



Las cosas ya no son como antes...

1. **La adolescencia es una época de cambio - para toda la familia.**
2. **Muchas cosas cambian durante la adolescencia, tanto en el aspecto físico como el emocional:**
 - ◆ El cuerpo cambia y las hormonas se desenfrenan
 - ◆ Tus valores y actitudes varían de día a día.
 - ◆ La independencia y libertad se vuelven muy importantes.
 - ◆ Cambian las relaciones con tu familia y tus amigos.
3. **Los años de la adolescencia pueden ser frustrantes para todos. Los papeles que desempeña la familia cambian y las influencias externas juegan un papel más importante en la vida del adolescente.**
4. **Fíjate si estos cambios emocionales están sucediendo en tu hogar:**
 - ◆ Los cambios de humor son normales, la depresión no es normal...
 - ◆ Actuar impulsivamente es más y más común. Esto puede producir temperamentos fuertes y desacuerdos con los adultos.
 - ◆ La ansiedad en cuanto a la madurez es parte de la ecuación. Algunos adolescentes quieren seguir siendo niños para siempre mientras que otros no pueden esperar a madurar.
 - ◆ Aumentan los sentimientos sexuales. Todas esas hormonas conducen a pensar más sobre tus amigos y el sexo y menos sobre los miembros de la familia.
5. **Los amigos son una parte importante de la adolescencia, pero la familia sigue siendo importante.** Brindar amor, apoyo y comunicación abierta puede ayudar a que esta difícil etapa sea más fácil para todos.

Estamos aquí para ayudar. Para aprender más sobre los programas y servicios que brinda UIC-Cuidado Especializado Para Niños, visita nuestra página de internet:

dsc.uic.edu o "me gusta" en



facebook.com/dsc.uic.edu