

Es un periodo de grandes cambios y transición para el adolescente y para sus padres



1. **A medida que su hijo pasa de la infancia a la edad adulta**, pasará por muchos cambios físicos, emocionales y conductuales. Los padres a menudo se preocupan o confunden sobre los cambios de sus adolescentes.
2. **Cada adolescente es un individuo** con su propia personalidad y sus propios intereses, gustos y aversiones.
3. **Cada adolescente se desarrolla a su propio paso.** Las tareas y destrezas que el adolescente domina pueden indicar la etapa en la que se encuentra. Varios adolescentes de la misma edad tendrán diferentes niveles de desarrollo.
4. **El desarrollo de los adolescentes se puede dividir en tres etapas: adolescencia inicial, media y tardía**, y cada etapa tiene una serie de tareas que enfrentar. Un sitio web útil es el del **Child Development Institute** (Instituto del Desarrollo Infantil) en http://www.childdevelopmentinfo.com/development/teens_stages.shtml. Algunas de las tareas de desarrollo de los adolescentes son:
 - **Avanzar hacia la independencia.**
 - Batallan con el sentido de identidad. es posible que se sientan raros o extraños sobre sí mismos y sobre su propio cuerpo, y sus amigos tienen influencia sobre sus intereses y su forma de vestir.
 - A medida que los jóvenes se acercan a la educación superior o al mercado laboral es esencial que aprendan a hablar por sí mismos.
 - Aún necesitan el apoyo emocional, material e informativo de sus padres. Al mismo tiempo los padres necesitan darles espacio para desarrollar su propia identidad.
 - La búsqueda de la independencia es parte del desarrollo normal de los adolescentes y los padres no se deben sentir rechazados ni que han perdido el control.
 - Los adolescentes pondrán a prueba las reglas y los límites de los padres. Mantener la comunicación abierta y tener límites claros, pero negociables puede ayudar a minimizar los principales conflictos.
 - **Sus necesidades básicas.** Preguntas sobre cómo ganarse la vida, cómo manejar su tiempo y cómo planificar actividades significativas. Los jóvenes tienen una gran necesidad de:
 - Comunidad.
 - Tener una idea del significado de la vida.
 - Seguridad física y emocional; estructura básica en relaciones y en la vida.
 - **Combatir el estrés.** Los cambios emocionales y sociales de los adolescentes pueden dificultar la superación de las barreras en los sistemas educativos y en el mercado laboral.
 - La capacidad de combatir el estrés está vinculada a otras destrezas, tales como la resolución de problemas y la seguridad propia.
 - Las estrategias para el control del estrés incluyen técnicas de relajación, control de los pensamientos, enfoque, uso de sistemas de apoyo y planificación y toma de decisiones activa.
 - Los amigos proporcionan apoyo emocional, pero esta es la época en la que las amistades cambian.
 - Los padres son los primeros en reconocer un problema con las emociones o la conducta. Las pláticas abiertas y sinceras sobre los sentimientos pueden ayudar. Los padres pueden hablar con el médico de su hijo, los maestros, los miembros del clero u otros adultos que conocen bien a su hijo y si es necesario, pueden hablar con un especialista.
 - **Información y acceso a información.** Los jóvenes necesitan información actualizada sobre carreras, programas educativos y tendencias del mercado. También tienen que desarrollar sus destrezas para evaluar la importancia de la información.
5. Para lidiar con estos cambios, los jóvenes tienen que establecer su razón de ser y entender cómo satisfacer sus necesidades actuales y futuras. Los orientadores de la escuela, consejeros y mentores pueden ayudarles a aclarar estos asuntos. Con este tipo de ayuda podrán adquirir resistencia y se les hará más fácil la escuela o el trabajo.

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