

PADRES Y MAESTROS: 5 FORMAS DE INSPIRAR EL CEREBRO ADOLESCENTE

BY: PSYCHOLOGY TODAY

STUDENT SUPPORT DEPARTMENT

El cerebro adolescente puede encontrarse en un estado vulnerable. Sin embargo, los años de la adolescencia también son un momento privilegiado para desarrollar las habilidades necesarias de pensamiento estratégico a largo plazo, la base para un razonamiento avanzado que debe seguir perfeccionándose en complejidad y madurez a lo largo de la edad adulta.

El cerebro sufre más cambios durante la adolescencia que en cualquier otro momento, excepto durante los dos primeros meses de vida. Los cambios son más dramáticos en las redes del lóbulo frontal, el centro de control de comando del cerebro. Las redes del lóbulo frontal son responsables del razonamiento, la planificación, la toma de decisiones, el juicio, la inhibición de las malas elecciones y otras funciones cognitivas de alto nivel. Proporcionar los desafíos necesarios para apoyar el desarrollo de las redes del lóbulo frontal es clave para la capacidad de su adolescente de lograr el éxito en la vida en el futuro.

Durante años, los padres y educadores han predicado, "cuanto más sepa, mejor". Los adolescentes están siendo entrenados para rellenar hechos y regurgitar información, lo que lleva a la memorización y a la creatividad bloqueada. Tal uso robótico del cerebro puede dejarlo sin inspiración. En una época de promesas y susceptibilidad extraordinarias, esta etapa vital del cerebro adolescente merece una atención más intensa por parte de padres y maestros. El cerebro adolescente está preparado para crear e innovar nuevas ideas.

Elevar la capacidad intelectual durante esta etapa de la vida impresionable de los adolescentes es imperativo para promover el éxito en la vida independiente. Siga los siguientes consejos para inspirar el mejor y más brillante desempeño cerebral y para mejorar el desarrollo vital del lóbulo frontal de su adolescente.

Nuestros cerebros están conectados para inspirarse, especialmente durante la adolescencia. Fomentar la creatividad y la innovación para abordar problemas difíciles y multifacéticos, dentro y fuera de la escuela, impulsará el futuro exitoso de nuestra juventud para las generaciones venideras. Como dijo una vez Einstein, *"la imaginación es más importante que el conocimiento. El conocimiento es limitado. La imaginación rodea al mundo"*.

5 MANERAS DE INSPIRAR EL CEREBRO ADOLESCENTE

- Enséñele a su hijo adolescente a concebir muchas interpretaciones únicas de películas, libros, discusiones políticas, problemas escolares o de compañeros inquietantes, u obras de arte.
- Anime a su adolescente a ser un buscador de problemas y solucionador de problemas que surgen a diario y discuta cómo el contenido académico apoya esta experiencia.
- Pídale a su hijo adolescente que interprete la letra de su canción favorita desde perspectivas positivas y negativas y haga lo mismo con su canción favorita.
- Mire su programa de televisión favorito con ellos y comparta diferentes mensajes para llevarse para los diferentes personajes.
- Presione para obtener una multitud de respuestas a una pregunta o problema en lugar de buscar la respuesta "correcta".

INSPIRING YOUR TEENAGER
DOESN'T HAVE TO FEEL
HOPELESS.
INSPIRE THEM WITH LOVE,
CONFIDENCE, HOPE,
GUIDANCE..

BAREFOOTBUDGETING.COM