



El uso de herramientas de comunicación adaptadas a los adolescentes, como las redes sociales y la mensajería instantánea, es un aspecto crucial del coaching para este grupo de edad. Los jóvenes de hoy son nativos digitales, que han crecido en un mundo donde la tecnología está omnipresente y forma parte integral de su vida social y relacional. Como coach, es esencial comprender y dominar estas herramientas para establecer una comunicación eficaz y pertinente con los adolescentes.

Las redes sociales, como Instagram, TikTok, Snapchat o Facebook, son plataformas indispensables para los jóvenes. Suelen pasar varias horas al día allí, compartiendo fotos, videos y pensamientos con su círculo de amigos virtuales. Estos espacios en línea son mucho más que meras herramientas de entretenimiento; son verdaderas extensiones de su identidad y de su vida social. Entendiendo los códigos, tendencias e intereses de estas redes, el coach puede llegar a entender mejor el universo mental y emocional de los adolescentes y adaptar su comunicación en consecuencia.

Por ejemplo, un coach que domina las características y los usos de Instagram puede sugerir a un adolescente apasionado por la fotografía que cree una cuenta dedicada a su arte y lo acompañe en la creación de un portafolio en línea. Utilizando el mismo lenguaje visual y los mismos hashtags que los jóvenes, el coach crea un vínculo de complicidad y entendimiento mutuo, a la vez que valora los talentos y pasiones del adolescente.

La mensajería instantánea, a través de aplicaciones como WhatsApp, Messenger o Discord, es otra herramienta indispensable para comunicarse con los adolescentes. Estas plataformas permiten intercambios rápidos, informales e interactivos, a menudo salpicados de emoticonos, GIFs y referencias a la cultura pop. Al dominar estos códigos de comunicación, el coach puede establecer una relación de cercanía y confianza con los

jóvenes, respetando su necesidad de autonomía y reactividad.

Sin embargo, es crucial establecer un marco ético y deontológico claro en el uso de estas herramientas de comunicación con los adolescentes. El coach debe asegurarse de mantener una distancia profesional adecuada, evitando interacciones demasiado íntimas o publicaciones inapropiadas en las redes sociales. Es recomendable establecer reglas claras de comunicación desde el inicio de la relación de coaching, como los horarios de disponibilidad, los tiempos de respuesta y los temas adecuados para la conversación.

El coach también puede utilizar las redes sociales y la mensajería instantánea como herramientas pedagógicas para trabajar ciertas habilidades con los adolescentes. Por ejemplo, puede proponer ejercicios de comunicación asertiva a través de mensajes, ayudando al joven a expresar sus necesidades y límites de manera clara y respetuosa. También puede utilizar publicaciones en Instagram o videos de TikTok como materiales de reflexión sobre temas como la imagen de sí mismo, las relaciones de amistad o las decisiones de orientación.

Más allá del dominio técnico de estas herramientas, el coach debe demostrar una gran adaptabilidad y una mente abierta para seguir la rápida evolución del uso digital de los adolescentes. Lo que está de moda hoy puede quedar obsoleto mañana, y constantemente surgen nuevas plataformas. Manteniéndose informado de las últimas tendencias y adoptando una actitud de aprendiz, el coach demuestra a los jóvenes que él está escuchando y en sintonía con su realidad.

Al integrar de manera relevante y ética las redes sociales y la mensajería instantánea en su práctica, el coach para adolescentes tiene la posibilidad de establecer una comunicación fluida, auténtica e impactante con los jóvenes. Estas herramientas se convierten en verdaderos aliados para crear vínculos, transmitir habilidades de vida y acompañar a los adolescentes en su camino hacia la adultez. Hablando su lenguaje y comprendiendo su universo digital, el coach puede realmente marcar la diferencia en la vida de los jóvenes, ayudándolos a convertirse en ciudadanos responsables y satisfechos, tanto en línea como fuera de ella.

Puntos clave:

- El uso de redes sociales y mensajería instantánea es esencial para establecer una comunicación efectiva con los adolescentes, que son nativos digitales.
- Entendiendo los códigos, tendencias e intereses de las redes sociales, el coach puede entender mejor el universo mental y emocional de los adolescentes y adaptar su comunicación.
- La mensajería instantánea permite intercambios rápidos, informales e interactivos,

fomentando una relación de cercanía y confianza, mientras se respeta la necesidad de autonomía de los jóvenes.

- Es crucial establecer un marco ético y deontológico claro al usar estas herramientas, manteniendo una distancia profesional adecuada y estableciendo reglas de comunicación claras.

- Las redes sociales y la mensajería instantánea se pueden usar como herramientas pedagógicas para trabajar ciertas habilidades con los adolescentes.

- El coach debe demostrar flexibilidad y mente abierta para seguir la rápida evolución del uso digital de los adolescentes y mantenerse actualizado sobre las últimas tendencias.

- Al integrar estas herramientas de manera relevante y ética en su práctica, el coach puede establecer una comunicación auténtica e impactante con los jóvenes, acompañándolos en su camino hacia la adultez.