

Colleen Gengler, Extension Educator, Family Relations, University of Minnesota Extension; adaptación cultural por Andrew Behnke, Human Development Specialist, North Carolina State University

Muchos adolescentes trabajan durante los últimos años de la preparatoria o secundaria. El trabajar puede ser algo positivo o negativo para los adolescentes. Al tener un trabajo, aumenta el sentido de responsabilidad, autoestima, competencia e independencia. Pero, a veces, los primeros trabajos pueden ser rutinarios y pueden llevar a tener una relación negativa con los adultos. Es importante recordar que los adolescentes siguen desarrollándose física, intelectual y emocionalmente, y que su desarrollo puede influir en sus aptitudes y habilidades en el trabajo.

El trabajar y sus beneficios

Los jóvenes pueden aprender a manejar su tiempo y el dinero cuando trabajan. También aprenden a seguir las instrucciones, a adaptarse a las reglas y a las rutinas en el trabajo y a trabajar de manera eficiente con los demás. Ellos pueden adquirir destrezas y habilidades de mucho valor relacionadas con las profesiones u oficios que quieran tener en el futuro. También, pueden llegar a desarrollar una buena relación con los empleados adultos, quienes les pueden dar buenos consejos. En realidad los jóvenes que tienen un límite en cuanto a las horas de trabajo (menos de 20 horas semanales) tienen más posibilidad de tener un trabajo al finalizar la preparatoria o secundaria y más oportunidad de ganar más dinero una vez que la terminan. El empleo también puede ayudar a que empiecen a ahorrar para la educación futura. En algunas familias, puede ser necesario que los adolescentes trabajen para contribuir al ingreso de la familia o para pagar sus propias cuentas.

El trabajar y sus desventajas

Cuando los adolescentes trabajan más de 20 horas semanales puede llegar a ser negativo, por lo cual, se deja de apreciar lo positivo del trabajar. Los padres deben considerar lo bueno y lo malo que tiene el trabajo en el joven o en la joven. Los estudios demuestran que los adolescentes que trabajan más de 20 horas semanales tienen más probabilidad de ser perjudicados en la escuela, en la familia y en sus vidas personales. También se observa en los estudios que los adolescentes que trabajan más de mediodía sufren más emocionalmente, tienen tendencia al abuso de sustancias adictivas y de tener relaciones sexuales a una edad temprana. Otras consecuencias desfavorables del trabajar muchas horas son: la fatiga, falta de sueño, menos ejercicio físico, menos tiempo con la familia, poco rendimiento escolar y problemas con la



ley. El trabajar largas horas no es el único problema que los adolescentes pueden llegar a tener como resultado del trabajar. A veces los adolescentes llegan a gastar lo que ganan en cosas frívolas, que contribuyen poco a la salud o al bienestar. Algunas veces los jóvenes trabajan con otros compañeros del trabajo mayores que ellos, lo que hace que tengan fácil acceso al alcohol o a las drogas.

Las leyes estatales y federales

Las leyes laborales estatales y federales establecen la edad mínima que deben tener los menores de edad para poder trabajar. La ley estatal generalmente pone límite a la cantidad de horas diarias y semanales, como también

al horario permitido de trabajo para los menores de edad. En general, la cantidad de horas que los menores de edad pueden trabajar varía y depende si el trabajo es durante las vacaciones escolares o el año escolar. El Ministerio de Trabajo de los EE.UU. dispone, en la mayoría de los casos, que los jóvenes deben tener por lo menos 14 años para trabajar. Las leyes regulan el tipo de trabajo que puede tener el menor de edad. Generalmente se prohíbe a los adolescentes menores de 18 años tener ciertos trabajos y operar ciertas maquinarias debido a los riesgos de seguridad. Se debe tener en cuenta que la mayoría de los estados disponen la cantidad de horas máximas (que no es lo ideal) que los menores de edad pueden trabajar. Se recomienda tener cuidado al decidir cuántas horas de trabajo pagado son saludable para su adolescente. No se debe sacrificar las horas de responsabilidad escolar. Los jóvenes que tratan de hacer malabares entre la escuela y el trabajo están ocupados entre 50 y 70 horas semanales. Para decidir si su adolescente puede trabajar y cuántas horas, usted debe considerar la edad, el nivel de madurez, el tipo de trabajo y el rendimiento escolar. Si a su adolescente le cuesta trabajo la escuela, debe pensar si el trabajo lo va a beneficiar, especialmente si el trabajo es aburrido y no tiene ninguna relación con el interés personal de su hijo o hija. Su adolescente ya tiene un trabajo de tiempo completo, el de tratar de terminar con su educación, sin hacer que este otro trabajo interfiera.

Consejos para padres y madres

Los padres y madres cumplen un papel importante al ayudar a sus hijos o hijas adolescentes para que tengan una experiencia laboral positiva. Ellos pueden ayudarlos para que elijan un trabajo seguro y adecuado. Los jóvenes y las jóvenes pueden beneficiarse al participar varias en actividades familia, con los amigos o amigas, en la escuela, en la comunidad y en el trabajo pagado.

- Hable con sus hijos e hijas adolescentes y pregúnteles por qué quieren trabajar. Hable de cómo el trabajo puede afectar el rendimiento escolar y el tiempo fuera de sus otras actividades. Dele la oportunidad que trabaje por un tiempo para ver cómo maneja sus cosas. Póngale límites, que debe respetar si quiere seguir trabajando.
- Hable con su adolescente acerca de las distintas posibilidades de trabajo que él o ella tiene. Ayúdele a pensar sobre las mismas para ver de qué manera el trabajo estaría relacionado con los objetivos futuros y con la seguridad del trabajo.
- Practique cómo conducirse en las entrevistas. Haga usted el papel del empleador y hágale preguntas a su hijo o hija sobre sus objetivos laborales y sus cualidades positivas y negativas.
- Hable con su hijo o hija sobre las propuestas laborales. ¿Este trabajo será un desafío o será aburrido? ¿Su hijo o hija estará en contacto con adultos respetuosos y habilidosos? ¿El supervisor respetará el límite de horas que tiene el adolescente para trabajar? ¿Cuáles son las reglas del empleador en cuanto a los descansos, al pago del tiempo extra y a los días de descanso?

- Hable con su hijo o hija acerca de los planes de ahorro que tiene con el dinero que gane. Cuánto debería ahorrar y cuánto necesita para las necesidades diarias y cuánto para lo que quiere comprar.
- Obtenga información del Ministerio de Trabajo de su estado en cuanto al reglamento del tipo de trabajo y de las horas permitidas para trabajar para los jóvenes. Averigüe sobre el tipo de maquinaria o equipo que no deben usar los jóvenes.
- Lleve el control de la cantidad de horas que trabaja su hijo o hija y controle lo que hace antes y después del trabajo.
- Manténgase al tanto de cómo le va a su hijo o hija en la escuela. El rendimiento en la escuela es muy importante como para sacrificarlo por el trabajo. A pesar de que el trabajo es importante para el desarrollo, no se debe dejar de lado la importancia de la educación en una persona joven.

No todo es malo

Mucho de lo que se ve en las noticias recientemente sobre las páginas en la red para comunicarse socialmente ha sido negativo. Hay muchas cuestiones muy serias de privacidad y seguridad. Pero hay muchas cosas positivas acerca de estas páginas cuando se las usa adecuadamente. El crear una página personal en la red puede llegar a ser una salida muy creativa para el adolescente. Ellos y ellas practican escritura, expresión de sus pensamientos y opiniones cuando entran frecuentemente en el blog en la red. Por medio de la tecnología, los adolescentes aprenden a manejar y usar grandes cantidades de datos e información, aún más que las generaciones anteriores. Ellos y ellas también aprenden cómo hacer una página y usar otras tecnologías.

A dónde puede ir para obtener más información:

Familias con adolescentes – Extensión de la Universidad de Minnesota

www.extension.umn.edu/familieswithteens/resources-spanish/

Family Education (disponible solamente en inglés)

www.familyeducation.com

Minnesota Department of Labor and Industry (disponible solamente en inglés)

www.dli.mn.us/LS/childlabor.asp

Youth Rules! – U.S. Department of Labor (disponible solamente en inglés)

www.youthrules.dol.gov/

También pueden interesarle la siguiente publicación:

Mortimer, J. T. (2005). *Working and growing up in America*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Adaptado de Positive Parenting of Teens, "Teens and Employment" (Extensión de la Universidad de Minnesota, 1999, ya no se imprimen).