

c♥herencia

El estilo de crianza que funciona.



Es momento de una acción de corazón a corazón.

Si es padre de un adolescente, sabe que debe conversar acerca del consumo de alcohol. Pero ¿cómo empezar esa conversación? ¿Hay algo que un padre pueda hacer y que tenga un impacto real con respecto al consumo de alcohol en adolescentes? Sí lo hay. Es un estilo de crianza que ha demostrado que puede reducir las conductas de riesgo en los adolescentes como, por ejemplo, el consumo de alcohol en menores de edad. Algunos lo llaman crianza con autoridad. A nosotros nos gusta llamarla crianza de corazón a corazón. En este folleto, encontrará recursos para aprender e implementar el estilo de crianza que funciona.



Hablemos del alcohol en Nebraska.

Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska (Nebraska Department of Health and Human Services, NDHHS), entre 2007 y 2011, la prevalencia del consumo de alcohol en menores de edad entre los jóvenes de Nebraska aumentó 6 % mientras que la tasa nacional disminuyó 6 %. Afortunadamente, resultados recientes sugieren que el consumo de alcohol en menores de edad entre los jóvenes de Nebraska refleja el promedio nacional. Sin embargo, el problema todavía existe.

Por ejemplo, de acuerdo con una encuesta de 2014, coordinada por el Departamento de Educación de Nebraska (Nebraska Department of Education, NDE) y el NDHHS, el 60% de los estudiantes del último año de preparatoria Nebraska informó en que consumió alcohol en algún momento de su vida y el 30 % admitió haber consumido alcohol en los últimos 30 días. Asimismo, el 69 % de los encuestados expresaron que les resulta sencillo obtener alcohol de manera ilegal.

Lo que es más preocupante es que, al ser preguntados, el 16% de los estudiantes de último año de preparatoria Nebraska admitió que en los últimos 30 días viajó en un vehículo conducido por alguien que había estado consumiendo alcohol, esto, a pesar de que el 96 % de esos estudiantes de último año de preparatoria estuvieron de acuerdo en que está mal conducir después de haber consumido alcohol.

Crianza con corazón.

Durante casi 30 años, los psicólogos acordaron cuatro estilos de crianza principales: con autoridad, permisiva, autoritaria e indiferente. De los cuatro estilos, solo uno demostró que puede disminuir el consumo de alcohol y otras conductas de riesgo. La crianza de corazón, se basa en establecer expectativas claras, límites claros y consecuencias coherentes, pero siempre desde una postura orientada hacia la calidez, el hecho de prestar atención y el amor.



Calidez



Comunicación



Control



Expectativas



Con autoridad

El estilo de crianza con autoridad, o como nosotros la llamamos, el estilo de corazón a corazón, se puede describir mejor como “exigente y receptivo”. Al emplear un enfoque centrado en el hijo, los padres con autoridad alientan la independencia de sus adolescentes mientras que al mismo tiempo les enseñan responsabilidad. Los padres con autoridad muestran altos niveles de calidez, alientan una comunicación recíproca frecuente y honesta, ejercen control y aplican disciplina equitativa, y establecen expectativas claras. Los adolescentes que son criados mediante el estilo de crianza de corazón a corazón son menos propensos a caer en un consumo excesivo del alcohol.



Permisiva

En ocasiones denominadas como, crianza indulgente condescendiente, el estilo de crianza permisiva se puede describir mejor como “receptivo, pero no exigente”. Al utilizar un enfoque de “amigos en primer lugar”, los padres permisivos evitan la confrontación, permiten conductas inmaduras e imponen pocas exigencias sobre sus hijos, si es que imponen algunas. Como resultado, este estilo de crianza con frecuencia se caracteriza por unas expectativas bajas y poca disciplina. Los adolescentes que son criados bajo un estilo de crianza permisiva son 3 veces más propensos a caer en un consumo excesivo del alcohol.



Autoritaria

En ocasiones denominada como crianza estricta, el estilo de crianza autoritaria se puede describir mejor como “exigente, pero no receptivo”. Los padres autoritarios, que están orientados hacia la obediencia, tienen expectativas grandes para sus hijos y establecen reglas muy estrictas que creen que sus hijos deben aceptar, sin ningún cuestionamiento. Este estilo de crianza con frecuencia se caracteriza por una crianza con métodos rigurosos y que recurre a castigos. Los adolescentes que son criados bajo un estilo de crianza autoritaria son 2 veces más propensos a caer en un consumo excesivo del alcohol.



Indiferente

En ocasiones denominada como paternidad negligente, desconectada o sin intervención, el estilo de paternidad indiferente se puede describir mejor como “no receptivo y no exigente”. Los padres indiferentes tienen poca conexión emocional con sus hijos. De hecho, aparte de cubrir las necesidades básicas como alimentación y vivienda, los padres indiferentes están, en gran medida, ausentes en la vida de sus hijos. Este estilo de paternidad se caracteriza por una falta general de amor y supervisión. Los adolescentes que son criados por padres indiferentes son 4 veces más propensos a caer en un consumo excesivo del alcohol.

coherencia

autoridad

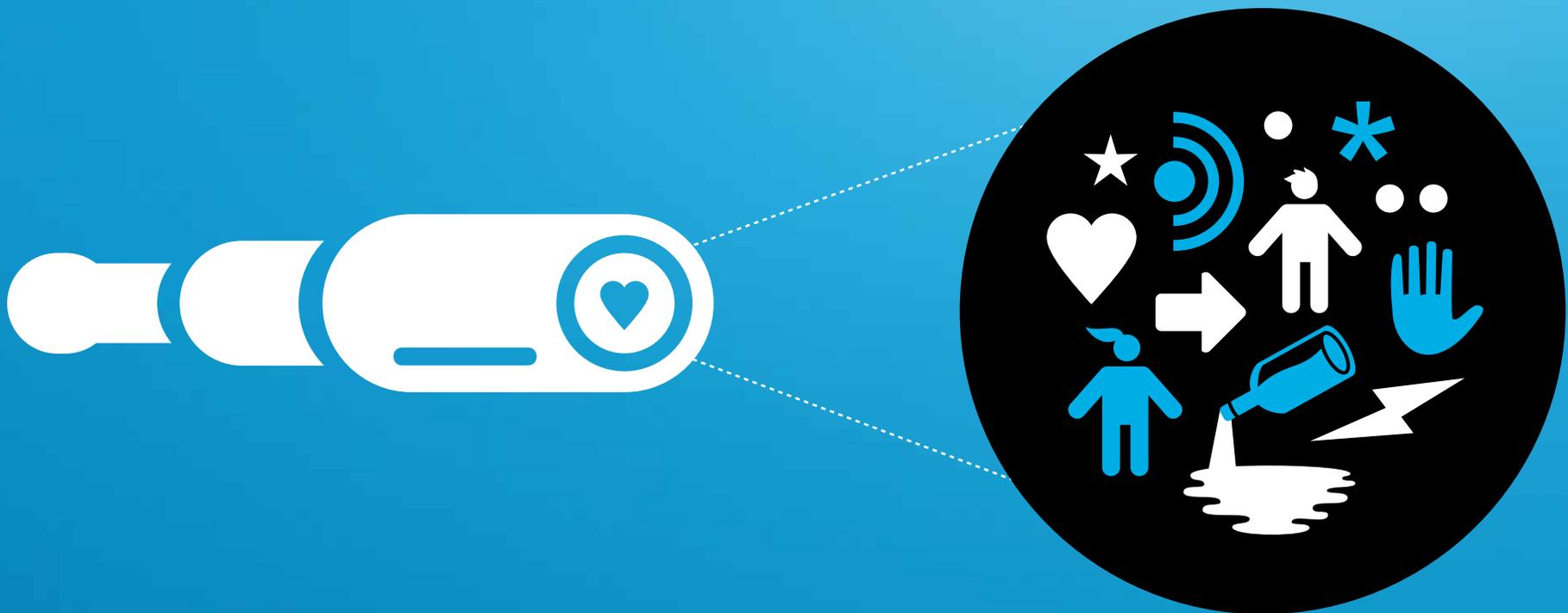
expectativas

límites

equidad

Puntos destacados sobre la crianza de corazón.

Los resultados son estos. Innumerables estudios han demostrado que los adolescentes criados con el estilo de paternidad de corazón a corazón son menos propensos a participar de conductas de riesgo, entre ellas el consumo de alcohol en grandes cantidades, y son más propensos a tener vidas más felices y más saludables.



Descubra el estilo de corazón a corazón en [TalkAboutAlcohol.org](https://www.talkaboutalcohol.org)

¿Sabía que los adolescentes criados bajo el estilo de crianza de corazón a corazón son más propensos a tener amigos que no consumen alcohol que los adolescentes cuyos padres utilizan uno de los otros tres estilos de crianza? ¿O que los adolescentes criados por padres con autoridad son menos propensos a participar de conductas de riesgo, entre ellas el consumo de alcohol en grandes cantidades, incluso si sus amigos sí consumen alcohol?

Para obtener más información acerca de estas y otras verdades alentadoras sobre la paternidad de corazón a corazón, visite [TalkAboutAlcohol.org](https://www.talkaboutalcohol.org). Y mientras se encuentra ahí, asegúrese de ver la gran cantidad de recursos adicionales del sitio como, por ejemplo, eventos comunitarios, contactos de apoyo y enlaces a videos educativos.



La esencia del problema.

Padres, es momento de enfrentar la cruda realidad: El consumo de alcohol en adolescentes no es el problema de alguien más, es nuestro problema. Pero podemos resolverlo.

Visite TalkAboutAlcohol.org para averiguar cómo puede ayudar a su hijo adolescente para que no caiga en el consume de alcohol y otras conductas de riesgo. Además, obtenga información sobre cómo puede participar en grupos y contactor líderes comunitarios locales para ayudar en la lucha para detener el consumo de alcohol en adolescentes en Nebraska y otros lugares, de una vez por todas.

Lancaster Partnership for Success *Referencias*

Bahr, S.J. and Hoffmann, J.P. (2010)

Parenting style, religiosity, peers, and adolescent heavy drinking. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 71, 539–543.

Baumrind, D. (1967)

Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43–88.

Baumrind, D. (1991)

The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.

Cherry, K. (2014)

What is Authoritarian Parenting? Obtenido de psychology.about.com.

Cherry, K. (2014)

What is Authoritative Parenting? Obtenido de psychology.about.com.

Cherry, K. (2014)

What is Permissive Parenting? Obtenido de psychology.about.com.

Cherry, K. (2014)

What is Uninvolved Parenting? Obtenido de psychology.about.com.

Kopko, K. (2007)

Parenting Styles and Adolescents. Obtenido de human.cornell.edu.

Maccoby, E.E. (1992)

The role of parents in the socialization of children: An historical overview. *Developmental Psychology*, 28, 1006–1017.

Nebraska Department of Health & Human Services (2015)

Nebraska Risk and Protective Factor Student Survey (NRPFS) Results for 2014. Lincoln, NE: Nebraska Department of Health and Human Services and Nebraska Department of Education.

Nebraska Department of Health & Human Services (2012)

Five-year substance abuse prevention statewide strategic plan: 2013–2017. Lincoln, NE: Nebraska Department of Health and Human Services, Division of Behavioral Health.

Santrock, J.W. (2007)

A topical approach to life-span development, third ed. New York: McGraw-Hill.

Shakya, H.B., Christakis, N.A. and Fowler, J.H. (2012)

Parental influence on substance use in adolescent social networks. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 166(12), 1132–1139.



TalkAboutAlcohol.org