



# Límites saludables *para tu* adolescente

*Pautas basadas en el amor y la disciplina*

**June Hunt**  
con Jody Capehart



La misión de *Editorial Portavoz* consiste en proporcionar productos de calidad —con integridad y excelencia—, desde una perspectiva bíblica y confiable, que animen a las personas a conocer y servir a Jesucristo.

Título del original: *Bonding with Your Teen through Boundaries* © 2010 por Hope for the Heart, Inc. y publicado por Crossway, 1300 Crescent Street, Wheaton, Illinois 60187. Traducido con permiso.

Edición en castellano: *Límites saludables para tu adolescente* © 2012 por Editorial Portavoz, filial de Kregel Publications, Grand Rapids, Michigan 49501. Todos los derechos reservados.

Traducción: Mónica Ruiz

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación de datos, o transmitida en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o cualquier otro, sin el permiso escrito previo de los editores, con la excepción de citas breves o reseñas.

Todo el texto bíblico sin otra indicación ha sido tomado de la Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente, © 2010 Tyndale House Foundation. Usado con permiso de Tyndale House Publishers, Inc., Carol Stream, IL 60188, Estados Unidos de América. Todos los derechos reservados.

Las cursivas en las citas bíblicas son énfasis de las autoras.

EDITORIAL PORTAVOZ  
P.O. Box 2607  
Grand Rapids, Michigan 49501 USA  
Visítenos en: [www.portavoz.com](http://www.portavoz.com)

ISBN 978-0-8254-1336-0 (rústica)  
ISBN 978-0-8254-0347-7 (Kindle)  
ISBN 978-0-8254-8519-0 (epub)

1 2 3 4 5 / 16 15 14 13 12

*Impreso en los Estados Unidos de América*  
*Printed in the United States of America*

Dedico este libro a mis sobrinos y sobrinas, quienes son los amados,  
bonitos y divertidos jóvenes de mi vida:

*Ashlee, Heather, Henry, Hunter I,  
Hunter II, Josh, Kathryn, Kimberly, Leah,  
Lillian, Mara, Tanner, Teddy y Travis.*

Ruego en oración que se mantengan siempre jóvenes en espíritu,  
puros de corazón y rectos delante de Dios.



# Contenido

Agradecimientos	7
<b>SECCIÓN I</b>	
<b>¿En qué consisten los límites?</b>	
Capítulo 1: Prepara tu cometa para volar	11
Capítulo 2: El sombrero negro	14
Capítulo 3: Comprende a tu hijo adolescente	20
Capítulo 4: Preguntas y respuestas sobre los límites	27
<b>SECCIÓN II</b>	
<b>Límites en el hogar</b>	
Capítulo 5: Respuestas insolentes	37
Capítulo 6: Holgazanes en casa	42
Capítulo 7: Peligro al volante	46
Capítulo 8: Violación del horario límite	50
Capítulo 9: Escapadas nocturnas	53
Capítulo 10: Abuso del teléfono	58
Capítulo 11: Abuso del teléfono celular	61
Capítulo 12: Música censurable	64
Capítulo 13: Obsesión por los medios de comunicación	69
Capítulo 14: Los riesgos de Internet	73
<b>SECCIÓN III</b>	
<b>Límites en el colegio</b>	
Capítulo 15: Tardanza	81
Capítulo 16: Interrupciones en clase	84
Capítulo 17: Ausentismo	88
Capítulo 18: Incumplimiento de la tarea	91
Capítulo 19: Bajas calificaciones	96

Capítulo 20: Trampas en el estudio	101
Capítulo 21: Acoso escolar	105
Capítulo 22: Peleas	110
Capítulo 23: Acoso sexual	114

**SECCIÓN IV**  
**Límites personales**

Capítulo 24: Postergación de las tareas	123
Capítulo 25: Problemas con el dinero	127
Capítulo 26: Robos	131
Capítulo 27: Juegos con apuestas	136
Capítulo 28: Conflictos por la vestimenta	140
Capítulo 29: Peinados extraños	144
Capítulo 30: <i>Piercing</i> corporal	148
Capítulo 31: Fascinación por el ocultismo	153
Capítulo 32: Pornografía	160
Capítulo 33: Abuso de drogas o alcohol	165

**SECCIÓN V**  
**Límites sociales**

Capítulo 34: Chismes	185
Capítulo 35: Mentiras	190
Capítulo 36: Préstamos	194
Capítulo 37: Amigos cuestionables	198
Capítulo 38: Fiesta en la casa de un amigo desconocido	202
Capítulo 39: Negativa a realizar actividades extraescolares	206
Capítulo 40: Negativa a asistir a la iglesia	210
Capítulo 41: Violencia	215
Capítulo 42: Actividad sexual	220
Epílogo: Abre tu mente	229
Notas	235

# Agradecimientos

Deseo expresar mi profunda gratitud al equipo que trabajó, de forma conjunta, como un verdadero campeón de fútbol americano.

*Límites saludables para tu adolescente* fue publicado en inglés por primera vez en el año 2001, en la misma semana del atentado al *World Trade Centre*, el ataque terrorista islámico sobre suelo estadounidense. Con la atención nacional enfocada en esa tragedia recientemente desencadenada, los esfuerzos por promocionar el libro habrían sido insensibles e improductivos. Como resultado, la publicación no contó con una gran promoción.

Desde el 2001, la necesidad de ayuda bíblica, práctica y relevante para la crianza de adolescentes ha sido cada vez mayor debido al constante deterioro de la cultura. Como consecuencia, la segunda edición de este libro, publicado en inglés en el año 2010, brinda gran cantidad de capítulos nuevos con información actualizada.

Como equipo, nuestro gran privilegio y oración es ayudarte a que te conviertas en todo lo que Dios ideó para ti... y ayudarte a que ayudes a otros.

*Barbara Spruill* y *Trudie Jackson* presentaron la estrategia de juego basada en sus años de actividad con adolescentes y continuaron con su ayuda hasta el último segundo del partido. Sin ellos, este libro no habría sido posible.

*Robin Hardy* y *June Page* desarrollaron la estrategia de juego hasta la primera mitad. *Jody Capehart* quedó a cargo de la segunda mitad y se dedicó a escribir y actualizar el material para asegurarse de que los contenidos fueran indiscutiblemente actuales.

*Connie Steinfeld* y *Angie White* —cuarto tras cuarto del partido— corrieron con dedos veloces sobre el teclado de sus computadoras.

*Carolyn White*, *Titus O'Bryant*, *Bea Garner*, *Elizabeth Gaston* y *Jeanne Sloan* se aseguraron de no dejar caer la pelota en el último cuarto del partido.

*Beth Stapleton* y *Karen Williams*, juntos y soñolientos, corrigieron el libro hasta la última línea mientras se acababa el tiempo.

### *Agradecimientos*

Qué gran gozo es ver a este equipo trabajar... lleno de sinergia coherente y desinteresada. Todos, en unidad, podemos decir verdaderamente: "Corro por el camino de tus mandamientos, porque has ampliado mi modo de pensar" (Sal. 119:32, NVI).



SECCIÓN I

# ¿En qué consisten los límites?





# 1

## Prepara tu cometa para volar

**Los adolescentes son una cuestión candente.** Un escritor se lamentó de la siguiente manera: “Parece que ahora aman el lujo, tienen pésimos modales y desdennan la autoridad, muestran muy poco respeto hacia los adultos y pierden el tiempo yendo de un lado para otro contando chismes. Están dispuestos a contradecir a sus padres, monopolizar la conversación y la compañía, comer exageradamente y tiranizar a sus maestros”. ¡Poco ha cambiado desde que Sócrates realizó esta queja, hace más de dos mil cuatrocientos años!

Tras finalizar la universidad, llegué a conocer íntimamente estos años turbulentos de la adolescencia —el tiempo de enormes cambios— cuando me convertí en directora juvenil de una gran congregación, en el centro de la ciudad. Tenía a mi cargo seiscientos adolescentes en la división superior de jóvenes, quienes cursaban séptimo, octavo y noveno grado. No tardé mucho en darme cuenta de que entre los trece y los dieciséis años, ¡los adolescentes entran como corderos y salen convertidos en leones! No solo me maravillé ante estos cambios, sino que también adquirí conocimientos inestimables, muchos de los cuales se encuentran dentro de las páginas de este libro.

Por ejemplo, en los primeros años de la vida de un niño, tú, como padre, representabas a Dios: lo digo literalmente. Tú eras la autoridad total. Siempre tenías la razón. Luego, tu hijo o hija adolescente entró en una fase de “individualización”, una etapa de desarrollo cuando los niños se esfuerzan por convertirse en jóvenes independientes. Ya no aceptan tus concepciones morales, valores y enseñanzas basadas en la frase: “¡Porque yo lo digo!”.

Los adolescentes necesitan, y verdaderamente anhelan, elegir por ellos mismos la manera en que responderán ante las reglas porque, de lo contrario, se encontrarán en una pendiente resbaladiza y peligrosa. Por esta razón Proverbios 4:14-16 nos da una clara advertencia: “No hagas lo que hacen los perversos ni sigas el camino de los malos. ¡Ni se te ocurra!

### ¿En qué consisten los límites?

No tomes ese camino. Aléjate de él y sigue avanzando. Pues las personas malvadas no pueden dormir sin hacer la mala acción del día. No pueden descansar sin antes hacer tropezar a alguien”.

Si los adolescentes no escuchan este consejo, acabarán siguiendo a *cualquier persona* en *cualquier momento* debido a *cualquier razón*, especialmente, cualquiera con voz de autoridad que tenga un mensaje atractivo... ya sea el traficante de drogas, el líder de una secta o el de una pandilla.

Desdichadamente para los padres, esta búsqueda de independencia no es, generalmente, una transición gradual. Tus hijos llegan a la edad de la adolescencia, y ¡ABRACADABRA!, de repente, mamá no sabe nada y papá es un dinosaurio. Afirman, desde su punto de vista: “¡Mis padres parecen haber nacido en la Edad de Piedra!”.

Durante este momento de lucha, los adolescentes te pondrán a prueba, te tentarán y te juzgarán. Dicho de otro modo, intentarán ver si existen reglas *definidas*. Muchos padres se sentirán desconcertados por la conducta de sus hijos, pues pensarán: *¿Qué sucedió con mi hijo sumiso? ¿Quién es esta hija conflictiva? ¿Cómo enfrente esta mala actitud?*

Si algo así sucede en tu hogar, anímate: *Ahora no significa para siempre*. Tal vez te sorprendas algún día al ver a tus hijos adolescentes convertidos en adultos agradecidos, quienes, finalmente, oyen tu corazón y comprenden tus sacrificios. Hasta ese momento, sin embargo, establece las reglas, ponlas en práctica en cada oportunidad, resiste hasta el final y asegúrate de *mantener viva la esperanza*.

De alguna manera, podemos comparar a los chicos con las cometas. Todavía puedo recordar una gran reunión para celebrar el día de acción de gracias en la casa de mi madre, hace algunos años. Cuando salí a caminar, observé una cometa en el suelo, que obviamente habían dejado allí con gran frustración. La cuerda estaba enrollada de forma extraña llena de nudos. Algunos parientes también quisieron hacerla volar, pero no teníamos otra cuerda. De modo que, durante veinte minutos, tres de nosotros nos dedicamos a desenredar la cuerda.

El proceso fue largo y tedioso. Sin embargo, cuando deshicimos el enredo, la cometa pudo volar. Cuando por fin se elevó por el aire, produjo sonrisas, risas y aplausos. Luego, y de manera abrupta, cayó en picada y golpeó el suelo. No obstante, esta caída no destruyó nuestras esperanzas. Tras varios intentos frustrados de lanzamiento, la cometa llegó al cielo, y ¡cómo voló!

Solo por el hecho de que muchos adolescentes tengan sus vidas enredadas no significa que debemos tratarlos como seres descartables. Solo

### *Prepara tu cometa para volar*

porque hayan caído al suelo no significa que estén derrotados sin ninguna esperanza. Se necesitan persistencia y paciencia para deshacer el enredo. Anímate con este principio compasivo de la Biblia: “El buen juicio hace al hombre paciente; su gloria es pasar por alto la ofensa” (Pr. 19:11, NVI).

Debes tener persistencia y paciencia para convertirte en el mejor padre posible, mientras actúas facultado por Dios y guiado por el objetivo correcto.

### **EL OBJETIVO MAYOR DE UN PADRE**

Nuestro objetivo fundamental como padres consiste en preparar a nuestros hijos para volar como cometas, de manera que se conviertan en lo que el “Hacedor de cometas” soñó. En otras palabras: *Prepara a tu hijo para vivir independiente de ti, aunque dependiente de Dios, a fin de que vuele exitosamente con dominio propio*. Este tipo de dominio propio no tomará un rumbo equivocado si está cimentado en la Palabra de Dios, gobernado por el Hijo de Dios y guiado por el Espíritu de Dios.

Dios te ha colocado en una posición clave para preparar a tu cometa para el vuelo. ¿De qué manera?

### **CUATRO PUNTOS CLAVE: PARA COMETAS Y NIÑOS**

1. Las cometas necesitan lugares abiertos para volar. Las ramas de los árboles serán un obstáculo. Como padre, mantente abierto hacia tu hijo o hija adolescente y no estés encima de ellos.
2. Es necesario que las cometas estén atadas fuertemente a un ovillo. Caerán al suelo si las sueltas completamente. Como padre, asegúrate de no desconectarte. Aunque no sea fácil, permanece en contacto. No te rindas y bríndales amor: sigue resistiendo y establece los límites.
3. Debes soltar gradualmente la cuerda de las cometas para que vuelen cada vez más alto. A medida que tus hijos vayan adquiriendo una mayor responsabilidad, no temas darles más libertad.
4. Las cometas necesitan equilibrio. El peso de la cola equilibra la cometa, pues le brinda estabilidad. Si te acusan de ser un contrapeso para tu adolescente, no te desespere: tu hijo necesita *equilibrio a través de los límites*.

Si realmente te preocupas por tus hijos, aprende cómo ponerles límites que produzcan tanto consecuencias como recompensas. Los adolescentes tendrán mucho más equilibrio con esos límites; y, al final, ¡te deleitarás cuando los veas volar!