



Scuola Italiana di Concepcion

¿QUÉ SIGNIFICA QUE MI HIJA/O ENTRE EN LA ADOLESCENCIA?



Con la entrada en la adolescencia, la niña/o que teníamos en casa deja de serlo. Durante un periodo de cuatro años más o menos, se producen cambios importantísimos que transformarán al niño/a en un/a joven totalmente preparado/a para la vida adulta. Este folleto intenta sintetizar los aspectos importantes de esta etapa y de esta forma contribuir a una relación sana entre madre/padre y adolescente.



CAMBIOS EMOCIONALES

- Cambios rápidos del estado emocional, inestabilidad e inconsistencia entre comportamiento y emoción.
- Mayor necesidad de privacidad.
- Mayor centramiento en sí mismas/os y sentir que nadie le comprende.
- Pueden mostrarse más solos/as que antes y avergonzarse porque sus amigos/as les vean pasear con sus padres.
- Las EXPRESIONES (no los sentimientos en sí) de afecto hacia la familia le parecen ridículas (besos, abrazos).
- En caso de que los cambios emocionales sean excesivos, es mejor consultar a un profesional.

CAMBIOS MENTALES

Es significativo el desarrollo de las formas de pensar, razonar y aprender. Una de las consecuencias más importantes es la formación de la identidad: piensan en quienes son y quienes quieren llegar a ser, lo cual es un proceso continuo, cambiante y muchas veces incoherente (entre comportamiento e ideas).

CAMBIOS FÍSICOS

En esta edad hay cambios importantes en la estatura y figura, aparece vello corporal, púbico y en las axilas. En las mujeres inicia la menstruación y se desarrollan los senos, mientras que los hombres desarrollan los testículos.

PADRES/MADRES EFICACES

Todas las familias son distintas, sin embargo hay algunos aspectos comunes en los padres que resultan eficaces para afrontar la etapa de la adolescencia con sus hijos/as:

- Demuestran amor: Comunicándose, dedicándoles tiempo, preocupándose por su bienestar.
- Apoyo: elogiar y reconocer cuando se esfuerzan, alentar para desarrollar sus intereses.
- Ponen normas: Fijar límites acorde a la edad y etapa del desarrollo es fundamental para los/as hijos/as. Estos deben ser CLAROS, RAZONABLES Y BIEN EXPLICADOS



LO MÁS IMPORTANTE ES CONSIDERAR QUE LAS/OS ADOLESCENTES (ASÍ COMO TODO SER HUMANO) NECESITAN Y DEBEN SER TRATADOS SIEMPRE CON RESPETO, QUE SE LES RECONOZCA Y APRECIEN SUS DIFERENCIAS.