



Bachillerato

CRISIS

GUÍA DE CONVERSACIÓN PARA PADRES

... para tener las mejores conversaciones con los niños

En el caso de los adolescentes, es como si sus presiones aumentasen junto con sus responsabilidades. El potencial para que experimenten una crisis, ya sea por sus propias decisiones o por las acciones o decisiones de otras personas, también aumenta.

Los adolescentes tenderán a acudir a otros dentro de su círculo para recibir apoyo, como sus pares e incluso las redes sociales. Es probable que no se acerquen a ti. Por eso, cuando ocurra una crisis, inicia la conversación.

Fóntala pero sin presionar. Ve a tu adolescente como el adulto en el que pronto se convertirá y ofrécele más ayuda si la necesita. Cuando los acompañas en lugar de tratar de arreglar las cosas por ellos, o de ponerles aún más presión, eso les ayuda a abrirse a ti en lugar de cerrarse.

Te hemos preparado algunas ideas de qué decir para entrar en su mundo a fin de que puedas ofrecerle tu apoyo y demostrarles cuánto crees en su potencial:

- "Te estoy escuchando. Dime en qué piensas cuando estés listo".
- "¿Cómo están manejando esto tus amigos? . . . ¿Y tú, cómo lo estás procesando?"
- "Parece que te estás sintiendo _____. ¿Estoy en lo cierto?"
- "Así es como yo me siento, ¿cómo te sientes tú?" (*Poner tus sentimientos en palabras los ayuda a hacer lo mismo con los de ellos*).
- "No tengo todas las respuestas. Podría ser útil que hables con un consejero/pastor/entrenador. ¿Quieres que te ayude a contactarte con ellos?"
- "Es posible que no sientas que tiene lo necesario para superar esto, pero nosotros (yo, tus líderes de grupo pequeño, tus amigos) te acompañaremos hasta que puedas dar el siguiente paso".
- "En nuestro mundo suceden cosas que dan mucho miedo. Pero Dios siempre está contigo. Puedes hablar con Él en cualquier momento y lugar".
- "Es normal que te sientas confundido por esta situación".
- "Cuando estés listo para hablar de eso, avísame".

Asegúrate de involucrar a profesionales, consejeros (según sea necesario), así como a tu líder ministerial.