



**Ya no son niños**

**Sola**

Las relaciones sociales, especialmente las de amistad, juegan un papel fundamental en el bienestar emocional de los adolescentes. Detectar las señales que alerten de un posible aislamiento o de la reducción significativa de los espacios de socialización y las actividades en grupo, puede ayudarnos a prevenir y actuar ante el riesgo de una situación de soledad no deseada.

## Sigue estos consejos:

- ✓ Manifiesta interés por el entorno y las amistades de tu hijo adolescente.
- ✓ Hazle saber que puede confiar en ti si hay algo que le preocupa.
- ✓ Mantente alerta si percibes que reduce significativamente sus actividades y relaciones sociales.
- ✓ Incentiva habilidades y aficiones que propicien espacios de socialización con otros jóvenes.



Escanea este código con el móvil  
para ver el vídeo de este capítulo.