



RECORDAR

- Como adultos, también necesitamos luchar contra la gratificación emocional fácil y las recompensas neuroquímicas que los adolescentes obtienen al interactuar con las pantallas. Podemos modelar cómo se ve elegir a las personas en lugar de las pantallas.
- Las conversaciones cara a cara traen conexiones a un lugar más profundo. Honra ese lugar y prepárate para retener todo lo que quieras decirles practicando Santiago 1:19 - "Escuchad pronto, y tardad en hablar".
- Hacer espacio para la soledad y la quietud en nuestra vida cotidiana aumenta nuestra capacidad de escuchar a los que Dios ama. A medida que practicamos la conversación "cara a cara" con Jesús, nos sentimos atraídos a mirar a los ojos de Sus preciosas creaciones.
- Las relaciones se profundizan no porque dijimos todas las cosas correctas, sino porque nos presentamos, dejamos de lado las distracciones y nos pusimos a disposición para escuchar, una y otra vez. Ofrecer intencionalmente conversación a los jóvenes encarna al Dios que espera escucharlos atentamente (Sal. 116:2).



RECONOCER

- Los jóvenes a menudo se sienten incómodos con la conversación cara a cara porque, a diferencia de la comunicación en línea, se siente impredecible y, por lo tanto, vulnerable. Solamente de los adolescentes eligen la conversación cara a cara sobre las conexiones digitales.
- El contacto visual que se encuentra en la conversación cara a cara es esencial para establecer una conexión humana, así como para desarrollar una comprensión empática. La empatía es parte de la resiliencia y los signos de empatía en los jóvenes han caído un 40% en los últimos 20 años.
- Se ha dicho que más del 70% de nuestra comunicación ocurre sin palabras. Es difícil captar todo eso en un texto. Solo necesitamos 5 músculos faciales para sobrevivir, pero Dios nos dio 43 para que podamos revelar lo que está pasando dentro. Mucho se comunica a través del contacto visual, la atención y las expresiones faciales.
- Pensar demasiado es la forma más rápida de congelarse en la conversación. No puede escribir ni planear intercambios genuinos. El objetivo es empujar más allá de nuestra propia incomodidad y enfocarse en preocuparse por la persona frente a nosotros, en lugar de hacer que suceda una conversación perfecta.



RESPUESTA

- **Acepte la incomodidad:** Iniciar una conversación cara a cara puede sentir que está entrando en la vida de una persona joven sin ser invitada. Hágalo de todos modos. Muéstrelas que son lo suficientemente importantes como para que usted asuma el riesgo.
- **Estén todos allí:** Reconozcan y traten con las cosas dentro de ustedes y a su alrededor que los distraen de escuchar genuinamente. Comunicamos que el adolescente es valioso, interesante y merece nuestra atención cuando dejamos de lado nuestras distracciones y nos enfocamos en escuchar.
- **Ofrezca accesibilidad.** Las invitaciones a la conversación salen de lo que está justo frente a ti. "F.O.R.M." es un lugar para comenzar:
 - Familia ("Háblame un poco sobre las personas que viven en su casa");
 - Obligaciones ("¿Cuáles son las cosas que no tiene opción de hacer cada semana?");
 - Recreación ("Si tuviera \$ 1000 para gastar haciendo algo divertido, ¿cómo lo gastaría?");
 - Motivación ("¿Por qué es importante para ti?").
- **Haga preguntas de seguimiento.** Piense en términos de descubrir una cosa más sobre ellos. Cultive su curiosidad y rebote en algo que haya visto que comunican en línea, lo que ha notado en persona o lo que acaban de decir. Pruebe esto: "Cuéntame más sobre ..."

- **Resume lo que les ha escuchado decir.** Ofrezca lo que han dicho con sus propias palabras sin evaluación. Esto le ayuda a estar seguro de que está escuchando con precisión lo que pretendían decir y les permite saber que sus palabras son escuchadas y sostenidas.
- **Afirmar y alentar.** A menudo, los adolescentes esperan que la conversación cara a cara sea sobre corrección o juicio. Busque formas de expresar cosas buenas específicas que haya notado en ellas, sin importar cuán pequeñas sean. Hágales saber que aprecia que se tomen el tiempo para hablar con usted y que disfrutó de la conversación.



Crear Conversaciones

lifeteams
resources



RECURSOS

Libro: **Reclamando la conversación: El poder de la conversación en un mundo digital** por Sherry Turkle

https://www.pyninc.org/docs/worksite_toolkit/4Aii_MakingConversationsYoungPeopleWork.pdf - Iniciadores de conversación que van más allá de lo obvio.