



Disciplina Eficaz para Adolescentes

Acuerde y apoye reglas familiares claras.	Los adolescentes deben conocer las reglas antes de poder seguirlas. Establezca las reglas en una discusión familiar.
La familia trabaja como equipo	Fomente la opinión de que la familia trabaja en equipo. En este equipo, cada persona ayuda a los demás.
Sea paciente y firme mientras se asegura de que su hijo esté completando una tarea.	Si la tarea no parece estar completa. Pregúntele a su hijo adolescente cuándo cree que terminará la tarea.
Evite las críticas y la culpa cuando su hijo adolescente infrinja una regla.	Puede haber una buena razón por la que su hijo no siguió una regla. No haga suposiciones acerca de por qué su hijo no siguió la regla. Las suposiciones evitan que el adolescente comparta experiencias con usted.
Celebre el comportamiento positivo con entusiasmo.	Cuando él/ella se comporte de manera apropiada, demuestre lo que eso significa para usted. Su respuesta positiva fomenta el mismo comportamiento en el futuro.
Permita que su adolescente hable	Permita que su hijo adolescente hable sobre lo que sucedió y por qué. Puede aprender mucho sobre la madurez de su hijo/hija y lo que aún necesita practicar.
Hable sobre sus preocupaciones antes de hablar sobre las consecuencias.	Primero explique su preocupación por la mala conducta que realizó. Luego considere las consecuencias
Comprenda que su hijo adolescente tiene derecho a tomar decisiones.	No tienes control sobre tu hijo adolescente. Él puede tomar decisiones que usted considera nocivas para la salud. Concéntrese en enseñarle a su hijo adolescente que los comportamientos tienen consecuencias.
Ofrezca orientación.	Ofrezca apoyo aunque su adolescente hable de una situación desafiante.
Haz conexiones antes de dar consecuencias	Escuche el punto de vista de su adolescente. Luego discuta sin críticas.

