

# ADOLESCÈNCIA

LAURA AUT

# QUÈ ES?

- Podríem definir la adolescència com un període de transició que es dona entre la infància i la edat adulta

# L'HORA DEL CANVI

- Es freqüent trobar pares que no entenen que succeeix quan els seus fills compleixen 12 anys, els fills deixen de tenir interès per estar amb els seus pares, ja no li comenta les seves vivències com abans
- També passa que els fills qüestionen els valors que s'han estat transmeten tot aquest temps i comencen a buscar una nova opció molt diferent i que pot desagradar als pares
- Es com si necessites canviar el seu guió previst a la vida i començar a buscar la seva identitat i el seu grup d'iguals (que seran els referents principals)

# CANVIS?

- Es donen canvis a nivell
  - Biològic
  - Social
  - Psicològic

# BIOLÒGIC

- ◉ Aquesta etapa porta amb ell una oleada de hormones que poden augmentar els estats d'ànim i que desencadenen un parell d'anys de creixement físic molt ràpid
- ◉ Maduració del cervell que li permetrà adquirir la capacitat de judici, control d'impulsos i capacitat de planificació
- ◉ Però en el procés hi ha una “tempesta d'emocions”

# PSICOLÒGIC

- Es produeixen modificacions en dos aspectes essencials
  - Els referits al desenvolupament cognitiu
  - Desenvolupament de la personalitat

# CANVIS PSICOLÒGICS

- Opinió dels altres
- Les seves experiències son úniques
- Lògica - hipòtesis
- Formació d'identitat
  - a) Un conjunt de valors i creences.
  - b) Un conjunt de metes educacionals i ocupacionals.
  - c) Una orientació sexual que determinen els modeles de relació entre homes i dones.

**Crisis d'identitat**

# SOCIALS

- ◉ Dependència vs independència
  - ◉ Econòmica
  - ◉ Emocional
- ◉ Amics vs família
- ◉ Sortir amb els amics



# PARES

- ⦿ No forçar a que parlin dels seus problemes, necessita la seva intimitat. Com a pares els hi podeu dir que esteu per parlar i aconsellar quan ho necessitin, però no funcionarà si es una imposició
- ⦿ Reforçar el seu paper en la família
- ⦿ Escoltar al adolescent i posar límits
- ⦿ Model segur, coherent i estable
- ⦿ No discutir
- ⦿ Els pares no son amics, son pares