

Resiste al portazo

**Expositora:
Michel Aello**



Objetivos:

- Reconocer los cambios típicos que se dan en la adolescencia.
- Permanecer como espacio seguro para nuestros hijos aún en esos momentos de tormenta.
- Identificar el tipo de crianza que estamos teniendo con nuestros hijos.

Oración (opcional según el público)

"Padre Celestial, te doy gracias por la vida de mi hijo/a.

Señor, tú conoces esta etapa que estamos viviendo. Sabes que a veces hay distancia, silencio o enojo entre nosotros. Te pido que pongas paz en nuestro hogar y en nuestros corazones.

Dame la paciencia que necesito para no juzgar rápido y la sabiduría para saber cuándo hablar y cuándo callar. Ayúdame a escucharle sin enojo y a entender lo que siente, aunque a veces no lo diga bien.

Cuida su mente y su corazón de todo lo que pueda lastimarle. Rodéale de buenas influencias y guíale a tomar decisiones correctas.

Señor, sana cualquier herida o malentendido entre nosotros. Permite que nuestro amor sea fuerte, que el respeto nunca falte y que cada día podamos acercarnos más el uno al otro.

Amén."

Dinámica Rompehielos (antes de ver la cápsula)

Te invitamos a pensar en este momento en alguna experiencia o recuerdo hermoso que tengas de tu hijo adolescente contigo, alguna salida, algún viaje, alguna plática, alguna confesionalidad, una tarde de juegos, un mensaje que te haya dejado.

Recuerda siempre que con ese hijo adolescente no solo tienes problemas o malos ratos, sino que esa ebullición también deja momentos de alegría y de esperanza en que esta etapa se supera con el apoyo de los adultos y la confianza renovada cada día.

Presentación del video del especialista.

Resiste al portazo

Expositora: Michel Aello

Momento de reflexión

Nos preguntamos:

1. ¿Conocemos las características de la adolescencia que vive nuestro hijo?
2. ¿Qué es lo que nos hace querer alejarnos de ellos en los momentos de conflicto?

Reflexionamos y completamos el siguiente cuadro

Llega un momento de nuestra vida con un adolescente en que nos alejamos, en que la distancia se da de los dos lados, en que como adultos nos enganchamos con los adolescentes de manera casi infantil. ¿Cómo podemos trabajar esta reacción ante los cambios de un adolescente ?

COMO MATRIMONIO:

COMO FAMILIA:

EN LA EDUCACIÓN DE NUESTROS HIJOS



RECURSOS PARA PROFUNDIZAR

Podcasts destacados sobre el tema

- **Adolescencia Positiva:** Conducido por Diana Al Azem, es el espacio de referencia en habla hispana. Analiza detalladamente cómo responder sin reaccionar impulsivamente ante los desplantes, retos y portazos de los hijos.
<https://open.spotify.com/show/3ULtsF0kIWkWZFQgYrGrhO?si=26f5d65ca68c4cc3>
- **Adolescentes que se alejan, padres que no se acercan:** Un episodio especial de Georgina Hudson que aborda precisamente el silencio, el aislamiento en la habitación y el aparente rechazo de los jóvenes hacia sus progenitores.
https://open.spotify.com/episode/5TtLFFZfILsmdUbPTUpCSr?si=a_GahMuNQPqR_j3ahhC4Lw
- **Adolescentes. No están perdidos:** Una producción especializada de UNICEF conducida por Gustavo Rey. En ella, diversos profesionales explican qué hay detrás de la confrontación y cómo los adultos deben mantenerse disponibles a pesar de las malas respuestas.
<https://open.spotify.com/show/3BTvDWyvv9NZVJVqilfT5S?si=23237552548d48ba>