

# Apoyando a nuestros hijos a resolver problemas

## Apoyando a nuestros hijos a resolver problemas



El proceso de resolver problemas es una destreza que los adolescentes necesitan aprender y perfeccionar para tratar eficazmente con los desafíos cotidianos que enfrentan. Los padres son la influencia más fuerte en enseñarle a sus hijos a desarrollar estrategias eficaces para resolver problemas. (Read this post in English at <http://wp.me/p7rdLc-8U>)

## Modelos a seguir

Como padres somos modelos a seguir para nuestros hijos. Los jóvenes observan cómo tratamos con nuestros problemas. Ellos asumen las actitudes que demostramos y repiten nuestras acciones cuando enfrentan sus propios problemas. Debemos darnos cuenta de lo que les estamos enseñando a nuestros hijos por medio del ejemplo.

# El proceso

Aquí sigue un proceso para resolver problemas. Puede servir como guía cuando sus hijos se acercan y les piden ayuda con un problema.

Escuchen sin interrumpir mientras su hijo o hija describe el problema.

Sean atentos a los sentimientos del joven hacia la situación problemática.

Pregúntenle a su hijo o hija lo que piensa que debe hacer.

Hagan preguntas y den sugerencias para desarrollar más opciones para solucionar el problema.

Hagan preguntas y den sugerencias para determinar las consecuencias que resultarían de cada acción que se podría tomar.

Alienten y apoyen la opción que su hijo o hija decide implementar.

Den seguimiento para averiguar cómo le fue y si necesita más apoyo.

## Logrando la independencia

Les hace falta a nuestros hijos e hijas adolescentes nuestra guía mientras ellos navegan los desafíos que surgen en la juventud. Les podemos enseñar, por medio de nuestro ejemplo, que los problemas son temporales y que sí se pueden resolver. Les podemos guiar en el proceso y permanecer disponibles para proveer soporte. Finalmente, nuestros jóvenes van a poder resolver sus problemas

independientemente a medida que se acerquen a ser adultos.

Les expreso mi apoyo y confianza en esta obra tan importante.

Con amor y afecto,

Rosemarie