



**LOS CAMBIOS**  
**DURANTE**  
**LA ADOLESCENCIA**







# LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA



JUNTA DE ANDALUCIA

PROGRAMA de apoyo a madres y padres de adolescentes / [autores, Alfredo Oliva Delgado ... et al.]. -- [Sevilla] : Consejería de Salud, [2007]

1 carpeta (10 cuadernos) ; 29 x 23 cm + 1 CDROM

1. Relaciones padres-hijo 2. Desarrollo del Adolescente 3. Educación I. Oliva Delgado, Alfredo II. Andalucía. Consejería de Salud WS 105.5.F2 WS 460

## **AUTORES**

Alfredo Oliva Delgado  
Victoria Hidalgo García  
Dolores Martín Fernández  
Águeda Parra Jiménez  
Moisés Ríos Bermúdez  
Reyes Vallejo Orellana

Departamento de Psicología Evolutiva  
y de la Educación  
UNIVERSIDAD DE SEVILLA

## **EDICIÓN**

JUNTA DE ANDALUCÍA  
Consejería de Salud

## **DISEÑO + MAQUETACIÓN**

Maraña Estudio

## **IMPRESIÓN**

Xxxxxx Xxxxxx

## **DEPÓSITO LEGAL**

xx-xxxxxxxx-xxx



# ÍNDICE

Introducción	<b>005</b>
Ideas clave	<b>016</b>
Objetivos generales	<b>017</b>
Actividades	<b>019</b>
Actividad 1	<b>025</b>
Actividad 2	<b>028</b>
Actividad 3	<b>033</b>
Actividad 4	<b>036</b>
Anexos	<b>037</b>
Transparencias	<b>043</b>





## INTRODUCCIÓN

Uno de los principales debates teóricos en el campo de la psicología evolutiva es el referido a la consideración de la adolescencia, bien como un periodo de frecuentes conflictos familiares y de intensos problemas emocionales y conductuales, bien como una transición evolutiva tranquila y sin especiales dificultades. Quizá la imagen que domine la opinión pública sea la de la adolescencia como una etapa muy complicada en la que son frecuentes las conductas de riesgo, la violencia, la inadaptación personal y los conflictos familiares. Esta imagen de la adolescencia como un periodo de tensiones y dificultades no es reciente, y tiene su origen en los escritos de los primeros estudiosos de la misma, que basaban sus conclusiones en aquellos casos clínicos que veían en sus consultas, y que eran poco representativos de la población general. Además, muchos de los problemas propios de la adolescencia, como el consumo de drogas o la delincuencia, son muy llamativos y suelen tener un gran impacto en los medios de comunicación, lo que no contribuye a difundir una imagen normalizada de este periodo evolutivo.

Autores más recientes y con acercamientos más empíricos, criticaron duramente esa idea, presentando una visión más favorable de la adolescencia. Sin embargo, en las últimas dos décadas ha venido acumulándose una cantidad importante de datos que también han cuestionado esa imagen tan optimista de la adolescencia, ya que, aunque no pueda mantenerse la idea de dificultades generalizadas, sí hay suficiente evidencia acerca de una importante incidencia de problemas relacionados con tres áreas: *los conflictos con madres y padres, la inestabilidad emocional, y las conductas de riesgo*. Las razones de estas dificultades tienen mucho que ver con el carácter transicional de esta etapa, con los cambios físicos y psíquicos que conlleva y con los nuevos roles que chicas y chicos tendrán que asumir. Aunque no es infrecuente que en algunos casos el estrés generado por estos cambios lleve al surgimiento de problemas de conducta o trastornos emocionales, no hay que olvidar que la mayoría de adolescentes irán adaptándose de una forma saludable a los cambios experimentados, y resolverán satisfactoriamente las tareas que se les presenten, por lo que para muchos esta será una etapa feliz y sin especiales dificultades, marcada por la adquisición de nuevas capacidades y por la adopción de nuevos roles.

## LA PUBERTAD Y LOS CAMBIOS FÍSICOS

Los cambios físicos que acompañan a la pubertad señalan el inicio de la adolescencia, se trata de cambios muy llamativos que van a representar una

transformación radical del cuerpo del niño o niña. Con la excepción del primer año de vida, en ningún otro momento del ciclo vital se produce una transformación tan importante. El inicio de la pubertad viene marcado por el incremento en la secreción hormonal, y varía mucho de un sujeto a otro, dependiendo de factores genéticos y ambientales. Por lo general, las chicas suelen mostrarse más precoces que los chicos, así entre ellas este proceso suele iniciarse entre los 10 y los 11 años, mientras que ellos tienen que esperar hasta los 12-13 años.

Hay que destacar la repercusión que estos cambios físicos van a tener sobre el chico o la chica que los experimenta, una influencia que puede ser directa a través de mecanismos hormonales; por ejemplo, está demostrado que el aumento en los niveles de la hormona masculina (testosterona) que empiezan a secretar las gónadas sexuales influyen sobre el comportamiento agresivo de los varones. Igualmente, incrementos hormonales también serán responsables de cierta inestabilidad emocional y, sobre todo, del aumento en el deseo sexual.

Pero hay otros efectos que son indirectos, así se puede señalar la importancia que tiene la respuesta del mismo adolescente y de quienes le rodean a los cambios físicos producidos. En general, podemos decir que las consecuencias psicológicas de la pubertad suelen ser diferentes para chicas y chicos. Para ellos, los efectos suelen ser más positivos, ya que la pubertad va a suponer una mejora de la autoimagen debido al incremento en la estatura y en la masa muscular que les va a permitir una mayor fuerza y habilidad para los deportes, así como el crecimiento de los órganos sexuales. Esto no evita que en un principio la actitud ante estos cambios sea algo ambivalente, ya que no todos son tan positivos (pensemos por ejemplo en el acné o en el crecimiento descompensado de las piernas frente al tronco), y el chico precise de algún tiempo para empezar a aceptar su nuevo cuerpo. En cambio, entre las chicas son más frecuentes los sentimientos negativos con respecto al propio atractivo físico, en parte debido al aumento de tejido adiposo que está reñido con el estereotipo ideal de delgadez. Además, hay que tener en cuenta que en algunos casos siguen existiendo niñas poco o mal informadas, y viven la primera menstruación con miedo o angustia en lugar de vivirlo como un proceso natural. A esto hay que añadir la reacción de las personas que rodean a la chica, pues con frecuencia madres, padres y educadores reaccionan ante el nuevo estatus físico de la niña con un aumento de las restricciones.

Un aspecto de mucha importancia es el momento en que tiene lugar la pubertad, ya que debido a factores tanto genéticos como ambientales existirá una importante variabilidad. El hecho de que estos cambios físicos sean muy precoces va a afectar de forma diferente a uno y otro sexo. Como norma general, las chicas llevan peor la precocidad, ya que los cambios corporales





## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

tendrán lugar en una niña psicológicamente inmadura para enfrentarse a ellos. Para los niños el panorama es diferente, y por lo general, los chicos que maduran precozmente suelen ser mejores en los deportes, ejercer más liderazgo y estar mejor valorados por los adultos. Sin embargo, en algunas ocasiones la maduración muy temprana puede hacer que tanto chicos como chicas se relacionen con compañeros de más edad y así se vean implicados precozmente en comportamientos de riesgo, como mantener relaciones sexuales precoces o consumir tabaco, alcohol u otras drogas.

## **LOS CAMBIOS COGNITIVOS: UNA NUEVA FORMA DE PENSAR**

Como consecuencia de la maduración biológica y de las experiencias, sobre todo en el ámbito escolar, en el periodo comprendido entre los 12 y los 15 años va a surgir una nueva forma de pensar sobre la realidad que se ha denominado *pensamiento operatorio formal*. El niño y la niña preadolescente ya eran capaces de aplicar un razonamiento lógico, pero estas operaciones mentales debían realizarse sobre datos presentes y reales. En cambio, el pensamiento formal va a permitir al adolescente razonar sobre situaciones posibles o hipotéticas, aunque no existan, y darse cuenta de que la realidad existente es sólo una parte o subconjunto de la posible. También le van a permitir utilizar un razonamiento de carácter hipotético-deductivo. Es decir, va a formular y comprobar teorías o hipótesis sobre los problemas que trata de resolver. En lugar de actuar por ensayo y error sus actuaciones estarán planificadas y dirigidas por sus conjeturas. Estas nuevas capacidades cognitivas van a tener una importante repercusión sobre su conducta, ya que las utilizará en su vida cotidiana y le servirán para entenderse mejor a sí mismos, a otras personas, y a las relaciones que se establecen entre ellas. Ahora será capaz de comprender mejor las intenciones ocultas de los demás y explicar su comportamiento como producto de la interacción entre sus capacidades personales y factores situacionales. Además, esta capacidad para pensar en abstracto y plantear situaciones hipotéticas o posibles le va a permitir desarrollar una mejor comprensión de ideas sociales y políticas, y evaluar el funcionamiento de diversas instituciones como la familia, la escuela, o el estado; es como si acabase de descubrir que la realidad puede ser de otra forma y por lo tanto puede cambiarse. Esto podría explicar el inconformismo o rebeldía frecuentemente observado entre las y los adolescentes. También podría justificar el tiempo que dedican a pensar sobre sí mismos, sobre sus sentimientos, sus pensamientos y su forma de ser, y que en ocasiones les lleva a una escasa autoaceptación de sí mismos; pensemos, por ejemplo, en el chico o la chica solitarios dedicados a la introspección o a la escritura de diarios. Incluso la inte-

lectualización o tendencia a pensar de forma abstracta sobre los más diversos temas religiosos, políticos o sociales, en que se ven envueltos con frecuencia, así como su discusión con amigas y amigos, no serían sino una ejercitación o puesta en práctica de las habilidades intelectuales recién adquiridas.

Estas nuevas habilidades cognitivas abren muchas posibilidades al adolescente, no obstante, aún existen algunas limitaciones intelectuales, posiblemente como consecuencia de la falta de experiencia en su uso. Algunos autores hablan de la existencia de cierto egocentrismo que lleva a chicas y chicos a confiar enormemente en el poder de las ideas y a considerarse a sí mismos como importantes elementos de transformación social. David Elkind ha denominado *fábula personal* a la tendencia del chico o la chica a pensar que sus experiencias son únicas y no están sujetas a las mismas reglas que gobiernan las vidas de los demás. Esta tendencia puede resultar peligrosa para el joven, al considerarse único e indestructible y asumir determinadas conductas de riesgo. Por ejemplo, aunque conoce perfectamente los problemas que puede acarrearle mantener relaciones sexuales sin protección, tiende a pensar que los embarazos no deseados o las enfermedades de transmisión sexual son algo que ocurre a los demás, mientras que ella o él están a salvo. No obstante, también hay que reconocer que este cálculo erróneo de las consecuencias puede tener su lado positivo, al llevar a chicas o chicos a asumir algunos retos y experiencias, que pueden ayudarles a madurar y desarrollar competencias, y que de otra forma tal vez evitarían.

Aunque durante la adolescencia surge una mayor capacidad para ponerse en el punto de vista de otras personas y comprender sus pensamientos y sentimientos, aún aparecen ciertas dificultades en relación con esta habilidad: al pasar tanto tiempo pensando sobre sí mismo la chica o el chico adolescente puede llegar a considerar que otras personas están igualmente pendientes de lo que ella o él hace. Esta tendencia, denominada *audiencia imaginaria*, puede derivar en una cierta timidez que le lleve a ocultar su conducta ante los demás, o, por el contrario, en un exhibicionismo continuo ante esta supuesta audiencia. No hay que olvidar que durante estos años es muy importante para el chico o la chica lo que los demás piensen de él, y tratarán de causar siempre una buena impresión a sus compañeros.

## **ALGUNOS ASPECTOS RELATIVOS A LA PERSONALIDAD DEL ADOLESCENTE**

La autoestima, entendida como el conjunto de sentimientos y valoraciones del chico y de la chica con respecto a sí mismos, también va a sufrir algunos



## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

cambios durante la adolescencia. La mayoría de los estudios encuentran un descenso coincidiendo con la pubertad, aunque a partir de los momentos iniciales se observa una cierta recuperación. Hay diversas razones que justifican este descenso en la autoestima. La primera tendría que ver con los cambios en el aspecto físico que ya hemos comentado. En segundo lugar hay que apuntar las variaciones que suelen producirse en el contexto escolar, ya que para la mayoría de chicas y chicos el inicio de la adolescencia suele coincidir con el salto de la educación primaria a la educación secundaria, lo que puede suponer el abandono de la escuela en la que habían estudiado durante los últimos años y la adaptación a un nuevo centro educativo o instituto, con todo lo que este cambio conlleva: nuevos profesores, abandono de amigas y amigos, incremento de las exigencias escolares y de la competitividad. Este incremento de la competitividad no es exclusivo del ámbito académico y suele extenderse al área de la actividad física y los deportes, sobre todo entre los chicos: ya no se trata sólo de jugar para divertirse, ahora hay que ganar y ser de los mejores, de lo contrario se corre el riesgo de tener que abandonar el equipo o club deportivo. Por último, se inician las relaciones heterosexuales y chicas y chicos deberán enfrentarse a la complicada tarea de buscar pareja y resultar atractivas y atractivos a otras personas, lo que no hace sino añadir más presión a todo lo anterior. No es extraño que el adolescente pueda empezar a tener dudas sobre su propia capacidad y valía para resolver con éxito todas estas tareas y experimente cierto descenso en su autoestima.

En una relación muy directa con la baja autoestima se encuentra el problema de la timidez. Definida como un patrón comportamental marcado por la ansiedad e inhibición ante las situaciones sociales, la timidez puede aparecer en cualquier momento del ciclo vital, aunque la adolescencia temprana es un periodo de especial vulnerabilidad. Al problema ya comentado de la *audiencia imaginaria* hay que añadir que éste es un momento en el que el chico y la chica tendrán que enfrentarse a muchas nuevas situaciones y personas, y estarán muy sensibilizados a la evaluación que los demás puedan realizar de su comportamiento. Generalmente superarán esta timidez según progrese la adolescencia y adquieran nuevas habilidades sociales, sin embargo, en algunos casos puede convertirse en un importante trastorno que cause mucha ansiedad y sufrimiento.

Un aspecto clave que merece ser destacado en relación con los cambios que se producen en la personalidad durante la adolescencia, es el logro de la *identidad personal*. La identidad hace referencia al compromiso de chicas y la chicos con una serie de valores ideológicos y religiosos y con un proyecto de futuro a nivel personal y profesional. Aunque las trayectorias seguidas por

los jóvenes en la búsqueda de esta identidad son diversas y existen muchas diferencias interindividuales, es frecuente que antes de adoptar compromisos a nivel ideológico, vocacional o personal, chicos y chicas pasen por una etapa de crisis en la que muestren indecisión o inseguridad. Esta crisis resulta inevitable cuando se trata de una adopción de compromisos basada en la reflexión y en las propias experiencias personales, y no en la imposición paterna, por lo que puede considerarse como una crisis que les fortalece y les ayuda a crecer y a lograr su identidad.

El psicólogo James Marcia, basándose en las entrevistas realizadas a adolescentes, ha definido las distintas formas o estatus de identidad que es posible encontrar en la adolescencia. Estos estatus de identidad responden a las siguientes preguntas:

- El adolescente o la adolescente, ¿ha llegado a esa identidad tras un período de búsqueda y crisis?
- ¿Qué grado de compromiso tiene con una ideología determinada o un proyecto de vida?

De la respuesta a estas dos preguntas, surgen cuatro estatus de identidad posibles (ver cuadro 1.1)

		¿CRISIS Y BÚSQUEDA?	
		SI	NO
¿COMPROMISO CON VALORES?	SI	Identidad lograda	Identidad hipotecada
	NO	Identidad en moratoria	Identidad difusa

Cuadro 1.1: Distintos estatus de identidad

Los cuatro estatus de identidad serían los siguientes:

• • **Identidad lograda** (sí crisis /sí compromiso): el compromiso adoptado por estos chicos y chicas es fruto de la búsqueda personal (*Ejemplo: el chico o la chica que se posiciona en una determinada ideología política, independien-*

## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

temente de la de sus madres y padres y que es fruto de una búsqueda personal de posibles, lo que no quiere decir que su compromiso sea diferente al de sus familiares, ya que puede haber coincidencia).

● ● **Identidad hipotecada** (*no crisis /sí compromiso*): el compromiso es el resultado de la presión de la familia o del entorno social (*Ejemplo: un chico/a que ha decidido estudiar medicina porque sus padres siempre esperaron eso de él/ella*).

● ● **Identidad en moratoria** (*sí crisis /no compromiso*): no han adquirido ningún compromiso porque están todavía en una situación de búsqueda activa o moratoria, sopesando distintas alternativas y sin haber tomado una decisión (*Ejemplo: la chica que está indecisa entre hacer un módulo de formación en electrónica o en administración y finanzas*).

● ● **Identidad difusa** (*no crisis /no compromiso*): no han adquirido ningún compromiso porque aún no se lo han planteado y no han iniciado una búsqueda activa o exploración, permaneciendo en un estado de identidad difusa o indefinida del cual no ven la necesidad de salir.

El estatus de identidad en el que se encuentre una o un adolescente va a influir sobre su comportamiento: las chicas y chicos en logro de identidad o en moratoria suelen mostrar más madurez y autonomía, quienes presentan una identidad hipotecada tienden a ser más conformistas y convencionales, mientras que la difusión de identidad suele estar relacionada con sujetos que se muestran apáticos y distantes, y que tienen cierto riesgo de padecer trastornos psicológicos. Aunque los compromisos adoptados van a depender en última instancia de la decisión personal, esta decisión se verá condicionada por factores del entorno familiar y cultural. Así, los adolescentes en estado de moratoria o logro de identidad suelen tener en casa una base sólida de afecto combinada con cierta libertad, mientras que las identidades hipotecadas suelen ser frecuentes entre quienes tiene madres y padres que muestran un estilo autoritario. Los chicos y chicas pertenecientes a minorías étnicas y culturales van a tener también más dificultades para el logro de la identidad, ya que la presión de su grupo cultural por mantener sus valores propios puede llevarles a adoptar una identidad hipotecada, o bien sumergirles en una moratoria o crisis de difícil salida, al tener que optar por estos valores o los de la cultura mayoritaria.

El hecho de que la presión familiar pueda llevar a la adopción de una identidad hipotecada no quiere decir que el logro de identidad suponga adoptar unos valores o compromisos diferentes a los de los padres. Es muy frecuente

que después de sopesar distintas alternativas y de pasar por una crisis, un chico o una chica termine asumiendo unos valores muy similares a los parentales. Por otra parte, el hecho de que el compromiso adoptado esté en contraposición con los valores familiares no supone necesariamente un logro de identidad, ya que en muchas ocasiones podremos encontrar identidades negativas en las que el principal motivo para asumir un compromiso es la rebeldía u oposición a los valores maternos o paternos. Tampoco en estos casos puede hablarse de un logro de identidad.

## LAS RELACIONES FAMILIARES

Los datos de que disponemos hoy día nos permiten sostener la idea de que durante la adolescencia tienen lugar una serie de cambios en las relaciones con madres y padres, y aunque estos cambios no tienen que suponer necesariamente la aparición de conflictos graves, la mayoría de los estudios parecen coincidir en señalar al periodo que sigue a la pubertad como una etapa de perturbaciones temporales en las relaciones familiares. Es de esperar que incluso en las familias que se caracterizan por las buenas relaciones puedan aparecer algunas disputas y se produzcan cambios en las relaciones parento-filiales. No obstante, este cambio no tiene que suponer una ruptura emocional, ni acarrear problemas importantes, más bien los conflictos producidos suelen relacionarse con aspectos de la vida cotidiana tales como la forma de vestir o la hora de volver a casa, que aunque no son demasiado graves, sí pueden generar una elevada tensión emocional, especialmente en los padres y, sobre todo, las madres. No es necesario que se produzcan acontecimientos catastróficos para que se genere un elevado nivel de estrés en un sujeto, ya que suele ser el efecto acumulativo de pequeños sucesos lo que más frecuentemente suele desbordar las estrategias de afrontamiento del individuo. Por lo tanto, aunque estas «pequeñas» discusiones no conlleven un deterioro irreversible de la relación, tendrán un efecto acumulativo sobre el estado emocional de los progenitores, que son quienes suelen verse más afectados por la conflictividad parento-filial, probablemente por el propio momento personal de los adultos, como veremos en la siguiente sesión.

Hay distintas razones que pueden justificar este cambio en las relaciones familiares tras la pubertad. En primer lugar, hay que destacar los cambios cognitivos ya descritos, cambios que van a afectar a la forma en que las chicas y chicos piensan sobre ellos mismos y sobre los demás. Estas mejoras intelectuales van a permitir una forma diferente de apreciar las normas y regulaciones familiares, llegando a cuestionarlas. La recién adquirida capacidad

## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

para diferenciar lo real de lo hipotético o posible permitirá a la chica o chico adolescente concebir alternativas al funcionamiento de la propia familia, y además será capaz de presentar en sus discusiones argumentos más sólidos y convincentes, lo que supondrá un claro cuestionamiento de la autoridad parental. También se produce una desidealización de la madre y el padre, y si hasta ahora sus progenitores eran todopoderosos y omnisapientes, ahora el adolescente comienza a cambiar esa imagen por una más realista en la que sus mayores aparecen con sus virtudes y sus defectos.

Otro aspecto destacable es que chicas y chicos empiezan a pasar cada vez más tiempo con los iguales, lo que les permite una mayor experiencia en relaciones simétricas o igualitarias que puede llevarles a desear un tipo de relaciones más democráticas en su familia. Sin embargo, estas aspiraciones a disponer de una mayor capacidad de influencia en las tomas de decisiones familiares no siempre coinciden con las de sus madres y padres, y la situación más frecuente es la de unos chicos/as que desean más independencia de la que se les concede. Madres y padres suelen pretender seguir manteniendo su autoridad y su forma de relacionarse con sus hijos, incluso en algunos casos pueden aumentar las restricciones como respuesta al surgimiento del interés por el sexo opuesto, lo que va a llevar a la aparición de conflictos. Una vez pasado este primer momento, suelen flexibilizar su postura, y las hijas e hijos irán ganando poder y capacidad de influencia, lo que explicaría la disminución de problemas en la adolescencia media y tardía. Cuando madres y padres no se muestran sensibles a las nuevas necesidades de sus hijos e hijas adolescentes y no adaptan sus estilos disciplinarios a esta nueva situación, es muy probable que aparezcan problemas de adaptación en el chico o chica.

En la mayoría de las familias, en la medida en que el chico y la chica van ganando autonomía se produce un cierto distanciamiento emocional de las madres y padres, distanciamiento que hay que interpretar en el contexto de la búsqueda por parte del adolescente de una identidad propia y que debe valorarse positivamente, pues es un indicador de madurez personal. Esta mayor autonomía del o de la joven va a requerir un cambio en la dinámica de las relaciones familiares. En la medida en que estas relaciones alcancen un nuevo equilibrio y el chico o la chica vayan ganando en autonomía y poder de decisión, disminuirán los roces y las discusiones entre padres e hijos. Por lo general, no se producirá una ruptura emocional, y muchos chicos y chicas continuarán manteniendo estrechas relaciones afectivas con sus madres y padres, identificándose con ellos y recibiendo su influencia. No obstante, en algunos casos, sobre todo en aquellas familias en las que existían problemas previos, sí es posible encontrar una acusada lejanía o desvinculación afectiva del joven respecto de sus progenitores.

## LAS RELACIONES DE COMPAÑERISMO Y AMISTAD

En la medida en que se va produciendo la desvinculación de madres y padres, las relaciones de compañerismo y de amistad van ganando en importancia, intensidad y estabilidad. Las relaciones de amistad van a experimentar un importante cambio durante la adolescencia, si en los años escolares los amigos y amigas eran sobre todo compañeros y compañeras con los que compartir juegos y actividades, al inicio de la adolescencia empiezan a surgir los conceptos de reciprocidad, lealtad y compromiso a la hora de definir este tipo de relaciones. Si las relaciones con las madres y padres representaban un vínculo o apego vertical, las relaciones de amistad representan vínculos horizontales entre sujetos de semejante conocimiento y poder. Estos vínculos horizontales van a proporcionar al chico o chica seguridad emocional, y le van a servir para desarrollar habilidades sociales, empezar a comprender las complejidades de la competitividad y la cooperación entre iguales, y para empezar a desarrollar la intimidad en sus relaciones sociales, algo que les será muy útil al inicio de sus primeras relaciones de pareja. El beneficio proporcionado por estas relaciones se pone de manifiesto en el hecho de que los adolescentes que tienen buenas relaciones de amistad presentan mayor autoestima, mejor rendimiento escolar y menos problemas emocionales, por lo que el aislamiento social representa un importante factor de riesgo desde el punto de vista emocional. Son muchos los chicos y chicas que experimentan importantes sentimientos de soledad durante los primeros años de la adolescencia, y ciertos factores pueden hacer más fuertes estos sentimientos. Algunos de estos factores pueden tener que ver con características personales, por ejemplo, chicas o chicos con baja autoestima, escasas habilidades sociales o muy necesitados de apoyo emocional, mientras que otros pueden ser de carácter ambiental: vivir en zonas rurales y aisladas, cambios de residencia o de instituto, etc.

Si durante los años escolares la influencia parental estaba muy por encima de otras, durante la adolescencia tendrán que compartirla con los amigos y amigas. Esto no significa que madres y padres pierdan toda su capacidad de influencia ni que los jóvenes rechacen su apoyo y sus consejos. Lo que suele ocurrir es que padres y compañeros tendrán que compartir áreas de influencia, y es más probable que el chico o la chica tenga en cuenta la opinión de sus padres cuando se trata de asuntos relacionados con la educación, la moralidad, o el futuro profesional, mientras que amigas y amigos influirán más en cuestiones relativas a las aficiones o empleo del tiempo libre, la elección de amistades o la forma de vestir.



## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

En los primeros años que siguen a la pubertad, chicos y chicas se vuelven especialmente sensibles a la influencia de sus compañeros, lo que puede llevarles a mostrarse excesivamente conformistas ante la presión que ejercen y a asumir determinados comportamientos de riesgo como consumir drogas o implicarse en actos delictivos. No obstante, esta influencia no tiene que ser siempre negativa y los compañeros o compañeras también pueden presionar para que un chico o una chica se implique en actividades escolares o deportivas. Probablemente, los jóvenes que tienen menos apoyo emocional por parte de la familia son quienes están más necesitados del apoyo de amigos/as y compañeros/as y, por tanto, se muestran más conformistas ante su presión. A partir del periodo que sigue a la pubertad, el conformismo tiende a disminuir, y chicas y chicos empiezan a mostrarse más autónomos a la hora de tomar sus decisiones.

## IDEAS CLAVE SESIÓN 1

- Aunque hay que descartar la idea de la adolescencia como etapa necesariamente tumultuosa y conflictiva, podemos señalar que es una etapa de muchos cambios físicos y psíquicos, y que pueden aparecer algunos problemas, fundamentalmente en tres áreas: más conflictividad con las madres y padres, mayor inestabilidad emocional y más conductas de riesgo.
- Los cambios físicos asociados a la pubertad van a tener una repercusión a nivel emocional, tanto de manera directa a través de las hormonas, como indirecta mediante la influencia que estos cambios tienen en el adolescente y en quienes le rodean.
- Pueden aparecer sentimientos negativos asociados a estos cambios puberales, especialmente entre algunas chicas que presentan una pubertad precoz.
- Van a surgir nuevas capacidades cognitivas que influirán en la forma que el adolescente tiene de entender la realidad y en sus relaciones con madres, padres y profesorado.
- La autoestima suele experimentar un descenso al inicio de la adolescencia como consecuencia de los cambios y tareas que deberán afrontar chicos y chicas. Conforme unos y otras se adaptan a la nueva situación, la autoestima se irá recuperando gradualmente.
- Las y los adolescentes suelen pasar por una crisis de identidad, que les hará sentir indecisión e inseguridad, pero que contribuirá a que logren una identidad personal.
- Como consecuencias de los cambios cognitivos y emocionales, se va a producir un cierto distanciamiento afectivo entre chico y chica adolescente y sus madres y padres y un aumento de la conflictividad, incremento que no suele ser ni muy acusado ni muy duradero.
- Las relaciones con los iguales irán ganando en importancia a lo largo de la adolescencia, y en algunos casos, especialmente cuando hay un escaso apoyo parental, chicas y chicos pueden mostrarse muy conformistas ante la presión del grupo de iguales.



# OBJETIVOS GENERALES

Los objetivos generales que se pretenden alcanzar en esta primera sesión, son los siguientes:

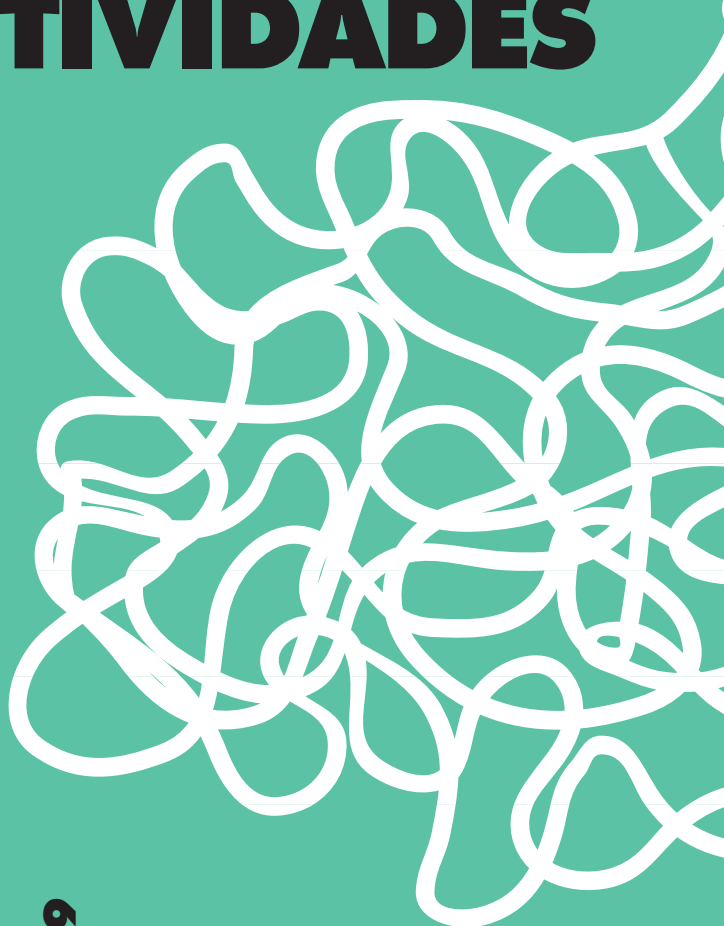
**1 Conocer cuáles son los cambios a nivel físico, cognitivo y emocional que tienen lugar durante la adolescencia**

**2 Analizar la repercusión que estos cambios van a tener sobre el comportamiento del chico o chica adolescente y sobre las relaciones familiares.**





# ACTIVIDADES





## INTRODUCCIÓN

El coordinador/a da la bienvenida a los y las participantes, les agradece su asistencia y les anima a trabajar y reflexionar sobre su papel como madres y padres de adolescentes.

A continuación y con apoyo de la transparencia 1.1, comienza a introducir a los y las participantes en esta primera sesión. Comienza haciendo referencia a que nos ocuparemos de analizar los importantes cambios que tienen lugar durante la adolescencia y a cómo influyen esos cambios en el comportamiento de chicas y chicos y en las relaciones con la familia. En primer lugar debe destacar que existen muchas ideas tópicas y exageradas sobre esta etapa de la vida, la más difundida de estas ideas es la de que la adolescencia es una etapa de problemas y dificultades generalizadas, en la que chicas y chicos suelen experimentar muchas tensiones y trastornos emocionales y conductuales, y en la que serán frecuentes los conflictos familiares y sociales (transparencia 1.2). El coordinador debe hacer referencia a que esta idea no es nueva, como puede deducirse del texto de Shakespeare que se reproduce en la transparencia, y que son muchos los filósofos y escritores que han contribuido a difundir esta imagen tan pesimista. Uno de los más representativos fue Goethe, que en su obra *Werther*, que concluye con el suicidio de su joven protagonista, presentó una imagen bastante dramática que tuvo mucho impacto sobre el pensamiento occidental y que contribuyó a divulgar la imagen de la adolescencia como periodo de turbulencias, estrés, dificultades y conflictos. También los primeros psicólogos que elaboraron teorías acerca de la adolescencia presentaron una imagen bastante negativa de esta etapa como especialmente difícil y turbulenta, probablemente porque construyeron sus teorías basándose en aquellos casos clínicos que veían en sus consultas y que suponían una muestra muy sesgada y poco representativa de la población real. Por otra parte, no hay que olvidar que muchos de los problemas propios de la adolescencia suelen ser muy espectaculares (consumo de drogas, actos delictivos, problemas de alimentación) y, además, tienen una gran repercusión en los medios de comunicación, que presenta una imagen de los chicos y chicas adolescentes muy sensacionalista y distorsionada, ya que muchas de las noticias sobre jóvenes y adolescentes suelen referirse a actividades violentas y delictivas, y consumo de alcohol y drogas. La persona que coordina el equipo comentará a continuación la transparencia 1.3, en la que se presentan los resultados de un estudio en el que se analizaron todas las noticias que aparecieron durante 3 meses en los periódicos *El País* y *ABC*, en los que se observa claramente esta tendencia a presentar noticias centradas en aspectos negativos. Ejemplos de algunas noticias relacionadas con adolescentes serían los siguientes (ver transparencia 1.4):

27 de mayo de 2000

## Asesinan a una compañera de clase «para ser famosas»

27 de mayo de 2000

Raquel C.T. e Iria S.G. de 17 y 16 años, asesinan a una compañera de clase asegurando que su única motivación fue la de «hacerse famosas y salir en la tele»

11 de enero de 2004

## Juicio por la paliza a un guardia de seguridad en un derbi

Sevilla

El Juzgado de lo Penal 8 de Sevilla celebrará el juicio contra cuatro jóvenes, que se enfrentan a penas de hasta tres años de cárcel por la paliza a puñetazos que propinaron a un guarda de seguridad en el derbi Sevilla-Betis del 6 de octubre de 2002, en el Sánchez Pizjuan.

30 de enero de 2004

## Agredida en un instituto por sus compañeros de clase

Petrer (Alicante)

Lorena Trenza, una joven de 15 años, es agredida en su instituto por varios compañeros de curso. La menor fue golpeada hasta perder el conocimiento, sufriendo cortes y fracturas en cara y brazos. Los agresores aseguraron que le pegaban «porque les daba la gana»



13 de marzo de 2004

## Jóvenes y vándalos

Sevilla

Cuatro menores de entre 12 y 14 años han sido identificados por la Policía Nacional de la comisaría de Torreblanca como presuntos autores del incendio que carbonizó parte de las instalaciones del cole-

gio público Juan de la Cueva, en Sevilla. Según la Policía, los jóvenes entraron forzando la puerta del centro e iban sólo con la intención de jugar y huyeron cuando vieron el gran incendio.

28 de junio de 2004

## Crece el consumo de porros entre los jóvenes sevillanos

Marta Conde / 20 minutos

El 20% de los andaluces entre 16 y 20 años consumieron cannabis el año pasado (2003), y sólo un 10%, entre 26 y 34 años.

27 junio de 2004

## Dos jóvenes mueren y otra resulta herida en un accidente de tráfico en Tarragona

Tarragona

Dos chicas jóvenes fallecieron en la madrugada de hoy y otra resultó herida de gravedad en un accidente de tráfico ocurrido en Cambrils (Tarragona). El siniestro se produjo a las 4.01h cuando un todoterreno Mitsubishi Montero y un turismo Ford Fiesta colisionaron por embestida. La conductora, Yolanda R.G., de 25 años, y su hermana, Ana R.G., de 19, ambas vecinas de Cambrils, murieron en el acto.

La tercera acompañante, Núria P.M., de 24 años y vecina de Tarragona, resultó herida grave y fue trasladada al hospital de Santa Tecla de Tarragona. El conductor del todoterreno, Johannes W.J., de nacionalidad holandesa, salió ileso.

A continuación se puede comentar la transparencia 1.5, en la que se muestran los resultados de un estudio en el que se preguntaba a sujetos adultos por las características del adolescente típico o promedio. En esta transparencia se presentan los rasgos negativos atribuidos, entre los que cabe destacar que un elevado porcentaje de personas entrevistadas (60%) consideran que los y las adolescentes consumen drogas. Por lo tanto, parece que la representación o imagen acerca de la adolescencia que domina tanto en los medios de comunicación como entre la gente de la calle se sitúa muy en la línea de la adolescencia como etapa turbulenta y llena de dificultades.

Después, deberá hacerse referencia a que algunos autores y autoras han destacado que los estudios llevados a cabo sobre esta etapa del desarrollo no encontraron que fuera tan problemática, apuntando que la adolescencia no es un periodo muy diferente de la infancia, por lo que se ha generado un cierto debate en el terreno de la psicología acerca de cuál es la verdadera naturaleza de la adolescencia. ¿Es un periodo conflictivo y de tormenta, drama y fuertes tensiones, como habían apuntado muchos literatos, filósofos y psicólogos? O, ¿por el contrario estamos ante una etapa normal en el desarrollo en la que no caben esperar especiales dificultades a nivel personal, familiar o social? (transparencia 1.6). Tal vez la respuesta la podamos encontrar en la gran cantidad de estudios que se han llevado a cabo en las últimas décadas sobre muestras representativas de chicos y chicas adolescentes, y que nos indican que aunque la adolescencia no sea una época necesariamente difícil y conflictiva, sí es cierto que durante estos años van a ocurrir muchos cambios físicos y psicológicos, y que por lo tanto, como suele ocurrir en los periodos de muchos cambios, pueden surgir algunos problemas, que en la mayoría de los casos no serán muy importantes y se superarán fácilmente, pero que en algunas ocasiones pueden ser más graves y persistentes (transparencia 1.7). Así, lo que nos indican los muchos estudios realizados es que aunque no pueda mantenerse la imagen de dificultades generalizadas, sí hay suficiente evidencia acerca de una mayor incidencia de problemas relacionados con tres áreas: los conflictos con madres y padres, la inestabilidad emocional, y las conductas de riesgo. Por lo tanto, aunque no podemos afirmar que vuelva a tener vigencia la concepción negativa de la adolescencia, los resultados de la investigación tampoco nos ofrecen una imagen idílica de esta transición evolutiva. Como tendremos ocasión de exponer más adelante, las relaciones familiares pueden experimentar algunos cambios importantes durante la adolescencia, con un aumento de los conflictos y discusiones familiares que en muchos casos romperán la armonía que hasta ese momento había reinado en el hogar.

## ACTIVIDADES

A continuación se desarrollarán las actividades correspondientes a la segunda sesión. Este desarrollo obedece a una secuenciación lógica de los contenidos siguiendo el marco teórico, sin embargo, seguir este itinerario no es obligatorio. Cada coordinador/a puede programar la sesión de la manera que crea más conveniente de cara a conseguir los objetivos que se plantean. Es también importante que se comenten, preferiblemente tras la actividad número 1 y con la ayuda de las transparencias que van desde la 1.8 a la 1.14, la mayoría de los cambios físicos, psicológicos y sociales que se han presentado en el marco teórico.

ACTIVIDAD 1 ¿Cómo ha cambiado mi hijo/a?	
Duración aproximada	20 minutos
Objetivos	Tomar conciencia de los cambios que los y las adolescentes van experimentando. Conocer las repercusiones familiares, sociales y personales de esos cambios.
Materiales	Lápiz y papel. Anexo 1.1: Ficha 1.1: ¿Cómo ha cambiado mi hijo/a?

### Desarrollo de la actividad

El coordinador/a explicará a los y las asistentes que con esta actividad se pretende que padres y madres reflexionen acerca de los cambios experimentados por sus hijos e hijas, y proporcionarles la información necesaria para que puedan interpretar y comprender adecuadamente estos cambios evolutivos. A continuación les pide que durante un par de minutos piensen en los cambios que ha experimentado su hijo o hija últimamente (físicos, comportamentales, relacionales) y los anoten en la ficha 1.1 (ver anexo 1.1). Una vez transcurrido ese tiempo, el coordinador/a irá pidiendo a las madres y padres que vayan mencionando esos cambios y los irá anotando en la pizarra tratando de agruparlos según sean cambios físicos, de comportamiento, de carácter o personalidad, en su relación con madres y padres o amigos, etc. Una vez anotados y agrupados se selecciona-

rán algunos de esos cambios y se preguntará a las y los asistentes que los hayan observado en sus hijos o hijas, sobre cómo han recibido ellas/os esas transformaciones, si de forma positiva, con orgullo y satisfacción al ver que sus niñas/os se hacen mayores o si, por el contrario, su experiencia ha sido más bien negativa.

### Síntesis de la actividad

La persona que coordina la sesión llevará a cabo una síntesis de los temores sobre los cambios que observan en sus hijos e hijas de cara a eliminar concepciones negativas con respecto a esos cambios y fomentar el respeto y la comprensión hacia los mismos. Utilizando las transparencias (1.8 a 1.14) podrá comentar aquellos cambios físicos, cognitivos, de personalidad y sociales, que se describieron en la introducción de esta sesión, destacando la influencia que estos cambios pueden tener sobre el comportamiento del adolescente y sobre las relaciones familiares. Es importante que las madres y padres tengan un adecuado conocimiento de las transformaciones que trae consigo la adolescencia, ya que ello les ayudará a entender mejor el comportamiento de sus hijas/os.

- De los **cambios físicos** (Transparencia 1.9) deberá destacarse que no siempre son bien recibidos: porque el crecimiento es poco armónico, porque llevan aparejados algunos problemas como la acumulación de grasa (en chicas) o el acné, o porque esos cambios, sobre todo en el caso de las chicas, no van a hacer que sus cuerpos se asemejen al ideal de belleza que suelen presentar las revistas y la televisión. Es importante hacer referencia a las importantes diferencias interindividuales en el «*timing puberal*» o mayor o menor precocidad de los cambios físicos asociados a la pubertad y al impacto negativo que una excesiva precocidad puede tener para las chicas. También hay que destacar el efecto que los cambios hormonales asociados a la pubertad van a tener sobre el comportamiento y el estado de ánimo: un aumento del deseo sexual como consecuencia de los cambios hormonales; una mayor inestabilidad emocional que explicaría los altibajos en el estado de ánimo tan frecuentes en estos años; o una mayor irritabilidad que puede propiciar una mayor conflictividad en las relaciones interpersonales.

- Es muy importante dedicar algún tiempo a explicar los **cambios cognitivos** (en el pensamiento) que supone la aparición del pensamiento formal (transparencia 1.10), y cómo estas nuevas herramientas van a llevar a la chica o chico adolescente a pensar de forma recurrente sobre temas de carácter social y abstracto (la muerte, la política, la religión), y a mostrarse idealista y crítico con la familia, la escuela y la sociedad. También resulta muy interesante que los padres comprendan que sus hijos necesitan ejercitar y poner a prueba esas nuevas capacidades intelectuales, lo que explicaría su afición por discutir. Por último, no debe olvidarse

## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

una referencia a algunas de las limitaciones cognitivas propias de la adolescencia como la «fábula personal» y la «audiencia imaginaria», que pueden explicar la tendencia a asumir riesgos, o el incremento de la timidez en esta etapa, o algo tan frecuente como poner en la puerta de su habitación carteles del tipo «no pasar»...

• • De los **cambios en la personalidad** (Transparencias 1.11 y 1.12), hay dos aspectos que merece la pena destacar, el primero es el descenso de la autoestima que suelen experimentar muchos chicos y chicas durante los primeros años de la adolescencia como consecuencia de los cambios físicos ya comentados, o debido a los nuevos retos que le plantea el inicio de la educación secundaria, lo que muchas veces lleva aparejado un cambio del colegio al instituto. También el inicio de las relaciones de pareja es un asunto que suele generar muchas dudas y preocupaciones a unos chicos y chicas que con frecuencia se sienten inseguros/as y muestran muchas vacilaciones con respecto a su atractivo personal. Sin duda, es importante dedicar algunos minutos a hablar de un aspecto tan esencial como es la búsqueda y el logro de la identidad personal y los distintos estatus por los que chicas y chicos suelen pasar. Madres y padres deben entender que sus hijos e hijas han de construir su propia identidad personal y ello requiere que experimenten, que tengan dudas y que también se equivoquen.

• • Parece evidente que entender por qué se producen los **cambios en las relaciones familiares** (transparencia 1.13) es uno de los aspectos que más va a interesar a las madres y padres, ya que la mayoría de ellos los habrán experimentado en mayor o menor medida. Cuando los padres comprenden que muchas de las críticas que les dirigen sus hijos están relacionadas con una desidealización que les va ayudar a conseguir una cierta desvinculación emocional, o que gran parte de las discusiones y cuestionamientos de las normas familiares tienen que ver con las nuevas capacidades cognitivas, es muy posible que no reaccionen de forma negativa ante estos cambios y los asuman de mejor grado.

• • Por último, debe comentarse el creciente papel que irá adquiriendo **el grupo de iguales** (transparencia 1.14), y la importancia que van a tener estas relaciones para la autoestima y seguridad emocional de chicas y chicos. Es importante que madres y padres entiendan que aquellas/os adolescentes que tienen buenas relaciones con sus amigos y amigas suelen mostrarse más seguros/as y ajustados/as. También conviene presentar una visión desdramatizada de la mayor conformidad que suelen manifestar chicos y chicas al inicio de la adolescencia, para que los padres entiendan que la presión del grupo no siempre es negativa, ya que puede llevar a su hija o hijo a implicarse en comportamientos saludables y positivos. Además, conviene resaltar que son aquellas chicas y chicos que encuentran un menor apoyo parental quienes se muestran más conformistas.

## ACTIVIDAD 2

### ¡Qué no quiero ir!

Duración aproximada	20 minutos
Objetivos	<p>Tomar conciencia de los cambios cognitivos y de las nuevas formas de pensar que se van desarrollando en esta etapa.</p> <p>Reflexionar acerca de que esos cambios generan rebeldía que puede desembocar en conflictos, a veces necesarios para un reajuste en las relaciones familiares.</p> <p>Tomar conciencia de que los chicos/as van demandando más distancia emocional de sus madres y padres.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Anexo 1.2.A: Guión de juego de roles (Forma A)</p> <p>Anexo 1.2.B: Guión de juego de roles (Forma B)</p>

### Desarrollo de la actividad: Juego de roles

El juego de roles se puede llevar a cabo de dos maneras diferentes:

**Forma A** (ver anexo 1.2.A) (*Esta forma se llevará a cabo si el coordinador/a de la sesión observa poca participación por parte del grupo, si los miembros todavía no se conocen -algo que no resultaría muy extraño en la primera sesión- o si nota ciertas resistencias dentro del grupo a prestarse voluntarios*).

La persona que coordina la sesión pedirá una voluntaria o voluntario para el desarrollo del juego de roles. Una vez que esta persona se ha ofrecido, pasará a la explicación de la actividad: «A continuación vamos a llevar a cabo un juego de roles. Esta actividad consiste en actuar dependiendo de un guión que se nos entrega y de una situación prediseñada. Esta vez yo voy a ser uno de los actores y (nombre de la persona voluntaria) va a ser otro/a. Voy a darle a él/ella el guión y yo me voy a quedar con dos. Vamos a ver cómo se puede solucionar una misma situación de dos maneras diferentes. Os voy a contar la historia sobre la que vamos a llevar a cabo el juego de roles»

A continuación pasa a leer la siguiente historia:

## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

Ana y Gabriel son un matrimonio que viven en una urbanización a las afueras de la capital. Tienen un(a) hijo(a), Sergio(Marta), que acaba de cumplir 13 años. El matrimonio acaba de decidir que pasarán este fin de semana en la playa, por lo que ella coge el coche y va a buscar a Sergio(Marta) a la plaza donde suele pasar el tiempo con sus amigos y amigas. Ana llega a la plaza, aparca y se baja. Se acerca al grupo donde está Sergio(Marta) y le dice: “Vamos, chiqui, que nos vamos a la playa, súbete al coche”, lo(a) coge del brazo y se lo(a) lleva hacia el coche. Ambos se montan dentro y cierran las puertas.

El guión que tiene la persona voluntaria, que hace de Sergio/Marta, el hijo/a de la pareja será el siguiente:

Eres Sergio(Marta) y tienes 13 años. Tu madre acaba de llegar a la plaza donde sueles estar con tus amigos y amigas, te ha cogido del brazo y te ha ridiculizado delante de todos tratándote como si fueras un(a) niño(a) pequeño(a). Te has sentido bastante incómodo(a) con la situación y le dices a tu madre que no vuelva a decirte “chiqui” ni a tratarte como si tuvieras 3 años. Además te dice que os vais a la playa y ni te pregunta si tú quieres ir. El caso es que este fin de semana habíais quedado tus amigos/as y tú en celebrar el cumpleaños de vuestra amiga Yolanda y en el preciso momento en el que tu madre llegó, estábais ultimando los detalles para salir el sábado por la noche a cenar unas pizzas y dar una vuelta un rato por ahí. Tú no estás dispuesto(a) a ceder y no quieres que te obliguen a ir y más, sin consultarte. Tú ya eres mayor y además quieres quedarte aquí este fin de semana y salir con tus amigos.

Los guiones que el coordinador o coordinadora va a utilizar para las dos situaciones que se van a representar son los siguientes:

**Padre/madre A:** El padre(madre) A tiene que actuar de la siguiente manera:

- Se siente molesto/a porque su hijo(a) rechaza sus muestras de afecto.
- Está muy enfadado(a) porque le replica a todo lo que le dice.
- Piensa que su hijo(a) ya no le quiere.
- El niño(a) no quiere ir con los padres a ninguna parte, eso le enfurece.
- Llega a perder los nervios en algún momento.
- No cabe alternativa ninguna a su decisión, se van a la playa y no hay más que hablar.
- Discute con su hijo(a) de manera fría.
- Piensa que sus nuevas amistades la están influyendo negativamente, que antes “no era así”.

**Padre/madre B:** El padre(madre) B tiene que actuar de la siguiente manera:

- Piensa que su hijo(a) está madurando y se siente muy orgulloso/a de ello/a.
- Reflexiona sobre lo que su hijo(a) le dice de llamarle “chiqui” delante de sus amigos y de hacerle carantoñas. Necesita más distancia emocional.
- Dialoga con el niño(a) sobre la situación de manera comprensiva.
- Comprende los argumentos del niño(a).
- Recapacita sobre la necesidad de autonomía que está adquiriendo su hijo(a) y sobre la manera de flexibilizar las normas.

Se lleva a cabo el juego de roles, que no debe exceder de 10 minutos de tiempo.

**Forma B** (ver anexo 1.2.B) (Esta forma se llevará a cabo si la coordinadora o coordinador de la sesión observa buena participación por parte del grupo).

El coordinador o coordinadora de la sesión pedirá tres personas voluntarias para el desarrollo del juego de roles. Una vez que estas personas se han ofrecido, pasará a la explicación de la actividad: *«A continuación vamos a llevar a cabo un juego de roles. Esta actividad consiste en actuar dependiendo de un guión que se nos entrega y de una situación prediseñada. Voy a daros a cada uno de vosotros un papel en base al cual tenéis que actuar. Vamos a ver cómo se puede solucionar una misma situación de dos maneras diferentes: primero actuará la persona que hace de hijo/a con uno de los padres y luego con el otro. Os voy a contar la historia sobre la que vamos a llevar a cabo el juego de roles»*

A continuación pasa a leer la siguiente historia:

Ana y Gabriel son un matrimonio que viven en una urbanización a las afueras de la capital. Tienen un(a) hijo(a), Sergio(Marta), que acaba de cumplir 13 años. El matrimonio acaba de decidir que pasarán este fin de semana en la playa, por lo que ella coge el coche y va a buscar a Sergio(Marta) a la plaza donde suele pasar el tiempo con sus amigos y amigas. Ana llega a la plaza, aparca y se baja. Se acerca al grupo donde está Sergio(Marta) y le dice: *«Vamos, chiqui, que nos vamos a la playa, súbete al coche»*, lo(a) coge del brazo y se lo(a) lleva hacia el coche. Ambos se montan dentro y cierran las puertas.

El guión que tiene la persona voluntaria que hace de Sergio/Marta, el hijo/a de la pareja será el siguiente:



## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

Eres Sergio(Marta) y tienes 13 años. Tu madre acaba de llegar a la plaza donde sueles estar con tus amigos y amigas, te ha cogido del brazo y te ha ridiculizado delante de todos tratándote como si fueras un(a) niño(a) pequeño(a). Te has sentido bastante incómodo(a) con la situación y le dices a tu madre que no vuelva a decirte «chiqui» ni a tratarte como si tuvieras 3 años. Además te dice que os vais a la playa y ni te pregunta si tú quieres ir. El caso es que este fin de semana habíais quedado tus amigos y tú en celebrar el cumpleaños de vuestra amiga Yolanda y en el preciso momento en el que tu madre llegó, estábais ultimando los detalles para salir el sábado por la noche a cenar unas pizzas y dar una vuelta un rato por ahí. Tú no estás dispuesto(a) a ceder y no quieres que te obliguen a ir y más, sin consultarte. Tú ya eres mayor y además quieres quedarte aquí este fin de semana y salir con tus amigos.

Los guiones que tienen las personas voluntarias que hacen de madres y padres, serían los siguientes (un guión cada uno):

**Padre/madre A:** El padre(madre) A tiene que actuar de la siguiente manera:

- Se siente molesto porque su hijo(a) rechaza sus muestras de afecto.
- Está muy enfadado(a) porque le replica a todo lo que le dice.
- Piensa que su hijo(a) ya no le quiere.
- El niño(a) no quiere ir con los padres a ninguna parte, eso le enfurece.
- Llega a perder los nervios en algún momento.
- No cabe alternativa ninguna a su decisión, se van a la playa y no hay más que hablar.
- Discute con su hijo(a) de manera fría.
- Piensa que sus nuevas amistades la están influyendo negativamente, que antes "no era así".

**Padre/madre B:** El padre(madre) B tiene que actuar de la siguiente manera:

- Piensa que su hijo(a) está madurando y se siente muy orgulloso de ello.
- Reflexiona sobre lo que su hijo(a) le dice de llamarle "chiqui" delante de sus amigos y de hacerle carantoñas. Necesita más distancia emocional.
- Dialoga con el niño(a) sobre la situación de manera comprensiva.
- Comprende los argumentos del niño(a).
- Recapacita sobre la necesidad de autonomía que está adquiriendo su hijo(a) y sobre la manera de flexibilizar las normas.

Se lleva a cabo el juego de roles, que no debe exceder de 10 minutos de tiempo.

## Síntesis de la actividad

La persona encargada de coordinar el grupo, apoyándose en la transparencia 1.15, llevará a cabo una síntesis en la que se tratarán, entre otras cuestiones:

- El distanciamiento afectivo-emocional de los y las adolescentes con respecto a sus madres y padres, que representa una señal de madurez socio-emocional. La imagen idealizada que el niño o la niña tiene de sus progenitores comienza a ser sustituida por otra más realista en la que aparecen los defectos que antes no parecían existir: de alguna manera la chica o chico adolescente va a desenamorarse de sus padres, y una de las mejores fórmulas para que se produzca esa separación afectiva es la de buscar defectos a la persona amada. Además, esta necesidad de individualizarse y hacerse mayores va a llevar a muchos chicos y chicas a rechazar las expresiones de afecto por parte de sus familiares, especialmente cuando están presentes sus amigas o amigos.

- Los cambios cognitivos (en la forma de pensar) harán que el adolescente sea muy crítico con las normas y regulaciones familiares y utilice argumentos cada vez más sólidos en sus discusiones. Este aspecto y el anterior debe llevar a las madres y padres a interpretar las críticas que les dirigen sus hijos/as como un indicador de que están madurando y haciéndose mayores, y no como un ataque personal. Cuando los progenitores conocen estos cambios normativos suelen reaccionar de una forma menos emocional, lo que llevará a una convivencia menos conflictiva.

- Necesidad de una mayor autonomía y de una mayor capacidad para influir en las decisiones familiares. El chico o chica adolescente va a requerir que se tengan en cuenta sus opiniones y rechazará las imposiciones unilaterales por parte de sus padres que no son razonadas y justificadas.

- La idea de que estos conflictos y discusiones pueden ser algo muy positivo, ya que pueden ser una forma de acelerar el cambio que debe producirse en las relaciones familiares durante la adolescencia. Si no existiese el conflicto, madres y padres tenderían a seguir tratando a su hijo o hija tal y como lo hacían cuando era un niño/a más pequeño/a, lo que supondría un obstáculo para que adquiriera niveles progresivamente mayores de autonomía.

### ACTIVIDAD 3

## La adolescencia en la sociedad actual

Duración aproximada	20 minutos
Objetivos	<p>Analizar las diferencias entre la adolescencia de hoy y la adolescencia de hace 30 años (la adolescencia de los padres y madres).</p> <p>Ser consciente de cómo las condiciones socio-culturales actuales influyen en la forma de vivir la adolescencia.</p> <p>Entender cómo estas condiciones influyen sobre las relaciones parento-filiales.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Anexo 1.3: Ficha 1.2: La adolescencia en la sociedad actual.</p>

### Desarrollo de la actividad: Trabajo en grupos

El coordinador pide a los participantes que formen grupos de 4 personas, y que traten de responder a las preguntas que figuran a continuación (ver anexo 1.3). Uno de los componentes del grupo hará de secretario/a y anotará las respuestas.

- 1 ¿Qué cosas han cambiado en la sociedad en los últimos 30 ó 40 años que pueda afectar a la forma en la que los chicos y chicas viven la adolescencia?
- 2 Esos cambios, ¿han hecho que la adolescencia sea una etapa más complicada? ¿Por qué?
- 3 ¿Cómo influyen esos cambios socio-culturales en las relaciones entre madres y padres e hijos adolescentes?

Después de 10 ó 15 minutos de trabajo, la persona que hace de portavoz de cada grupo expondrá las conclusiones a las que hayan llegado.

### Síntesis de la actividad

Tras escuchar las distintas aportaciones, el coordinador o coordinadora deberá concluir esta actividad con una exposición en la que deberá destacar las siguientes ideas (ver transparencias 1.16-1.21):

• • Resulta difícil llegar a entender el significado y las causas de las dificultades propias de la adolescencia si no tenemos en cuenta el contexto socio-histórico en el que la juventud de principios del siglo XXI realizan su transición hacia la etapa adulta. Vivimos en un mundo caracterizado por la globalización, los movimientos migratorios, los cambios sociales y demográficos, y el uso de nuevas tecnologías. Resulta bastante improbable que nuestros/as jóvenes y adolescentes no vean afectadas sus trayectorias vitales por estas transformaciones en nuestra sociedad.

• • Uno de los cambios más relevantes es el inicio cada vez más precoz y la terminación más tardía de la adolescencia. No sólo se ha adelantado de forma sensible la edad en la que se inicia la pubertad, sino que, además, muchos comportamientos que hasta hace poco eran propios de jóvenes y adolescentes -inicio de relaciones de pareja, conductas consumistas o uso de nuevas tecnologías- están comenzando a ser frecuentes en la niñez tardía. Las relaciones familiares pueden verse afectadas por este cambio en el calendario con que tienen lugar una serie de comportamientos. La mayoría de madres y padres de adolescentes van a considerar demasiado precoz la edad con la que sus hijos e hijas pretenden iniciarse en comportamientos como salir con miembros de otro sexo, mantener relaciones sexuales, permanecer en la calle hasta altas horas de la noche, ir a discotecas o beber alcohol, irse de vacaciones solos, lo que contribuirá a aumentar la conflictividad en el entorno familiar.

• • Una importante característica de nuestra sociedad es la rapidez vertiginosa con la que se producen los cambios. Los valores, los estilos de vida, las modas, la tecnología, todo resulta tan efímero que en un periodo de 30-40 años, que suele ser el que separa a una generación de otra, se han producido tantas innovaciones que cuesta trabajo reconocer el mundo en que vivimos. La época en que nuestra generación vivió su adolescencia tiene poco que ver con la actual, y muchas de las cosas que fueron importantes para nosotros/as no tienen ningún valor para nuestras hijas e hijos, lo que puede suponer un aumento de la brecha generacional, con el consiguiente deterioro de la comunicación e incremento de los conflictos parento-filiales. Por otra parte, no hay que olvidar que una de las tareas que debe afrontar el chico o chica adolescente tiene que ver con la adquisición de una identidad personal, que hace referencia al compromiso con una serie de valores ideológicos y religiosos, y con un proyecto de futuro en el plano personal y profesional. Esta tarea no se ve facilitada por tanta mudanza, y puede llevar a muchos jóvenes a la incertidumbre, la indecisión permanente, la alienación o la renuncia al compromiso personal. Contrariamente a lo que podría parecer a primera vista, esta no es una época fácil para hacerse adulto. Al contrario, la sociedad occidental actual es mucho más complicada

## • • LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

que cualquier cultura tradicional que ofrece un abanico de opciones muy reducido, y en la que se mantienen a lo largo de generaciones los mismos valores, las mismas tradiciones y los mismos estilos de vida.

• • Por otra parte, los medios de comunicación tienen una presencia enorme en nuestra vida cotidiana, y estos medios han jugado un papel fundamental en la difusión de una imagen conflictiva de la adolescencia, ya que como comentamos al inicio de esta sesión, las noticias que aparecen en prensa, radio y televisión suelen establecer una asociación estrecha entre adolescencia o juventud y el crimen, la violencia y el consumo de drogas. Esta imagen estereotipada divulgada por los medios ha contribuido a crear actitudes de miedo y de rechazo hacia este grupo de edad, generando un intenso prejuicio que ha condicionado las relaciones entre adultos y jóvenes, y aumentando la conflictividad intergeneracional, especialmente en la familia y la escuela. Además, nos encontramos con que chicas y chicos pasan más tiempo en contacto con medios de comunicación y nuevas tecnologías, y aunque esto no tiene porque representar una influencia negativa, supone una tarea añadida para sus madres y padres, que deben encargarse de supervisar las revistas, los programas de televisión, los videojuegos y las páginas web a los que sus hijas e hijos se exponen.

## ACTIVIDAD 4

### Para terminar... ¿qué hemos aprendido hoy?

Esta actividad final se llevará a cabo para sondear qué han aprendido padres y madres en esta sesión. El coordinador o coordinadora iniciará una breve discusión dirigida que girará en torno a las siguientes preguntas:

- 1 De lo que habéis visto hoy, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención?
- 2 ¿Qué creéis que habéis aprendido?
- 3 ¿De qué creéis que os puede servir todo este aprendizaje? ¿Le veis alguna aplicación a vuestra vida diaria?

Tras aproximadamente 10 minutos, el coordinador/a resumirá lo que han aprendido en la sesión con ayuda de la transparencia 1.22:

- Hemos visto una imagen más positiva de la adolescencia, llegando a la conclusión de que esta etapa no es tan negativa como pensamos.

- Hemos conocido algunos de los cambios que se producen en las chicas y chicos: cambios físicos, en la forma de pensar, en sus emociones...

- Hemos hablado de algunas consecuencias que estos cambios tienen tanto en las y los adolescentes como en las relaciones familiares, como el aumento de los conflictos en esta etapa.

- Hemos reflexionado sobre la importancia que para los y las adolescentes tiene su grupo de iguales, que pasan más tiempo con ellos y que a veces se muestran demasiado conformistas.

- Hemos analizado la influencia de las condiciones sociales sobre la adolescencia actual.



# ANEXOS



..... 037





## ANEXO 1.1

### Ficha 1.1: Cambios en vuestros chicas y chicos.

Rellenad el siguiente cuadro con los cambios que habéis notado en vuestra hija o hijo últimamente:

<b>Tipos de cambios</b>	<b>¿En qué habéis notado el cambio?</b>	<b>¿Os resulta positivo o negativo? ¿Por qué?</b>
<b>Físicos</b> (cambios en la forma de su cuerpo, en su cara...)		
<b>Cognitivos</b> (cambios en su forma de pensar, de dirigirse a vosotros...)		
<b>Sociales</b> (cambios en el tiempo que pasa con vosotros, sus amigos y amigas...)		
<b>De personalidad</b> (cambios en su manera de ser, en su forma de vivir las cosas...)		

## ANEXO 1.2.A

### Guión de juego de roles (forma a)

#### • • Historia para el juego de roles (el coordinador/a la leerá)

Ana y Gabriel son un matrimonio que viven en una urbanización a las afueras de la capital. Tienen un(a) hijo(a), Sergio(Marta), que acaba de cumplir 13 años. El matrimonio acaba de decidir que pasarán este fin de semana en la playa, por lo que ella coge el coche y va a buscar a Sergio(Marta) a la plaza donde suele pasar el tiempo con sus amigos y amigas. Ana llega a la plaza, aparca y se baja. Se acerca al grupo donde está Sergio(Marta) y le dice: «Vamos, chiqui, que nos vamos a la playa, súbete al coche», lo(a) coge del brazo y se lo(a) lleva hacia el coche. Ambos se montan dentro y cierran las puertas.

#### • • Guión para la persona voluntaria: (Si es un hombre hará de Sergio, si es una mujer, de Marta)

Eres Sergio(Marta) y tienes 13 años. Tu madre acaba de llegar a la plaza donde sueles estar con tus amigos y amigas, te ha cogido del brazo y te ha ridiculizado delante de todos tratándote como si fueras un(a) niño(a) pequeño(a). Te has sentido bastante incómodo(a) con la situación y le dices a tu madre que no vuelva a decirte «chiqui» ni a tratarte como si tuvieras 3 años. Además te dice que os vais a la playa y ni te pregunta si tú quieres ir. El caso es que este fin de semana habéis quedado tus amigos y tú en celebrar el cumpleaños de vuestra amiga Yolanda y en el preciso momento en el que tu madre llegó, estábais ultimando los detalles para salir el sábado por la noche a cenar unas pizzas y dar una vuelta un rato por ahí. Tú no estás dispuesto(a) a ceder y no quieres que te obliguen a ir y más, sin consultarte. Tú ya eres mayor y además quieres quedarte aquí este fin de semana y salir con tus amigos.

#### • • Guiones para el/la coordinador/a:

**Padre/madre A:** El padre(madre) A tiene que actuar de la siguiente manera:

- Se siente molesto porque su hijo(a) rechaza sus muestras de afecto.
- Está muy enfadado(a) porque le replica a todo lo que le dice.
- Piensa que su hijo(a) ya no le quiere.
- El niño(a) no quiere ir con los padres a ninguna parte, eso le enfurece.
- Llega a perder los nervios en algún momento.
- No cabe alternativa ninguna a su decisión, se van a la playa y no hay más que hablar.
- Discute con su hijo(a) de manera fría.
- Piensa que sus nuevas amistades le están influyendo negativamente, que antes «no era así».

**Padre/madre B:** El padre(madre) B tiene que actuar de la siguiente manera:

- Piensa que su hijo(a) está madurando y se siente muy orgulloso/a de ello.
- Reflexiona sobre lo que su hijo(a) le dice de llamarle “chiqui” delante de sus amigos y de hacerle carantoñas. Necesita más distancia emocional.
- Dialoga con el niño(a) sobre la situación de manera comprensiva.
- Comprende los argumentos del niño(a).
- Recapacita sobre la necesidad de autonomía que está adquiriendo su hijo(a) y sobre la manera de flexibilizar las normas.

## ANEXO 1.2.B

### Guión de juego de roles (forma b)

#### • • Historia para el juego de roles (el coordinador/a la leerá)

Ana y Gabriel son un matrimonio que viven en una urbanización a las afueras de la capital. Tienen un(a) hijo(a), Sergio(Marta), que acaba de cumplir 13 años. El matrimonio acaba de decidir que pasarán este fin de semana en la playa, por lo que ella coge el coche y va a buscar a Sergio(Marta) a la plaza donde suele pasar el tiempo con sus amigos y amigas. Ana llega a la plaza, aparca y se baja. Se acerca al grupo donde está Sergio(Marta) y le dice: «Vamos, chiqui, que nos vamos a la playa, súbete al coche», lo(a) coge del brazo y se lo(a) lleva hacia el coche. Ambos se montan dentro y cierran las puertas.

#### • • Guión para la persona voluntaria que hace de chico o chica: (Si es un hombre hará de Sergio, si es una mujer, de Marta)

Eres Sergio(Marta) y tienes 13 años. Tu madre acaba de llegar a la plaza donde sueles estar con tus amigos y amigas, te ha cogido del brazo y te ha ridiculizado delante de todos tratándote como si fueras un(a) niño(a) pequeño(a). Te has sentido bastante incómodo(a) con la situación y le dices a tu madre que no vuelva a decirte «chiqui» ni a tratarte como si tuvieras 3 años. Además te dice que os vais a la playa y ni te pregunta si tú quieres ir. El caso es que este fin de semana habíais quedado tus amigos y tú en celebrar el cumpleaños de vuestra amiga Yolanda y en el preciso momento en el que tu madre llegó, estábais ultimando los detalles para salir el sábado por la noche a cenar unas pizzas y dar una vuelta un rato por ahí. Tú no estás dispuesto(a) a ceder y no quieres que te obliguen a ir y más, sin consultarte. Tú ya eres mayor y además quieres quedarte aquí este fin de semana y salir con tus amigos.

#### • • Guión para la persona voluntaria que hace del padre o de la madre A:

**Padre/madre A:** El padre(madre) A tiene que actuar de la siguiente manera:

- Se siente molesto porque su hijo(a) rechaza sus muestras de afecto.
- Está muy enfadado(a) porque le replica a todo lo que le dice.
- Piensa que su hijo(a) ya no le quiere.
- El niño(a) no quiere ir con los padres a ninguna parte, eso le enfurece.
- Llega a perder los nervios en algún momento.
- No cabe alternativa ninguna a su decisión, se van a la playa y no hay más que hablar.
- Discute con su hijo(a) de manera fría.
- Piensa que sus nuevas amistades le están influyendo negativamente, que antes «no era así».

#### • • Guión para la persona voluntaria que hace del padre o de la madre B:

**Padre/madre B:** El padre(madre) B tiene que actuar de la siguiente manera:

- Piensa que su hijo(a) está madurando y se siente muy orgulloso/a de ello.
- Reflexiona sobre lo que su hijo(a) le dice de llamarle “chiqui” delante de sus amigos y de hacerle carantoñas. Necesita más distancia emocional.
- Dialoga con el niño(a) sobre la situación de manera comprensiva.
- Comprende los argumentos del niño(a).
- Recapacita sobre la necesidad de autonomía que está adquiriendo su hijo(a) y sobre la manera de flexibilizar las normas.

## ANEXO 1.3

### Ficha 1.3: la adolescencia en la sociedad actual

En grupo y en unos quince minutos, intentad responder a las siguientes cuestiones:

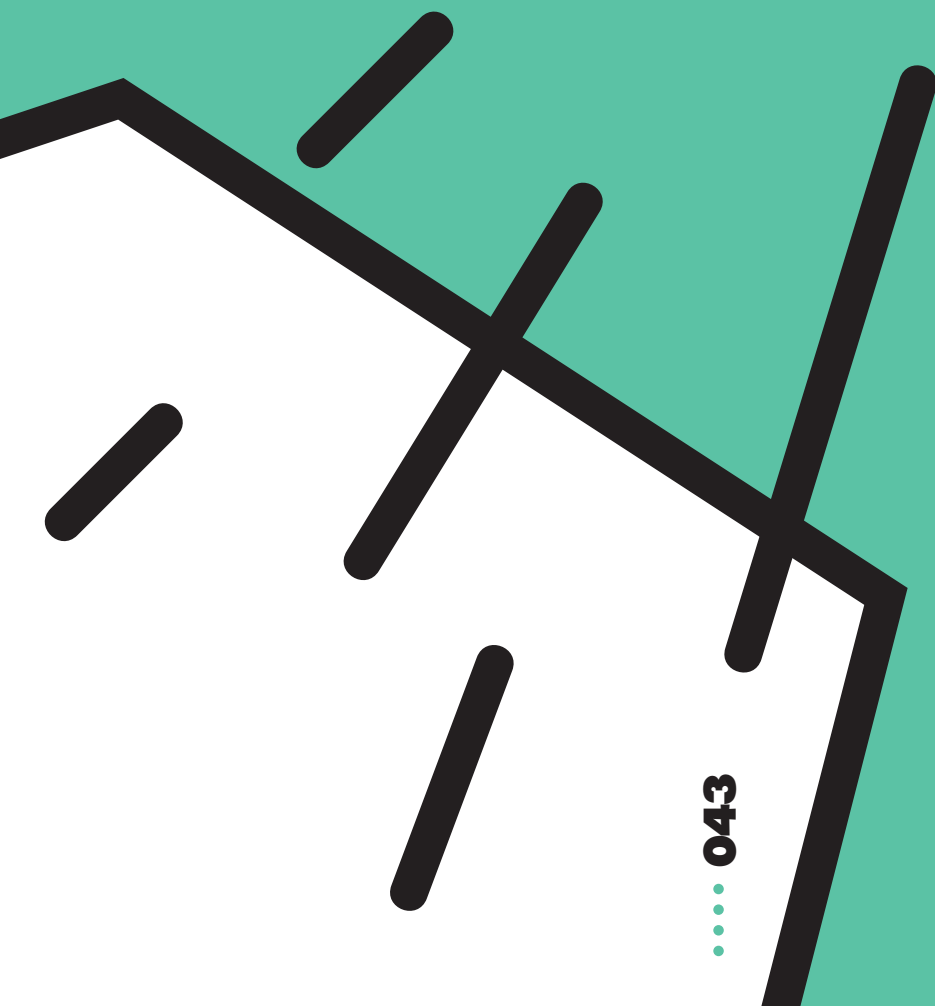
**1** ¿Qué cosas han cambiado en la sociedad en los últimos 30 ó 40 años que pueda afectar a la forma en la que los chicos y chicas viven la adolescencia?

**2** Esos cambios, ¿han hecho que la adolescencia sea una etapa más complicada? ¿Por qué?

**3** ¿Cómo influyen esos cambios socio-culturales en las relaciones entre padres e hijos adolescentes?




# **TRANSPARENCIAS**





## SESIÓN 1: LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA



## ¿QUÉ VAMOS A APRENDER?

• Vamos a conocer algunos **CAMBIOS** que experimentan las chicas y los chicos adolescentes:

- En su cuerpo
- En su forma de pensar
- En su personalidad
- En sus relaciones (amigo/as)


• Vamos a ver cómo influyen estos cambios en:

- Su manera de comportarse
- Las relaciones con la familia

Transparencia 1.1

## LA ADOLESCENCIA: IDEAS MÁS COMUNES

**Periodo de turbulencias, estrés, dificultades**

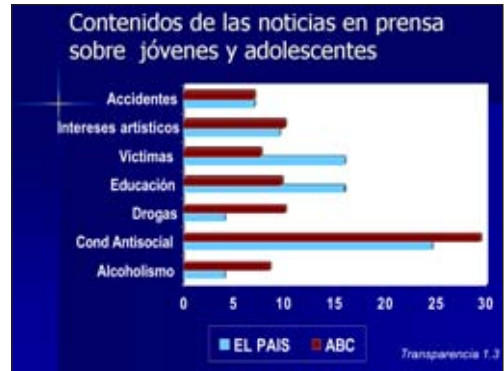


**Periodo de mucha conflictividad familiar y social**

*"Mejor fuera que no hubiese edad entre los 13 y los 20 años, o que la juventud se aletargara, porque no hay otra cosa en ella que cargar a las mozas con niños, perjudicar las costumbres, robar, pelear..."*

Shakespeare (Un cuento de invierno)

Transparencia 1.2



## ALGUNAS NOTICIAS

27 de mayo de 2009

**Asesinan a una compañera de clase "para ser famosas"**

San Fernando (Cádiz)

Raquel C.T. e Iria S.G. de 17 y 16 años, asesinan a una compañera de clase asegurando que su única motivación fue la de "hacerse famosas y salir en la tele"

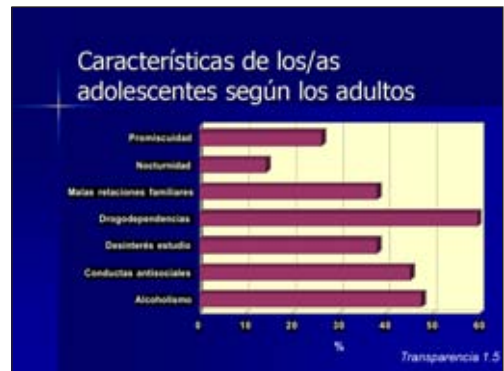
18 de junio de 2004

**Crece el consumo de porros entre los jóvenes sevillanos**

Mark Corder/ 28 minutos (Sevilla)

El 25% de los andaluces entre 16 y 20 años consumieron cannabis en 2003, y sólo un 10%, entre 26 y 34 años

Transparencia 1.4



## ¿CÓMO ES LA ADOLESCENCIA?

*¿Es problemática y difícil?*



*¿O es una etapa normal de la vida?*

Transparencia 1.6

## LA ADOLESCENCIA: REALIDAD

No es necesariamente conflictiva



Posibles dificultades en 3 áreas:

- Conflictos con la familia
- Estado emocional cambiante
- Conductas de riesgo

Periodo de importantes cambios (físicos, forma pensar, emocionales, sociales)

Transparencia 1.7

### CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

- CAMBIOS FÍSICOS**  
Del cuerpo infantil al cuerpo adulto
- CAMBIOS EN EL PENSAMIENTO**  
Aparecen nuevas formas de pensar
- CAMBIOS EN PERSONALIDAD**  
Descenso de la autoestima  
Búsqueda de identidad
- CAMBIOS SOCIALES**  
Se distancian de madres y padres  
Se acercan a los amigos y amigas

Transparencia 1.8

### CAMBIOS FÍSICOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

Es importante el momento o la edad a la que ocurren los cambios

A veces los chicos y las chicas tienen dificultades para aceptar su nuevo cuerpo



Las hormonas influyen en:

- Los cambios de humor
- Que estén más irritables
- El aumento del deseo sexual

Transparencia 1.9

### CAMBIOS EN EL PENSAMIENTO DURANTE LA ADOLESCENCIA

Piensen en temas abstractos  
(amor, religión/política...)



Los y las adolescentes piensan no sólo en lo que existe, sino en lo que podría existir (lo posible o hipotético)

Se vuelven más:

- Inseguros
- Idealistas
- Rebeldes

Limitaciones en el pensamiento:

- Fábula personal
- Audiencia imaginaria

Transparencia 1.10

### CAMBIOS EN LA PERSONALIDAD DURANTE LA ADOLESCENCIA I

Como consecuencia de los diferentes cambios:

- Físicos
- En el contexto escolar
- Inicio de las relaciones de pareja



↓

desciende la autoestima o la valoración que hacen de su propia persona

Transparencia 1.11

### CAMBIOS EN LA PERSONALIDAD DURANTE LA ADOLESCENCIA II

#### LA BÚSQUEDA Y EL LOGRO DE LA IDENTIDAD

Los Estatus de Identidad:

- Identidad difusa: ni están en crisis ni han adquirido compromiso
- Identidad en moratoria: están en plena crisis, por ello no han adquirido compromiso alguno
- Identidad hipotecada: no hay crisis y adquieren un compromiso por presión familiar o social
- Logro de identidad: han adquirido un compromiso tras superar una crisis

Transparencia 1.12

### CAMBIOS EN LAS RELACIONES FAMILIARES

Aumentan los conflictos en la familia por:

- Los cambios en la forma pensar → Ponen en entredicho las normas familiares  
Dan argumentos más sólidos en las discusiones
- Pasan más tiempo con los amigos/as → Desean sostener en la familia relaciones más igualitarias
- Intentan distanciarse de sus madres y padres → Se muestran más críticos con madres y padres

Transparencia 1.13

### CAMBIOS EN LAS RELACIONES CON AMIGOS Y AMIGAS

Pasan más tiempo con amigos/amigas



Las relaciones de amistad tienen una gran importancia en la adolescencia

A veces chicas y chicos se muestran conformistas con su grupo de amigos/as y hacen lo que los demás les dicen (que no tiene por qué ser siempre negativo)

Transparencia 1.14

### SÍNTESIS: ACTIVIDAD 2

"¡Que no quiero ir!"

- Necesidad de individualizarse y hacerse mayores → Rechazan las expresiones abiertas de afecto
- Cambios en la forma de pensar → Critican las normas y discuten con mejores argumentos
- Necesitan autonomía y más independencia → Buscan más influencia en las decisiones familiares
- Las discusiones son positivas y necesarias → Favorecen el cambio en las relaciones familiares

Transparencia 1.15



• • **LOS CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA**

¿Cómo influye la sociedad actual en la vida de los adolescentes?

Transparencia 1 16

**LOS Y LAS JÓVENES EN LA SOCIEDAD ACTUAL**

Globalización, Movimientos migratorios, Cambios demográficos, Cambios sociales, Uso de nuevas tecnologías

CONDICIONAN LA ADOLESCENCIA ACTUAL

Transparencia 1 17

**ADOLESCENCIA: CADA VEZ EMPIEZA ANTES Y TERMINA MÁS TARDE**

Desarrollo del pecho en las chicas

10 años	50%
9 años	35%
8 años	15%

El desarrollo físico se adelanta

Edad a la que la mitad de los adolescentes trabaja

Suecia	17
Holanda	18
Reino Unido	19
Alemania	21
Irlanda	23
España	25
Italia	26
Grecia	27

La incorporación al mundo adulto se retrasa

Transparencia 1 18

¿A QUÉ EDAD SERÍA ADECUADO...?

	Tener relaciones sexuales	Irse de vacaciones solos	Ir a la discoteca
Según madres y padres	18.5 años	18.2 años	16.4 años
Según los profesores/as	18.3 años	18 años	16.4 años
Según los chicos/as	16.5 años	15.7 años	14.6 años

Madres, padres, profesorado y chicos/as tienen expectativas diferentes con respecto a la realización de determinados comportamientos según la edad

Transparencia 1 19

**SOCIEDAD DINÁMICA Y CAMBIANTE**

Rápido cambio social: Influencia de modas y estilos de vida de otros países (EEUU,...)

Alejamiento de progenitores y adolescentes y comunicación más difícil

La gran cantidad de posibilidades dificulta el logro de la identidad

Transparencia 1 20

**LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN**

1. La imagen que transmiten los medios de comunicación de los/as adolescentes es muy negativa
2. Los medios de comunicación influyen sobre los hábitos de chicos y chicas

IMAGEN NEGATIVA

PREJUCIOS Y RECHAZO

Transparencia 1 21

**¿QUÉ HEMOS APRENDIDO HOY?**

- Hemos visto una imagen más realista de la adolescencia
- Hemos conocido algunos de los cambios que nuestros hijos e hijas experimentan durante la adolescencia
- Hemos hablado de algunas consecuencias de estos cambios: sobre la chica o chico y sobre las relaciones familiares
- Hemos reflexionado sobre la importancia que para ellos/as tiene su grupo de amigos/as
- Hemos analizado la influencia de las condiciones sociales sobre la adolescencia actual

Transparencia 1 22



