

---

## Cómo hablar con el hijo adolescente

Hay que hablar claro con el hijo adolescente. La mayoría de los adolescentes responden mejor a las instrucciones específicas que se repiten regularmente.

Como señala la maestra de secundaria Sharon Sikora, "No diga solamente, 'Quiero que limpies tu cuarto' porque a veces no saben bien qué significa este pedido. Diga mejor, sin buscar argumentos, 'Así es como yo defino un cuarto limpio.' Ellos pueden responder, 'No me gusta la lámpara en aquel rincón, la quiero aquí.' Hay que darles suficiente libertad para que se expresen".

### Razona las opciones con tu hijo adolescente

Cuando existen varias opciones los adolescentes están más dispuestos a aceptar consejos. Por ejemplo, usted le puede recordar a su hijo que tiene que acabar su tarea de álgebra antes de irse a la cama, pero le puede dar a escoger si prefiere hacer la tarea antes o después de la cena. O le puede decir a su jovencita de 14 años que no puede andar con sus amigas en la sala de juegos electrónicos un sábado de noche, pero que puede invitar a un grupo de amigas a su casa a ver películas.

Si usted utiliza el buen humor y la creatividad al ofrecer varias opciones, será más fácil que su hijo las acepte. Una maestra no podía conseguir que su hija colgara su ropa limpia o depositara la ropa sucia en su cesto. Así que le dio dos opciones-o toda la ropa se tenía que levantar o toda la ropa se quedaría en el piso. "Por un rato estuve lavando la ropa y dejándola en montones en el piso," recuerda la maestra. "Me volvió loca pero al fin funcionó." Después de dos semanas su hija se cansó de buscar su ropa en el piso y comenzó a recoger su ropa.

{mos\_ri}