



Heridas No Sanadas: ¿Qué debo hacer si...? Apuntes de Repaso para las “Maniobras Destructivas” (Contraataque en torno al Perdón)

Maniobras Clásicas ¿Qué debo hacer si...? En torno al Perdón No-Resuelto	Contraataque Acciones o Frases
<ul style="list-style-type: none"> • Usted pide perdón y su adolescente se niega a aceptarlo, diciendo que no le cree. 	<ul style="list-style-type: none"> • No lo tome como algo personal – script mental “Él o ella no están listos aún para confiar” • Lista de Las Acciones Dicen Más que las Palabras – Entregue a su adolescente una lista de las acciones y los pasos que usted dará para cumplir una promesa, de manera que él o ella puedan revisar que usted ha cumplido con su palabra • Documente las acciones de sus promesas y sea monitoreado por un Coach de PLL o por un miembro de la familiar – al final, pida perdón de nuevo a su adolescente • Otra cosa
<ul style="list-style-type: none"> • El o la Adolescente acepta sus disculpas, pero no cambia su mala conducta 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenga el amor incondicional, siendo consistente con las reglas • Recuerde diferenciar al adolescente del concepto de la mala conducta • Normalice y prepárese para esto • Recuerde la redefinición clave “toma tiempo para que el veneno de las heridas drene. Lo que se necesita es la consistencia en el amor y los límites” • Comience una campaña de “Atrévete a Amar” por 30 días y documéntela en el Calendario • Trabaje con el Circular del Monstruo dela Mentira, para refutar falsas creencias o pensamientos
<ul style="list-style-type: none"> • Otra cosa 	<ul style="list-style-type: none"> • • •

LICENCIA LIMITADA PARA FOTOCOPIAS

Parenting with Love and Limits (Educando con Amor y Límites) otorga a los participantes individuales de este folleto, un permiso intransferible para reproducir páginas de estos folletos para su uso personal en la práctica clínica, más no para ser revendidas o redistribuidas. Este material está destinado para ser utilizado únicamente por profesionales calificados de la salud mental. Esta licencia se limita al participante individual y no es extensible a otros. Esta licencia no otorga derechos para la reproducción de estos materiales para otros propósitos (incluyendo, más no se limita a libros, panfletos, artículos, cintas de video o de audio, folletos o láminas para charlas o talleres). La solicitud de los permisos para reproducir estos materiales, para estos u otros fines, debe ser solicitada por escrito ante Parenting with Love and Limits (PLL) (Educando con Amor y Límites).



Heridas No-Sanadas: ¿Qué debo hacer si...? Apuntes de Repaso para las “Maniobras Destructivas” (Contraataque en torno al Afecto)

Maniobras Clásicas ¿Qué debo hacer si...? En torno al Afecto	Contraataque Acciones o Frases
<ul style="list-style-type: none"> • Usted planifica Salidas Especiales y su Adolescente se Niega a Ir. 	<ul style="list-style-type: none"> • No acepte un No por respuesta • Ofrezca un chantaje, porque su adolescente necesita la experiencia a como dé lugar • Reorganice la agenda y vayan la siguiente semana • Otra cosa
<ul style="list-style-type: none"> • Su adolescente se niega a aceptar un abrazo 	<ul style="list-style-type: none"> • Dele un abrazo de lado o una palmada en el hombro, pero no desista • Entréguele una nota que diga “Yo te abrazo” con algún elogio, por un par de días y después, intente abrazarle de nuevo • Haga un “me gusta” – Lance una pelota una y otra vez (como en la película Campo de Sueños) • Tengan una Salida Especial para que su adolescente entre en calor • Recuérdese a sí mismo que los músculos del abrazo de su adolescente están resentidos y fuera de práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Su Adolescente rechaza el Informe Positivo del Adolescente 	<ul style="list-style-type: none"> • Normalice y espere una reacción negativa del adolescente • Recuérdese a sí mismo que “Él o ella tienen miedo y es por eso que actúan desde la rabia” • Recuérdese a sí mismo que “esto es algo Bueno para su adolescente, a pesar de que él o ella no se darán cuenta hasta muchos años después”
<ul style="list-style-type: none"> • Cualquier otra cosa 	<ul style="list-style-type: none"> • • •

LICENCIA LIMITADA PARA FOTOCOPIAS

Parenting with Love and Limits (Educando con Amor y Límites) otorga a los participantes individuales de este folleto, un permiso intransferible para reproducir páginas de estos folletos para su uso personal en la práctica clínica, más no para ser revendidas o redistribuidas. Este material está destinado para ser utilizado únicamente por profesionales calificados de la salud mental. Esta licencia se limita al participante individual y no es extensible a otros. Esta licencia no otorga derechos para la reproducción de estos materiales para otros propósitos (incluyendo, más no se limita a libros, panfletos, artículos, cintas de video o de audio, folletos o láminas para charlas o talleres). La solicitud de los permisos para reproducir estos materiales, para estos u otros fines, debe ser solicitada por escrito ante Parenting with Love and Limits (PLL) (Educando con Amor y Límites).



Heridas No Sanadas: ¿Qué debo hacer si...? Apuntes de Repaso para las “Maniobras Destructivas” (Contraataque en torno a Revelar Secretos)

Maniobras Clásicas ¿Qué debo hacer si...? En torno a Revelar Secretos	Contraataque Acciones o Frases
<ul style="list-style-type: none"> El adolescente se venga y escapa de casa 	<ul style="list-style-type: none"> Normalice y prepárese proactivamente para esto Asegúrese de que el adolescente está a salvo; y si es posible, permita que se calme en un lugar seguro y hágale llegar el mensaje de que no es su culpa Vea la película “Mente Indomable, con su Coach de PLL y discutan la escena “No es tu culpa” Ponga en marcha el Plan Seguridad Responsable conjuntamente con el Coach de PLL Haga un borrador de “Promesa de Protección”, como un compromiso con su adolescente
<ul style="list-style-type: none"> El Adolescente se niega a hablar sobre un Evento Traumático “Secreto” 	<ul style="list-style-type: none"> Prométale a su adolescente que usted solo hablará sobre el trauma por un tiempo específico y en un lugar seguro específico Permita a su adolescente escribir o dibujar algo sobre el trauma Queme los escritos y os dibujos en un rito ceremonial
<ul style="list-style-type: none"> Cualquier otra cosa 	<ul style="list-style-type: none">

LICENCIA LIMITADA PARA FOTOCOPIAS

Parenting with Love and Limits (Educando con Amor y Límites) otorga a los participantes individuales de este folleto, un permiso intransferible para reproducir páginas de estos folletos para su uso personal en la práctica clínica, más no para ser revendidas o redistribuidas. Este material está destinado para ser utilizado únicamente por profesionales calificados de la salud mental. Esta licencia se limita al participante individual y no es extensible a otros. Esta licencia no otorga derechos para la reproducción de estos materiales para otros propósitos (incluyendo, más no se limita a libros, panfletos, artículos, cintas de video o de audio, folletos o láminas para charlas o talleres). La solicitud de los permisos para reproducir estos materiales, para estos u otros fines, debe ser solicitada por escrito ante Parenting with Love and Limits (PLL) (Educando con Amor y Límites).



Heridas No Sanadas: ¿Qué debo hacer si...? Apuntes de Repaso para las “Maniobras Destructivas”
(Contraataque para el Duelo No Superado)

Maniobras Clásicas ¿Qué debo hacer si...? En torno al Duelo No Superado	Contraataque Acciones o Frases
<ul style="list-style-type: none"> • Usted quiere hablar sobre la persona que murió y su hijo/a le dice “No”! 	<ul style="list-style-type: none"> • Pida disculpas a su hijo/a por tratar de hablar demasiado pronto y en su lugar sugiera: “Hagamos algo para honrar a esa persona” (una actividad, un álbum de recuerdos, una vela en su memoria, etc.) • Escriba notas con los mejores y más divertidos recuerdos e introdúzcalas en un jarrón. Léalas en voz alta a la hora de la comida favorita de esa persona • Trate de averiguar “por qué” su adolescente no quiere hablar • Haga una cita para hablar en un determinado lugar, por un límite de tiempo determinado • Escriba una nota con preguntas sobre la persona, que el chico pueda contestar por escrito • Envíe mensajes de texto o correos electrónicos para hablar sobre la persona • Cualquier otra cosa
<ul style="list-style-type: none"> • Los problemas de conducta empeoran como resultado de discutir por una herida de duelo 	<ul style="list-style-type: none"> • No lo tome como un ataque personal. Su script mental: “Esto es normal y ya me lo esperaba” • Recuérdese a sí mismo/a “Necesito mantenerme fuerte, con el difícil lado de la jerarquía” • Traiga a un miembro de la familia o un amigo designado como “coach de la tristeza”, para que hable con su adolescente • Permita un momento en el que su adolescente pueda ventilar su dolor, sin consecuencias • La sublimación – llévele a un refugio para personas sin hogar, o a dónde pueda ayudar a los menos afortunados
<ul style="list-style-type: none"> • El o la adolescente se desvincula del ritual planificado 	<ul style="list-style-type: none"> • Hágalo de todas maneras • Dígale que usted hablará con el ser querido de su parte y pídale que escriba una nota con un mensaje • Hágalo más adelante • Dígale que no tendrá que decir o hacer nada... solo estar allí
<ul style="list-style-type: none"> • Cualquier otra cosa 	<ul style="list-style-type: none"> •

LICENCIA LIMITADA PARA FOTOCOPIAS

Parenting with Love and Limits (Educando con Amor y Límites) otorga a los participantes individuales de este folleto, un permiso intransferible para reproducir páginas de estos folletos para su uso personal en la práctica clínica, más no para ser revendidas o redistribuidas. Este material está destinado para ser utilizado únicamente por profesionales calificados de la salud mental. Esta licencia se limita al participante individual y no es extensible a otros. Esta licencia no otorga derechos para la reproducción de estos materiales para otros propósitos (incluyendo, más no se limita a libros, panfletos, artículos, cintas de video o de audio, folletos o láminas para charlas o talleres). La solicitud de los permisos para reproducir estos materiales, para estos u otros fines, debe ser solicitada por escrito ante Parenting with Love and Limits (PLL) (Educando con Amor y Límites).