

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 56

(Revisado 4/98)

LA CRIANZA DE LOS HIJOS: PREPARANDOSE PARA LA ADOLESCENCIA

La crianza de los hijos puede ser la tarea más gratificadora de la vida de los adultos. Nada nos da más alegría y orgullo que un niño feliz, productivo y cariñoso. Cada edad y etapa del desarrollo infantil tiene metas y tareas específicas. Para los niños de brazos es comer, dormir y explorar su mundo. Para los adolescentes es desarrollar su propia identidad dentro del grupo de amigos. Los adolescentes necesitan muchas destrezas para poder lograr exitosamente su meta de mayor independencia. Algunos adolescentes no logran hacer esta transición sin problemas. El paso hacia más independencia en los adolescentes puede causarles tristeza y estrés a sus padres. Algunos aspectos de esta transición son normales y aunque causan mucha tensión, no deben de ser causa de alarma para los padres.

Comenzar temprano es la mejor forma de prepararse para la adolescencia de los niños. Las siguientes son maneras en las que los padres pueden prepararse y preparar al niño para una transición sin inconvenientes y un mayor éxito en el logro de las tareas del desarrollo hacia la adolescencia:

- C Proveer un ambiente seguro y amoroso en el hogar.
- C Crear una atmósfera de honradez, confianza y respeto mutuo.
- C Permitirle al adolescente la independencia apropiada para su edad.
- C Desarrollar una relación con el niño que le permita confiar en los padres cuando tenga preocupaciones o problemas.
- C Enseñarle la responsabilidad básica para con sus objetos personales y para con los suyos.
- C Enseñarle la responsabilidad básica de ayudar en la casa.
- C Enseñarle la importancia de aceptar límites.

**La crianza de los hijos: preparándose para la adolescencia, “Información para la familia”
No. 56 (4/98)**

Estos son procesos complejos que ocurren gradualmente y comienzan durante la infancia. Los años de la adolescencia del niño serán de menor estrés cuando los padres y los niños han trabajado juntos en estas tareas a través del desarrollo infantil previo.

La habilidad de hablar abiertamente acerca de los problemas es uno de los aspectos más importantes de la relación entre padres e hijos. Desarrollar esta relación requiere persistencia y comprensión. La relación se desarrolla gradualmente, al dedicarle tiempo al niño. Los padres deben de aprovechar la oportunidad de pasar tiempo con los niños durante las comidas, contándole cuentos, leyéndoles, jugando con ellos, durante excursiones, vacaciones y celebraciones. Los padres deben tratar de dedicarle cierto tiempo a cada niño, especialmente si están discutiendo temas difíciles o tristes. Esta relación crea una base de confianza que le permite al niño el discutir con sus padres los problemas y conflictos que surjan durante la adolescencia.

Una relación padre-hijo llena de conflictos y tensión en la pre-adolescencia puede ser una señal de la necesidad de ayuda profesional. El tiempo y energía que invierten los padres durante la infancia de sus hijos puede prevenir el que los problemas pequeños de la infancia se conviertan en los problemas graves de la adolescencia.

###

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiátras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiátria general (adultos) y siquiátria de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF's”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131