré en cualquier lugar en cualquier momento sin hacer preguntas”.
- **Tenga un mensaje de texto “codificado”** para cuando su hijo necesite su ayuda para salir de una situación de presión de grupo. Decidan juntos lo que quieren que haga o diga cuando te envíen un mensaje de texto con el código.

HABLAR, ROMPER LAS REGLAS DE LA CASA

Tenga una reunión familiar y colabore con su hijo adolescente sobre las reglas de la casa. Recuerde, las partes complicadas del cerebro para la toma de decisiones no están completamente desarrolladas. Los adolescentes necesitan ayuda para resolver problemas y tomar buenas decisiones.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¿Que estabas pensando?”

“Vas a ser castigado si llegas tarde otra vez”.

“¡No me hables de esa manera!”

- “Hablemos de lo que sucedió y de lo que podría funcionar mejor en el futuro”.
- “Ayúdame a entender por qué llegaste tarde esta noche”. “Si quieres salir los viernes por la noche, debes volver a tiempo.”
- “Me preocupo cuando no estás en casa a la hora que acordamos. ¿Qué hace que sea difícil llegar a casa a tiempo? “
- “Cuando me hablas de esa manera, me resulta difícil escuchar. Quiero oírte.
- Si bajas el volumen, puedo escuchar mejor

USO DEL TELÉFONO - Trabajen juntos para establecer algunas reglas sobre el uso del teléfono y decidan juntos las consecuencias cuando se rompen esas reglas.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Amenazar a un niño con eliminación de teléfono

Decir: “Perderás tu teléfono si lo usas durante la noche”.

- Recuérdeles con calma su acuerdo.
- “Acordamos que el horario telefónico es de 7:30 a. M. A 7:30 p. M. En las noches escolares y a las 9 p. M. Los fines de semana”. ¿Está teniendo dificultades para seguir adelante? Escuche por qué están luchando con el acuerdo.

VESTIMENTA INAPROPIADA - Su hijo está aprendiendo sobre su sexualidad y necesita su apoyo de orientación sobre cómo su ropa puede influir en los demás. No avergüence ni humille. Acepte que esta será una conversación en curso.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Te ves ridículo cuando te pones eso”.

“¿Realmente estás usando eso?”

- “Vestir de una manera que demuestre que te mereces respeto es importante para mí y la gente que te respeta es importante para mí. Me siento incómodo con lo que llevas puesto “. Escuche por qué seleccionaron esa ropa.
- Respetuosamente, exprese su preocupación por lo que están usando. “Me doy cuenta de que este atuendo te hace parecer mucho mayor de lo que eres. Yo estoy
- incómodo con eso “. “Dime qué te gusta de este atuendo”.

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas agresión**
- **Mas peleas**
- **Mas problemas con la salud de la mente**
- **Mas relaciones negativas con padres**
- **Bajo Autoestima**
- **Habilidad cognitiva mas baja**
- **Valores morales mas débil**
- **Mas comportamiento antisocial**
- **Abuso de sustancias**
- **Comportamiento delictivo**
- **Bajo autocontrol**²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica no que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendedo otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168

