



# Valor del Mes

Categoría del Valor del Mes de Mayo: Límites y Expectativas (Valor Externo)

Valor de Mayo: #15 Influencia Positiva

En una comunidad saludable el mejor amigo de un joven es modelo de conducta responsable

(63% de los jóvenes encuestados creen que tienen este valor en sus vidas)

**Qué dicen los jóvenes sobre Delegar Responsabilidades:** “Pon límites justos”, “Se un modelo a seguir”, “Desafiame a triunfar, y consuélame cuando fallo”.

## **Sugerencias para Padres en Cómo Vivir el Valor del Mes: Influencia Positiva**

Los jóvenes necesitan ser aceptados por sus amigos y ser parte de un grupo que apoya y refuerza su identidad personal en una etapa crucial en sus vidas en el que cambios físicos y emocionales pueden afectar su auto estima.

Las relaciones amicales pueden ser una influencia positiva muy poderosa en la vida de los adolescentes. Muchos adolescentes discuten opciones con sus amigos antes de tomar decisiones. El grupo de amigos provee a jóvenes la oportunidad de interactuar con personas como ellos. Los amigos ofrecen compañía, soporte emocional, y un sentido de pertenencia. Esto es normal y saludable, pero la influencia de amigos también puede ser muy negativa. Los jóvenes con amigos involucrados en conductas riesgosas, actividades ilegales o experimentando con drogas, pueden fácilmente ser persuadidos a involucrarse en las mismas conductas. Puede que los padres no gusten de los amigos de sus hijos, y posiblemente por buenas razones, pero la mayoría de veces que los jóvenes son forzados a escoger entre sus padres y amigos, ellos eligen a los amigos.

Los padres no pueden forzar a sus hijos a evitar malas influencias, pero si hay ciertas cosas que los padres pueden hacer para ayudar a sus hijos a relacionarse con grupos de influencia positiva.

- Aprenda a trabajar con influencias amicales, no en contra de ellas.
- Promueva la participación en actividades con grupos organizados, tales como eventos escolares, deportes, y clubs.
- Haga el esfuerzo especial de pasar tiempo solo con jóvenes, haciendo algo que todos disfruten.
- Invite a los amigos de sus hijos a su casa para conocerlos haciendo cosas con sus hijos que involucren a sus amigos.
- Ponga límites que eliminen la oportunidad de que su hijo se involucre en actividades negativas. Por ejemplo, no permita actividades sin supervisión por periodos de tiempo prolongados, o tarde por la noche.
- Los niños se lastiman de muchas maneras, pero algunas veces sabiendo las posibilidades nos podemos preparar, o incluso prevenir tragedias.
- Basados en las estadísticas de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos, estos son algunos de los riesgos más grandes. La buena noticia: Las peleas en las escuelas y el uso de armas ha disminuido en más de 25% durante la última década
- **Sexo:**
  - o **Probabilidades:** 1 de cada 10 jóvenes ha tenido relaciones sexuales a los 13 años. Los niños son bombardeados con imágenes de sexo mediante la televisión, música, y video juegos algunas veces sin saber las consecuencias: embarazo, enfermedades de transmisión sexual, y daño emocional.
  - o **Antídoto:** Los factores más grandes para parar el sexo en jóvenes son los padres y el tiempo. Cuando no pueda estar con su hijo, asegúrese que estén con otro adulto. Involucre a su hija en actividades extracurriculares luego de la escuela, que es cuando

los jóvenes son más propensos a tener sexo. Anime a su hijo a ser tutor de niños en la escuela primaria.

- **Drogas:**

- **Probabilidades:** 1 de cada 5 jóvenes ha fumado cigarrillos y 1 de cada 4 ha consumido alcohol a los 13 años. Estudios muestran que el uso de drogas a esta edad incrementa las posibilidades de caer en otras conductas riesgosas y abuso de sustancias ilegales. ¿Aun no le preocupa? Considere que 1 en cada 10 estudiantes ha probado marihuana antes de llegar a la escuela secundaria.
- **Antídoto:** Su hijo se merece privacidad, pero si usted sospecha de que está usando drogas, investigue. Puede que usted sea el “malo de la película” por algún tiempo, pero valdrá la pena al final. Si ve a alguien en la televisión usando drogas, pregúntele a su hijo por que él piensa que esta persona lo hace. ¿No consigue lo que quiere? Averigüe si el Departamento de Policía o el hospital tiene un programa educacional para jóvenes. Algunas veces la única forma de hacer a un joven entender es asustándolo.

- **Depresión:**

- **Probabilidades:** 1 de cada 4 estudiantes han sufrido de depresión prolongada, antes del 9no grado – se han sentido tristes o solos casi todos los días por lo menos dos semanas seguidas. ¿Cómo saber si su hijo ha cruzado la línea entre estar triste y seriamente deprimido? Bueno, eso es difícil.
- **Antídoto:** Esté atento a señales. Típicamente la primera señal es la pérdida de interés en actividades que antes el joven disfrutaba. Otras señales incluyen cambios en el patrón de dormir, irritabilidad, pérdida del apetito, variación de peso significativa y conductas riesgosas tales como drogas y sexo. Pregúntele a los maestros si perciben algún cambio o si los hábitos de su hijo han cambiado. ¿Todavía no está seguro? Pídale ayuda a un consejero de la escuela o a un profesional de salud mental.

- **Aburrimiento:**

- **Probabilidades:** 1 de cada 3 niños reporta estar aburridos en la escuela. ¿Y qué? Bueno, los niños aburridos son más propensos a meterse en problemas y portarse mal en clase. Algunos niños se aburren porque tienen dificultad en entender lo enseñado. Creen que es muy difícil cumplir con las tareas. Estudiantes con potencial alto se aburren porque no se sienten desafiados con lo enseñado en la escuela. En ambos casos estos estudiantes tienen el potencial de abandonar la escuela durante la secundaria.
- **Antídoto:** Hable con su hijo sobre lo que realmente significa estar aburrido. Si su niño tiene problemas en la escuela, encuentre un tutor y reúnanse con maestros y consejeros de la escuela para determinar cuál es el problema. Por ejemplo, algunos niños tienen muy buenas ideas pero no son capaces de implementarlas. Para estudiantes dotados, pida a la escuela que cambie a su hijo de clases para desafiarlo más durante y después de clases.

- **Plagio:**

- **Probabilidades:** 1 de cada dos niños confirma el haber plagiado en el colegio de una manera u otra. Si su niño no lo ha hecho, probablemente uno de sus amigos sí. No nos sorprende dado que vivimos en una cultura donde debemos ganar sin importar como en deportes, política, negocios, etc. Pero el plagiar no solo significa que no aprenderá, también puede inducir a su hijo a otras formas de conducta, como el mentir y robar, que serán un problema en el futuro.
- **Antídoto:** Dé el ejemplo, muéstrele a su hijo que hacer el trabajo por uno mismo es gratificante. Ayúdelo a hacer tareas, pero no haga las tareas por él. Prémie lo cuando saque una buena nota en un examen o aprenda algo nuevo, así no saque una calificación perfecta. Además usted también puede mostrarle ejemplos de personas que han sido encontradas plagiando y las consecuencias que han afrontado.

**Sea una Influencia Positiva:**

1. **Personas Ejemplares son Importantes:** Los jóvenes necesitan adultos y amigos que fijen estándares y los mantengan, actúe de manera respetable, y muéstreles que hay cosas por las cuales vale la pena trabajar y esperar.

2. **Espero lo mejor de los demás:** Cuando los adultos no esperan mucho de los jóvenes, los jóvenes no se esforzarán. Si los adultos esperan que los jóvenes se esfuercen, las posibilidades de que lo hagan son muy altas. Lo mismo pasa con los adolescentes: El saber que el proceso de imponer limitaciones es un proceso de ver quien toma el control puede llevar a un conflicto. La expectativa de que los adultos negociarán estas limitaciones en buena fe mejorarán las posibilidades de que esto pase.
3. **Acepte lo mejor que cada uno ofrece:** Nadie es perfecto – jóvenes o adultos. Modera tus expectativas para entender diferentes personalidades y experiencias.

**Discusión en Familia / Actividades:** Siga los antidotos: Drogas, aburrimiento, etc.

\* Visita <http://www.familyresourcesheboygan.org>. Aprende mas sobre “Servir a los Demás” y los otros 39 valores. Esta página web también tiene información sobre otras páginas para padres, líderes de jóvenes, profesores, etc. con herramientas, panfletos, etc.

### Logros y Eventos en Abril

- Hasta la fecha 600 jóvenes han completado el entrenamiento interactivo de los 40 Valores incluyendo: Estudiantes de Upward Bound, Lideres 4-H, Escuela Media de Sheboygan Falls, Club de Construcción de Horace Mann, y Pares Mediadores.
- Escuelas relacionadas de alguna manera con nuestra iniciativa: Todas las escuelas medias de Sheboygan, Plymouth Review, Random Lake, Sheboygan Falls, y esperamos que muchas más en el futuro.
- Han escuchado sobre el Valor del Mes en las radios WHBL, B93, WHBZ, o WXER?
- La implementación de valores es publicada en los boletines y entrenamientos de: Boy Scouts, Girl Scouts (¡Visítanos! 23 de Mayo en el Campamento Evelyn [www.gsmanitou.org](http://www.gsmanitou.org)), boletines de iglesias, boletines de la Comunidad Unida del Centro de Recursos Familiares. ¿Otros? ¡Avísennos!

**\*Por favor comparta esta información con sus compañeros de trabajo, clientes, familiares, y otros contactos.**

\* Si tiene algún consejo o ideas para los valores de los siguientes meses, etc., o si su organización quisiera ser nombrada como un recurso, comuníquese con: [ysports@sheboygancountymca.org](mailto:ysports@sheboygancountymca.org) o [erikfrc@excel.net](mailto:erikfrc@excel.net). También, contáctenos si su organización quisiera asistir a una presentación o entrenamiento de los 40 Valores.

\***El Valor del Próximo Mes:** Categoría: Identidad Positiva: #37 Poder Personal.

\***Próximos Meses:** Julio: #4 Vecindario Afectuoso, Agosto: #20 Tiempo en Casa

Patrocinadores: Kohler Credit Union, Van Horn Automotive Group

*El Valor del Mes es una campaña dirigida gracias al empeño de la Iniciativa por una Comunidad Saludable / Juventud Saludable*

