

Del autor de *Cuatro claves para que tu hijo sea feliz*
y *Todos los niños pueden ser Einstein*



GUÍA *para* SER BUENOS PADRES



de HIJOS ADOLESCENTES



Fernando Alberca

«Al llegar la adolescencia, muchos padres se preguntan dónde fue aquel niño (o niña) amable, generoso, agradecido, hablador y alegre, dónde quedó todo aquello que le enseñaron... y si regresará alguna vez.»

Guía para ser buenos padres de hijos adolescentes

Al llegar la adolescencia, muchos padres se preguntan dónde fue aquel niño (o niña) amable, generoso, agradecido, hablador y alegre, y dónde quedó todo aquello que le enseñaron. Algunos progenitores desaprovechan tristemente la etapa más rica, la de mayor cambio y crecimiento de sus hijos. Aquella en la que pasan muchos de los últimos trenes importantes a los que subir.

En este libro los padres encontrarán consejos prácticos y extremadamente útiles para ayudar a su hijo adolescente a sobrellevar la inseguridad que conlleva esa fase de la vida, a controlar la agresividad y canalizar la energía, a incentivar la voluntad y la capacidad de esfuerzo de modo que afiancen su autoestima y personalidad, a expresar adecuadamente las emociones, a madurar intelectual y emocionalmente y mejorar la conducta en la familia y en la escuela, entre otros.

En treinta y ocho capítulos se repasan los aspectos más importantes de una etapa llena de encrucijadas. Los padres tienen ante sí en esos pocos pero cruciales años la valiosa oportunidad de transmitir las últimas grandes enseñanzas para sus hijos, las que les permitirán alcanzar una vida feliz, antes de que se alejen de casa para formar su propia familia. Los hijos, por su parte, están ante la última gran oportunidad de conocer de las personas más indicadas y próximas a ellos cómo es y cómo debería ser el camino a seguir. Ambos se distanciarán en mayor o menor medida tras la adolescencia, y lo que hagan durante ella y el modo en que la aprovechen, marcará la relación entre ellos para el resto de sus vidas.

► Fernando Alberca de Castro

Padres y educadores • Toromítico

(Córdoba, 1966). Licenciado en Filosofía y Letras y Máster en Dirección de Centros Educativos, ha sido Profesor y Director en distintos centros docentes de Huelva, Cáceres, Zaragoza y Asturias. Profesor de Honor del Colegio Internacional San Jorge. Miembro del Comité de Arbitraje del Programa Argos 2004 para el Fomento de la Lectura, del Ministerio de Educación y Ciencia. Ha sido Consejero del Consejo Escolar del Principado de Asturias; miembro constituyente del Foro de Participación del Observatorio de la Convivencia entre Iguales del Principado de Asturias; colaborador en distintos medios de comunicación de radio, prensa y televisión. Ha atendido un consultorio radiofónico semanal durante más de tres temporadas consecutivas y un programa televisivo semanal sobre educación, respondiendo a las preguntas de periodistas y padres. Conferenciante habitual sobre temas relacionados con la conducta y aprendizaje del bebé, el niño y el adolescente. Entre sus publicaciones se encuentran: *Carta a un Amigo*, *Sintonizar con los hijos*, *El dominio de sí*, *99 trucos para ser más feliz*, *Cuatro claves para que tu hijo sea más feliz* (Almuzara, 2006, 2010), *¿Quieres casarte conmigo?* (2009), *Las complicaciones del corazón* (Almuzara, 2008), *Guía para ser buenos padres* (Toro Mítico, 2009) y *Todos los niños pueden ser Einstein* (Toro Mítico, 2011).

ISBN: 978-84-96947-80-1

240 páginas

Rústica • 14,5 x 22 cm

PVP: 17,95 €

FERNANDO ALBERCA DE CASTRO



(Córdoba, 1966). Licenciado en Filosofía y Letras y Máster en Dirección de Centros Educativos, ha sido Profesor y Director en distintos centros docentes de Huelva, Cáceres, Zaragoza y Asturias. Profesor de Honor del Colegio Internacional San Jorge. Miembro del Comité de Arbitraje del Programa Argos 2004 para el Fomento de la Lectura, del Ministerio de Educación y Ciencia. Ha sido Consejero del Consejo Escolar del Principado de Asturias; miembro constituyente del Foro de Participación del Observatorio de la Convivencia entre Iguales del Principado de Asturias; colaborador en distintos medios de comunicación de radio, prensa y televisión. Ha atendido un consultorio radiofónico semanal durante más de tres temporadas consecutivas y un programa televisivo semanal sobre educación, respondiendo a las preguntas de periodistas y padres. Conferenciante habitual sobre temas relacionados con la conducta y aprendizaje del bebé, el niño y el adolescente. Entre sus publicaciones se encuentran: *Carta a un Amigo*, *Sintonizar con los hijos*, *El dominio de sí*, *99 trucos para ser más feliz*, *Cuatro claves para que tu hijo sea más feliz* (Almuzara, 2006, 2010), *¿Quieres casarte conmigo?* (2009), *Las complicaciones del corazón* (Almuzara, 2008), *Guía para ser buenos padres* (Toro Mítico, 2009) y *Todos los niños pueden ser Einstein* (Toro Mítico, 2011).



978-84-92924-12-7



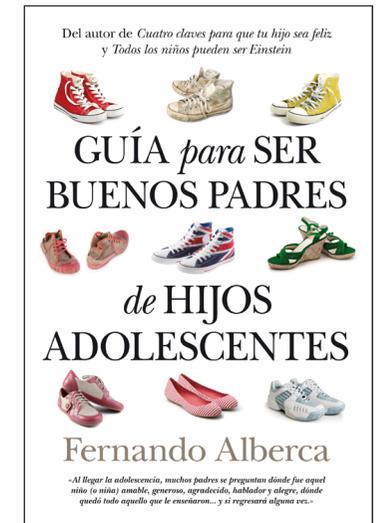
978-84-96947-71-9



978-84-96968-74-5



978-84-96947-79-5



978-84-96947-80-1