

LOS PADRES DE LA ADOLESCENCIA

MISS XIMENA MATUTE
MISS ALICE ENRIQUEZ

¿QUÉ ES ADOLESCENCIA?

- Etimológicamente la palabra deriva del verbo latino *adolescere* que no significa adolecer o carecer de algo, sino crecer.
- Es un periodo de transición, una etapa del ciclo de crecimiento que marca el final de la niñez y pronuncia la adultez.

CARACTERÍSTICAS QUE PRESENTA EL ADOLESCENTE

- **Cambios físicos y emocionales**
- **Búsqueda de su identidad**
- **Autoestima**
- **Sentido de pertenencia**
- **Reto a la autoridad**
- **Falta de autocontrol**
- **Apatía hacia el estudio**
- **Poco tolerantes**
- **Desafiantes**
- **Impulsivos**
- **Poco reflexivos**

LO IMPORTANTE DEL ADOLESCENTE

- La adolescencia es un tiempo maravilloso de crecimiento, maduración, construcción de uno mismo, apertura a los demás y donación generosa. Pero para que ocurra esto, los adolescentes necesitan adultos responsables y veraces, auténticos y coherentes a su alrededor que los ayuden a superarse y les ofrezcan un testimonio de verdadera madurez humana.

PERCEPCIÓN DE UN ADOLESCENTE HACIA SUS PADRES

- **Nos dejan de percibir como Superman y la Mujer Maravilla y no comprenden que el hecho de ser simples mortales no nos convierten en seres imperfectos.**
- **Cuestionamiento hacia la autoridad, a la que perciben como vulnerables, con cambios físicos, contradictorios, arbitrarios, injustos, con dudas, con frustraciones, temerosos, es decir humanos.**

PERCEPCIÓN DE UN ADOLESCENTE HACIA SUS PADRES

- Somos la seguridad que necesitan para sentirse confiados y tomar decisiones.
- Los límites son como las barras de contención, orientan el camino.
- Nos consideran incondicionales.

ACOMPaña A TU HIJO EN SU PROCESO ¿CÓMO?

- **Respetar.**
- **Reforzar conductas positivas – corregir el acto y no reprochar a toda la persona.**
- **Aceptar dejar de lado nuestras propias expectativas.**
- **Dar responsabilidad “no hagamos por nuestros hijos nada que ellos puedan hacer por sí mismos”.**
- **Reconocer nuestras propias limitaciones y ayudarlos a reconocer las suyas.**

ACOMPaña A TU HIJO EN SU PROCESO ¿CÓMO?

- Establecer normas, consecuencias y privilegios. A mayor responsabilidad mayores privilegios.
- Escuchar y comprender “ técnica del espejo”.
- Mostrar interés por las cosas que son importantes para ellos. Pasar un tiempo especial.
- Compartir su propia historia.
- Dar a sus hijos lo mejor que les puede dar: Usted mismo.

¡GRACIAS!