



## Leído. Libros, revistas e Internet

### Cómo prevenir conflictos con adolescentes

Rodrigo A. Cómo prevenir conflictos con adolescentes. Plataforma Editorial; 2021.

En este libro se realiza un repaso a los diferentes estilos de crianza y se habla de las situaciones cotidianas que se dan en las familias durante la adolescencia de los hijos, así como de aquellas que reflejan problemas que hay que abordar, con mayor o menor urgencia y a veces con ayuda de profesionales. Todo ello desde el conocimiento del autor, que proporciona preguntas y ejercicios para que el lector realice una lectura dinámica e instructiva, porque le permite analizar la dinámica familiar y el comportamiento propio y de su hijo adolescente y realizar modificaciones en su actitud y en su forma de actuar.

En todo momento mostrando profesionalidad y un profundo respeto hacia el lector, el autor expone los diversos estilos de crianza, con sus características positivas (fortalezas) y negativas (debilidades), según la repercusión que estos tienen en los hijos, los padres y la dinámica familiar. Propone ejercicios de autoanálisis y la elaboración de un diario como herramientas de conocimiento propio, del adolescente y de la relación entre ellos. También incide en la importancia de los autorregistros para conocer la situación real, el nivel de gravedad de los problemas que se detecten y las posibles estrategias a desarrollar para abordarlos. Además de emitir preguntas que nos hacen cuestionarnos nuestro punto de vista y nuestra forma de actuar como padres, nos ayudan a plantearnos qué posibles mensajes puede estar transmitiéndonos un adolescente a través de su actitud y sus actos.

A lo largo de las páginas, apela a la libertad del lector para interpretar y opinar de forma distinta y considera positivos tanto el cuestionamiento como la posibilidad de desacuerdo con su postura, en tanto que en cualquier caso el lector está desarrollando la observación y la reflexión, siempre enriquecedoras.

Por último, se mencionan los recursos con los que las familias pueden contar, orientando por dónde se puede comenzar en función de la problemática



hallada. El papel del pediatra de Atención Primaria es considerada fundamental en la valoración de los problemas que pueden surgir, tanto por ser un profesional cercano a la unidad familiar como por su capacidad para detectar posibles trastornos subyacentes.

Ciertamente la adolescencia de los hijos supone con frecuencia un reto para los padres, y los pediatras de Atención Primaria son en muchas ocasiones los profesionales a los que acuden para solicitar asesoramiento. Además de ser frecuentes las consultas relacionadas con las dificultades en la dinámica familiar en este periodo y con las posibles alteraciones conductuales del adolescente, también los pediatras pueden ser quienes detectan dicha problemática. Por todo ello, este libro puede servirles como recurso formativo para su consulta y como herramienta útil para las familias.

Mireya Orío Hernández