

Índice

Reconocimientos	vii
Introducción	ix
CAPÍTULO 1. EL PADRE ACTIVO	1
Otro Siglo Difícil para los Adolescentes	1
Las Tareas de la Adolescencia	3
El Propósito de la Paternidad	5
¿Qué valores y cualidades de carácter son importantes a desarrollar en los adolescentes?	8
Estilos de Paternidad	11
Por qué la Recompensa y el Castigo No son Efectivos	15
Control versus Influencia	16
Tu Relación Padre-Adolescente: Constrúyela y ellos vendrán.	16
Respeto Mutuo	17
El Método de la Opción	18
Desarrollo de la Identidad Étnica	21
Drogas, Sexualidad y Violencia: Tormentas en el Mar	22
Actividad de Enriquecimiento Familiar: Tomarse Tiempo para Divertirse ...	23
Reunión Familiar: Escoger una Actividad Familiar Divertida	24
Actividades en Casa	25
Hojas Guía del Capítulo 1	26
CAPÍTULO 2. GANANDO COOPERACIÓN	31
La Utilidad de los Problemas	31
¿De Quién es el Problema?	32
Mensajes Mezclados	35
Evitando las Barreras de la Comunicación	35
El Sufrimiento de la Desmotivación	38
Comunicación Activa	39
Poniendo a Trabajar a la Comunicación Activa	44

Reunión Familiar: Conociendo Mejor a Tu Adolescente	46
Actividad de Enriquecimiento Familiar: Carta de Motivación	46
Actividades en Casa	49
Hojas Guía del Capítulo 2	50
CAPÍTULO 3. RESPONSABILIDAD Y DISCIPLINA	59
¿Qué es la Responsabilidad?	59
Disciplina Efectiva y el Modelo de Manejo de Problemas	61
Métodos de Disciplina Básicos	63
Métodos de Disciplina Avanzados	67
El Método FLAC	75
Reunión Familiar: Solución de Problemas Usando el Método FLAC	77
La Paternidad y el Enojo	78
Actividad de Enriquecimiento Familiar: Mensajes de “yo” Positivos	82
Actividades en Casa	83
Hojas Guía del Capítulo 3	84
CAPÍTULO 4. CONSTRUYENDO VALOR, REDIRECCIONANDO LA MALA CONDUCTA	89
Valor: Desde el Corazón	89
Autoestima: Desde la Menta	89
El Cielo Pensar-Sentir-Hacer	91
Cuatro Formas en las Que A Veces Desmotivamos	93
Convirtiendo la Desmotivación en Motivación	95
Autoestima, Valor e Imagen Corporal	102
Comprendiendo la Conducta Adolescente: Propósito, no Causa	103
La Cinco Metas de la Conducta del Adolescente	104
Reunión Familiar: Pláticas de Prevención de Problemas	112
Actividad de Enriquecimiento Familiar: Enseñando Habilidades	115
Actividades en Casa	117
Hojas Guía del Capítulo 4	118

CAPÍTULO 5. DROGAS, SEXUALIDAD Y VIOLENCIA: REDUCIENDO LOS RIESGOS, PARTE 1	125
Diez Estrategias para Prevenir la Conducta de Alto Riesgo	127
Estrategia #1: Modelar y enseñar valores positivos y opciones	127
Estrategia #2: Educa a los adolescentes sobre los riesgos	132
Estrategia #3: Filtrar las influencias negativas y deja pasar las positivas	134
Estrategia #4: Establecer lineamientos claros para la conducta	138
Estableciendo una Regla de No-Uso	139
Reunión Familiar: Previendo Conducta de Alto Riesgo	140
Actividad de Enriquecimiento Familiar: Expresando Amor	140
Actividades en Casa	141
Hojas Guía del Capítulo 5	142
CAPÍTULO 6. DROGAS, SEXUALIDAD Y VIOLENCIA: REDUCIENDO LOS RIESGOS, PARTE 2	147
Drogas, Sexualidad y Violencia: Más Estrategias de Prevención	148
Estrategia #5: Monitorear y supervisar la conducta adolescente	149
Estrategia #6: Trabajar con otros padres	150
Estrategia #7: Provee oportunidades saludables para que se reten a sí mismos	151
Estrategia #8: Consulta con los adolescentes sobre cómo resistir la presión de los pares	152
Estrategia #9: Identificar y confrontar la conducta de alto riesgo	157
Etapas en el Uso de Drogas	157
Confrontando a Tu Adolescente	160
Estrategia #10: Maneja una crisis de manera calmada, si es que ésta ocurriera	164
Actividad de Enriquecimiento Familiar: En Nuestra Familia	165
¡Buen Viaje! (Dejar Ir)	166
Actividades en Casa	167
El Programa Basado-en-Video <i>Paternidad Activa de Adolescentes</i>	168
Clave de Respuestas para la Actividad de <i>Comunicación Activa</i>	170
Guía de Recursos	172