

<p align="center">PAL Supplemental Lesson Six Steps for Families to Take</p>	<p align="center">Lección suplementaria de PAL Seis pasos que tomar por las familias</p>
<p>Step 1. Learn about delayed emotional growth</p>	<p>1^{er} paso: Aprender acerca del desarrollo emocional demorado</p>
<p>In addition to alcohol or drug abuse, your loved one may have another issue. It serves as a silent partner in keeping addiction active and resistant to change. A person with Delayed Emotional Growth exhibits behaviors that lack adult responsibility and life skills. You see the addicted loved one as an adolescent or younger child since those are the prevalent behaviors displayed. Yet he or she is an adult and must be treated like one.</p>	<p>Además del abuso del alcohol o las drogas, su ser querido puede tener otro problema. Sirve como socio oculto en mantener la adicción activa y resistente al cambio. Una persona con desarrollo emocional demorado presenta conductas donde faltan aptitudes de vida y responsabilidad de adulto. Usted ve a su ser querido con adicción como un adolescente o más joven por ser éstas las conductas preponderantes que se demuestran; mas él o ella es un ser adulto y debe tratársele como tal.</p>
<p>Step 2. Transition to an adult-to-adult relationship</p>	<p>2^o paso: Transición a una relación de adulto a adulto</p>
<p>In American culture, there is not a formal rite of passage when a child becomes an adult. One key to helping your adult child mature emotionally is for everyone to acknowledge that he or she is an adult.</p>	<p>En la cultura de los Estados Unidos, no hay rito de paso formal cuando un joven se convierte en un adulto. Una clave para ayudar a su hijo adulto a madurar emocionalmente es que todos reconozcan que él o ella es un adulto.</p>
<p>Even though it was not your fault, you may choose to apologize to your adult child for having treated him or her as an adolescent. Your “helping” has actually been hurting. Express your determination to treat him or her like an adult. Resolve to do this — especially in difficult situations.</p>	<p>Aunque no sea por culpa de usted, puede usted elegir pedir el perdón de su hijo adulto por haberlo tratado como adolescente. El que usted lo haya “ayudado” en realidad le ha perjudicado. Expresé su decisión de tratarle como adulto. Resuelva hacerlo, especialmente en las situaciones de dificultad.</p>
<p>Step 3. Set realistic boundaries & consequences</p>	<p>3^{er} paso: Establezca límites y consecuencias realistas</p>
<p>Once your adult-to-adult relationship is in place, you can establish what is acceptable in your relationship. You can also establish consequences —what happens when those mutually agreed upon boundaries are crossed. When over-stepping bounds, your adult child has to handle the consequences as an adult. You no longer will over-help him or her.</p>	<p>Después de entablar su relación de adulto a adulto, puede usted establecer lo que será aceptable en su relación. Puede también establecer consecuencias, lo que ocurrirá cuando se crucen los límites mutuamente acordados. Al pasarse la raya, su hijo adulto tiene que aguantar las consecuencias como adulto. Usted ya no puede ayudarle de más.</p>
<p>It will take time and practice to learn, but you will see the wisdom in treating your loved one like an adult even when they act like a child. Your loved one has to adjust to this new perspective. Having an understanding of what is acceptable and what consequences occur when that agreement isn’t respected helps you...and your loved one...stay on course.</p>	<p>Tomará tiempo y práctica aprender, pero verá usted la prudencia de tratar a su ser querido como un adulto aun cuando se comporta como un chico. Su ser querido tendrá que ajustarse a esta nueva perspectiva. Comprender lo que será aceptable y las consecuencias que habrá al no respetarse el acuerdo le ayuda a usted... y a su ser querido... a mantenerse en camino.</p>
<p>Step 4. Cut strings to encourage responsibility</p>	<p>4^o paso: Corte los lazos para estimular la responsabilidad</p>

<p>Strings are usually financial. They might be obvious, but often they're not. (i.e. paying phone bill, storing belongings, providing room and board, receiving mail, paying auto expenses, etc.) You'll be able to pinpoint certain situations where strings are keeping your adult child from making positive changes. Once you learn to identify these strings, you can plan the wisest ways and times to cut them.</p>	<p>Los lazos usualmente son financieros. Puede que sean obvios, pero seguido no lo son (por ej., pagar la cuenta del teléfono, almacenar sus pertenencias, darle cuarto y comida, recibir su correo, pagar por sus gastos de auto, etc.). Usted podrá determinar con precisión ciertas situaciones donde los lazos están previniendo a su hijo adulto de hacer cambios positivos. Una vez que aprenda a identificar esos lazos, podrá usted planear la hora y la manera más sensata para cortarlos.</p>
<p>Step 5. Write your own plan</p>	<p>5° paso: Escriba su propio plan</p>
<p>Written plans provide road maps for achievement as well as accountability. A Family Plan can be created by you with or without the help of a professional. As parents, it's important to agree with each other about what you will and will not do to help your loved one.</p>	<p>Los planes escritos proporcionan un mapa direccional para logros, así como para responsabilización. Usted puede crear un plan familiar con o sin la ayuda de un profesional. Como padres de familia, es imprescindible que estén de acuerdo acerca de lo que harán y lo que no harán para ayudar a su ser querido.</p>
<p>This plan should include things such as steps for cutting strings. It's recommended that you complete your plan before approaching your loved one.</p>	<p>Este plan deberá incluir tales cosas como los pasos para cortar los lazos. Se recomienda completar este plan antes de presentárselo a su ser querido.</p>
<p>Step 6. Encourage your adult child to write their own plan for moving forward in life</p>	<p>6° paso: Anime a su hijo adulto a elaborar su propio plan para avanzar en su vida</p>
<p>Your loved one may receive benefits from developing a Recovering Person's Plan. A professional can best help your adult child create this plan. The goals need to come from your loved one, yet as parents you have input about his or her goals when they require your assistance. Your loved ones plan might list goals such as finding a job, saving money, paying debts, and consequences of relapse.</p>	<p>Podrá ser ventajoso para su ser querido elaborar un plan para persona en recuperación. Un profesional será quien mejor podrá ayudar a su hijo adulto a formular este plan. Las metas deben venir de su ser querido, mas como padres tienen ustedes aportaciones cuando sus metas requieren su ayuda. El plan de su ser querido podrá incluir metas tales como encontrar trabajo, ahorrar dinero, cubrir sus deudas, y las consecuencias de recaer.</p>
<p>Gem to Share with Loved One</p>	<p>Joyas que compartir con mi ser querido</p>
<p><i>I'm educating myself so we can have a healthier relationship!</i></p>	<p><i>¡Me estoy educando para que podamos llevar una relación más sana!</i></p>
<p>Treating my loved one like an adult helps him or her progress on the road to recovery.</p> <p>Writing out a plan helps us achieve it and keeps us accountable.</p>	<p>Tratar a mi ser querido como un adulto le ayuda a progresar en el camino a la recuperación.</p> <p>Escribir un plan nos ayuda a lograrlo y a mantenerlos responsabilizados.</p>