



Claret Las Palmas

Departamento de Orientación

Características generales de la adolescencia (16-18 años)

El Colegio, en el afán de colaborar cada vez más con todos ustedes en la formación y educación de vuestros hijos/as, quiere proporcionarles unos consejos orientativos que les puedan ayudar a comprenderlos mejor.

Nos vamos a ceñir principalmente a aquellas características de la adolescencia que más nos pueden ayudar.

En esta fase se ha culminado gran parte del crecimiento y desarrollo, el adolescente va a tener que tomar decisiones importantes en su perfil educacional y ocupacional. Se ha alcanzado un mayor control de los impulsos y maduración de la identidad, inclusive en su vida sexual, por lo que está muy cerca de ser un adulto joven.

Los principales retos para este momento evolutivo son:

Ir aumentando su independencia. En este proceso, muchos adolescentes entran en conflicto serio con sus padres y, a veces, buscan consejo y ayuda de otro adulto mediador.

Los chicos y las chicas de esta edad suelen soñar despiertos, especialmente sobre su futuro. Muchos tienden a sobrestimar sus habilidades y sus posibilidades de acceder a profesiones y trabajos de mayor estatus.

Lograr una identidad personal.

Ganar interés por la sexualidad.

Florecimiento de cualidades y actitudes especiales.

Apasionamiento por sus ideales.

Profundización en su personalidad.

Revalorización de su propia imagen.

Iniciar la adquisición de responsabilidades corrientemente dejadas a los adultos.

Deseo de éxito profesional.

Todo ello, sin embargo, puede conducir a incremento en los estados de depresión/tristeza, o trastornos emocionales derivados de las necesidades de independencia y de la toma de responsabilidades de adulto.

En esta etapa de la adolescencia se produce la elección de la profesión, la cual es consecuencia de la pregunta de "¿Hacia donde voy?". Los adolescentes tienen que tratar con la influencia de sus compañeros, padres, profesores y su propio deseo, para decidir su vocación.

El final de la adolescencia se produce cuando el sujeto empieza a desarrollar y asumir tareas propias del adulto joven, como por ejemplo, la elección y responsabilidad de un trabajo, el desarrollo del sentido de intimidad (que más tarde va a conducir a la constitución del matrimonio y la paternidad). Se produce el reconocimiento del sí mismo como un ser adulto.

¿Por qué ocurren todas estas conductas?

En primer lugar, es conveniente aclarar que estas conductas propias de la adolescencia ocurren "porque tienen que ocurrir", es decir, el periodo evolutivo de la adolescencia trae consigo una serie de conductas o comportamientos NORMALES propias de su etapa evolutiva. Así que si queremos ayudar a nuestros hijos/as adolescentes, tenemos que empezar por entender este aspecto. Hay que dejar claro que la adolescencia NO es "una enfermedad que se cura con el tiempo", sino una etapa evolutiva (por la que pasamos todos) que conlleva una serie de cambios que hay que aceptar.

¿Cómo pueden ayudar a sus hijos/as a pasar con normalidad esta etapa de la adolescencia?

- Una de las mejores maneras de "ser amigo" de los hijos es mantener una relación basada en la confianza. Si los padres no confían en ellos, difícilmente los adolescentes lo harán en sí mismos.
- Fomentar la seguridad en sí mismo.
- Educar con firmeza y autoridad, no-autoritarismo.
- Reconocer los logros.
- Pedirle opinión sobre temas que afecten a la familia (aunque lo que diga no resulte vinculante, es importante que sienta que cuentan con él y que sus opiniones se escuchan)
- Dar ejemplo. Nuestros hijos aprenden más de lo que somos y hacemos, que de lo que decimos...
- No censurarle todas las amistades, salidas, formas de vestir... por sistema. Llegar a cuerdos y velar por que se respeten.
- No atosigarle con la elección de estudios o formación futura, ni mucho menos coaccionarle para que estudie lo que los padres quieren que estudie.
- No convertir el tema de la sexualidad en tabú. Es quizás ahora cuándo más necesita de información y diálogo.

Recuerda...

Al fomentar la autonomía y el autoconcepto positivo en los hijos/as se consigue:

- Que sean capaces de extraer sus propias consecuencias de los actos.
- Que desarrollen una mayor creatividad y búsqueda de alternativas.
- Que sean capaces de prever y planificar, y no dependan de los impulsos del momento.
- Que sean capaces de enfrentarse a las dificultades y de tolerar el hecho que las cosas puedan salir mal.
- Que tengan seguridad en sus propios criterios, en las ideas propias frente a las presiones externas de otras personas.
- Que tengan confianza en sí mismos para arriesgarse a cometer errores, para implicarse en nuevas actividades y nuevas alternativas.
- Que tengan un estado emocional positivo ante los resultados de sus actos ("puede que no consiga lo que quiero, pero he hecho lo que dependía de mí, luego me siento bien").