

Cuando llegamos a la adolescencia



La adolescencia es una etapa muy especial de la vida de las personas. Como no existen dos personas iguales, tampoco podemos afirmar que esta etapa comienza para todos a la misma edad.

Definiendo tu identidad

Generalmente, entre los diez y los trece años, el cuerpo comienza a experimentar grandes **cambios**.

Tanto las mujeres como los varones van modificando su aspecto corporal: poco a poco dejarán atrás sus características físicas de niños e irán pareciéndose más a los adultos. Estos cambios físicos estarán acompañados por otros no menos importantes en sus intereses, gustos, y estados de ánimo.

Es común que los adolescentes pasen de la alegría a la angustia con facilidad y que, en ocasiones, se sientan incomprendidos.

Para algunas cosas, el adolescente aún es chico y, para otras, ya ha dejado de serlo. Esto último provocará **conflictos personales** y en su familia, ya que las decisiones que debe tomar no siempre estarán a la altura de su madurez.

Tendrá dudas sobre sus posibilidades ante problemas de la vida cotidiana y también las tendrán los padres, que conocen los riesgos de elecciones equivocadas en esta etapa de su vida.



La libertad durante la adolescencia debe ir acompañada de confianza y diálogo familiar.

Actitudes que no ayudan

Es común, entre algunos grupos de adolescentes, divertirse hasta altas horas de la madrugada, sin la presencia de adultos, y así desafiar al peligro, experimentar aquellas

cosas que no se les permiten aún en sus casas, y luego regresar al hogar para dormir durante el día. Estas actitudes no son positivas, porque se basan en la desconfianza mutua: el adolescente no confía en la comprensión de

Es importantísimo que dialogues con tus padres, que respetes sus consejos y que no menosprecies la vida familiar, desafiando la voluntad de quienes más se interesan por tu bienestar y tu futuro. Tu familia te necesita tanto como tú la necesitas a ella para sentirte seguro, capaz de decidir con madurez, afianzando así tu identidad.