

Tener una visión clara de lo que le está pasando a tu adolescente de 15 a 17 años

**FORWARD
TOGETHER**

Una mejor comprensión de las fases clave de los primeros años de adolescencia podrán ayudarte a entender cómo conectarte mejor con la gente joven en tu vida.

¿La Adolescencia? Puede ser un momento difícil de atravesar con tu hijo aún para un “superpadre”. La cosa es que todos batallamos con esa parte de la creación de relaciones con la gente joven. No estás solo.

Afortunadamente, los investigadores han invertido décadas tratando de ayudar a que los padres puedan conectarse con la gente joven, y entender por qué es tan difícil. De hecho, han obtenido algunas respuestas. Las pautas descritas aquí abajo hablan de la mayoría de la gente joven, pero cada joven es único en su desarrollo. No existe un tiempo exacto en que los padres puedan esperar que ocurran estos cambios.

La buena noticia es que, la gente joven siempre está cambiando y creciendo. Aquí hay algunos consejos con los que puedes contar para apoyar a la gente joven que está desarrollándose en tu vida.

Desarrollo de la adolescencia media, edades 15 a 17:

Comienzan a manejar, piensan en trabajos o en la universidad, salen a conocerse con alguien y cuestionan la autoridad. Estas son las cosas que suceden a esta edad – no te sorprendas demasiado. Con un pequeño vistazo a lo que está pasando dentro de un adolescente, también podrás estar allí presente para apoyarlo de las maneras que necesite.

Cuerpos: Los órganos reproductivos continúan madurando – esto va de la mano de sentimientos de atracción tanto romántica como sexual, así como de dudas en cuanto a sentirse atractivo y en cuanto a sexualidad. Mucha energía y apetito son a menudo seguidos por somnolencia y desinterés en la comida. La necesidad de dormir es real, hasta el mediodía o más.

Cerebros: Comparados a las edades 10-14, a esta edad, la gente joven tiene un cerebro frontal ya desarrollado, lo cual ayuda con el razonamiento complejo, la planificación, autorreflexión, y el manejo de emociones. A medida que avanzan hacia los últimos años de la adolescencia, a menudo comienzan a entender que es lo que quieren para sus vidas– y también pueden cuestionar las opiniones y guía de los demás.

Actitudes: Los adolescentes podrían estar buscando nuevas conexiones fuera de sus familias. Esto no significa que no aprecian o valoran las relaciones dentro de sus familias. Les tomará tiempo y experiencia formar sus propios valores. Podrían ser muy vocales en cuanto a cómo sus valores difieren de los tuyos o del mundo en general. Pueden enfocarse en sí mismos mientras están en el proceso de descifrarse a sí mismos, o también en pensar cómo es que no alcanzan cierto “ideal.”

“Por eso creo que mi mamá y yo tenemos una relación tan buena, porque cuando estuve en la escuela secundaria siempre hemos hablado.”

– Alumno de secundaria en Durango

Relaciones: Las relaciones con padres, compañeros de clases comienza a competir por un espacio con el tiempo familiar o las actividades escolares. Las amistades y el tiempo compartido cambian de actividades de la niñez como deportes, a relaciones escogidas basadas en intereses y valores compartidos. Los padres pueden influenciar el hecho de tomar riesgos, pero también pueden ser influencias positivas.

Como padre y cuidador, date crédito por intentar comprender cómo es que los cuerpos y cerebros que están en tu casa están desarrollándose. ¡El simple hecho de leer esta guía es un gran paso para demostrar que te interesa trabajar en lograr que esa relación con tu hijo se fortalezca!

No olvides que cada joven se desarrolla a su propio ritmo. Está bien si tu hijo está madurando a un ritmo diferente en comparación a otros jóvenes. Al establecer una relación más profunda con ellos desde ahora, estarás más cerca de entender cómo ayudarles mejor.

Descubre ideas adicionales y consejos: ForwardTogetherCO.com