



## PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES DE COMUNICACIÓN CON ADOLESCENTES:

### Ejercicio 4: Como reforzar a un adolescente:

Es posible que la comunicación con el adolescente se empiece a desarrollar desde la crítica mutua. El adolescente es crítico con su entorno, por el momento vital en el que está, y es normal que esto genere una crítica desde los padres a la conducta u opinión de los adolescentes. Algo que puede ser natural, que se comunique tanto lo positivo como lo negativo, puede tornarse en problemático y que se establezca un clima incómodo y negativo donde tanto padres como hijo se alejen los unos de los otros.

Por esto, planteamos ciertos pasos para reforzar a un adolescente:

1. Reconoce sus logros, tanto si el resultado es positivo como si no.
2. Valora sus iniciativas
3. Ofrece elogios sinceros por quién es, alejándonos de elogios relacionados con su aspecto físico.
4. Permite y refuerza aquellos momentos en los que tenga pensamiento crítico, aunque sea diferente al nuestro.
5. Fomenta que desarrolle sus propios valores y que estos sean distintos a los familiares. No impongas tu forma de ver la vida o tu opinión.
6. Promueve su participación en la toma de decisiones familiares. Involúcrale dentro de un estilo democrático.