

Escucha activa y confianza, claves para el acompañamiento parental



Escucha activa, confianza y la exploración de habilidades que fomenten el desarrollo en los adolescentes, fueron algunos de los temas que se abordaron en el **Congreso Familias que Transforman**.

Diana Al Azem, fundadora de la plataforma [Adolescencia Positiva](#), y **Mario Guerra**, psicoterapeuta y experto en pérdidas y vínculo del apego, fueron los **conferencistas invitados** al congreso.

Ambos expertos compartieron con padres y madres de familia **herramientas para el acompañamiento de sus hijos adolescentes**, en este evento organizado por [PrepaTec](#).



/> width="900" loading="lazy">

En la inauguración, **Crisantos Martínez**, decano de PrepaTec, indicó que ser madres y padres es un privilegio que conlleva una responsabilidad, compromiso y **retos continuos**.

*"Es necesario hacer una pausa para reflexionar sobre lo que estamos haciendo como familia y lo que necesitamos **mejorar** o realizar de manera diferente",* aseguró el decano.

El Congreso Familias que Transforman se llevó a cabo por **tercer año consecutivo a nivel nacional** el pasado 22 de febrero.

"Llega esta etapa en la que los adolescentes comienzan a darse cuenta de que son una persona independiente".- Diana Al Azem.

Conecta y construye confianza con tus hijos

Durante su conferencia ***Rompiendo paradigmas de la relación con mi adolescente***, el psicoterapeuta Mario Guerra abordó cómo construir la conexión y la confianza con hijos.

*"Los momentos de conexión no siempre se planean, se aprovechan. Los mejores diálogos suceden en **momentos cotidianos**. La disponibilidad emocional es más importante que el tiempo.*

*“Necesitan saber que estamos ahí, aunque no nos necesiten. No es cantidad de tiempo, es la **calidad** de la presencia”, destacó Guerra.*

La confianza con los hijos adolescentes, precisó el también coach ontológico empresarial, es algo que se va **obteniendo**.

*“Necesitamos darles una oportunidad y no decirles ‘a mí cuéntamelo todo porque yo soy tu mejor amigo’. Eso no se impone, eso **se va ganando**”, agregó el conferencista.*



/> width="900" loading="lazy">

¿Cómo acompañarlos en esta etapa crucial?

Durante su participación en la conferencia **Adolescencia en Positivo**, Diana Al Azem dio a conocer 3 dimensiones psicosociales que las y los jóvenes necesitan resolver durante esta etapa, las cuales se resumen en las preguntas **¿Quién soy? ¿Qué siento? ¿Qué hago?**

*“Llega esta etapa en la que los adolescentes comienzan a darse cuenta de que son **una persona independiente**, que poco tienen que ver con sus padres y ahora quieren descubrir quiénes son.*

*“Piensan esto ya que descubren que en algún momento tendrán que **salir del nido de la familia** para construir el propio, la mejor manera de ayudarlos a descubrir es conectando con ellos y tener una escucha activa”, aseguró.*

“Los momentos de conexión no siempre se planean, se aprovechan. Los mejores diálogos suceden en momentos cotidianos”.- Mario Guerra.

Señaló que la combinación de estos pilares dará lugar al **equilibrio** que buscan las familias en este período de desarrollo físico, emocional y social.

*“No podemos negar sus emociones, decirles 'no llores', 'no sufras', 'no te enfades', 'no tengas miedo' porque la emoción **está ahí**.*

*“Es imposible eliminar esa emoción de su vida porque entonces, en lugar de hijos, lo que estamos construyendo es un robot y la tristeza, la felicidad y todas las emociones tienen que estar **presentes** en el ser humano”, destacó.*



/> width="900" loading="lazy">

Sobre el Congreso Familias que Transforman

El **Congreso Familias que Transforman** reúne a expertos nacionales e internacionales, quienes comparten consejos para que padres con hijos adolescentes puedan realizar un mejor acompañamiento en esta etapa.

*“Quiero agradecer a todas las madres y padres de familia que nos acompañaron, creo que las herramientas que se desarrollan nunca son suficientes, pero **todas suman**.*

“Trabajar en la familia, ese **núcleo que transforma comunidades** es lo más importante”, mencionó Erika Calles, directora Región Monterrey y PrepaTec Eugenio Garza Sada.

Con información de Marlene González.

LEE MÁS: