

Páginas sobre adolescencias trabajadas el 28 DE MAYO

➤ Daniel J. Siegel. MITOS ADOLESCENCIA

<https://www.youtube.com/watch?v=-nK5Mt2vDPE>

- *Va a ser terrible.*
- *Hormonas en ebullición*
- *Adolescentes indefensos.*

PASION. TODAS LAS COSAS SON IMPORTANTES: Chispa e; conexión social; búsqueda de lo nuevo; esencia creativa.

➤ Patricia Ramirez. MEJORAR LA COMUNICACIÓN.

<https://www.youtube.com/watch?v=q01tGOj1kqA>

- *Interrogatorio*
- *Control salidas*
- *Castigos*

➤ Diana Al Azem.

➔ La ley del espejo. Cómo nos vemos cuando nos vemos en nuestros hijos

<https://www.youtube.com/watch?v=F0Famdykrb0>

- *¿Quién soy?*
- *Gestión emocional*
- *¿Qué hago con mi vida?*

➔ Tres claves para relacionarte. Equilibrio firmeza y libertad

<https://www.youtube.com/watch?v=v6emBhLn0cg>

- *Confianza*
- *Conexión*
- *Control*

- Julia Borbolla. 3 REGLAS DE ORO
<https://www.youtube.com/watch?v=PMCq0GcR6RQ>
 - *Retirarte de la escena del crimen*
 - *Obtener su atención*
 - *Metete en su mundo*

- Antonio Ríos. LA PARADOJA DE LA ADOLESCENCIA
<https://www.youtube.com/watch?v=i9aKzRw7Zxo>

- Alba Castellví. EDUCAR SIN GRITAR
<https://www.youtube.com/watch?v=zmGWdvJWVB8>
 - *Tomar conciencia de lo que no funciona*
 - *Respirar*
 - *Elegir una nueva estrategia*

- Angel Peralbo. EDUCAR SIN MIEDO
<https://www.youtube.com/watch?v=sMpB0tM3KEs>
 - *Educar sobre el miedo*
 - *Funcionamos por modelo*

- Monserrat Dolz. DECÁLOGO SALUD MENTAL ADOLESCENCIA
<https://www.youtube.com/watch?v=41el0jzy4rg>
 1. *El cerebro cambia*
 2. *La familia modela*
 3. *Asumir el reto del cambio*
 4. *Promover vida sana*
 5. *Gestionar tecnologías*
 6. *Negociación*
 7. *Comunicación calidad*
 8. *Escuchar*
 9. *Pedir ayuda*
 10. *Acompañar.*