

**TÍTULO:** Límites y valores en pre y adolescentes II # 272

**AUTOR:** Regina Ferrari de Camacho

**GRADO Y EDAD:** 1ro. de Secundaria a 1ro. Preparatoria 13-16 años

### **DESCRIPCIÓN:**

En esta segunda parte, se analizan las características de esta etapa en el desarrollo de los hijos, las relaciones con los padres y otros adultos, los límites y el cambio en la vida de los padres como pareja. Presentamos consideraciones sobre la mejor forma de mantenerse cerca de ellos sin que provoquemos su alejamiento. La cercanía emocional con los hijos es de suma importancia, ya que es la única manera de conocer por dónde andan y qué están haciendo.

### **ÁREAS DE APOYO Y PALABRAS CLAVE:**

- ✓ Adolescentes
- ✓ Valores – Transmisión de valores
- ✓ Seguridad emocional y autoestima
- ✓ Límites
- ✓ TDA/TDAH
- ✓ Escuela para padres

### **EXPLICACIÓN-METODOLOGÍA**

- **Aspectos generales sobre la preadolescencia y la adolescencia**

El valor más importante es ser popular y pertenecer a un grupo. Los adolescentes conocen, aplican, manipulan y se rigen con un sistema de valores y normas previamente establecido. Sus valores se ven vulnerados y confrontados ante los valores de sus compañeros, y tratan de buscar diferentes estilos para encontrar, en ellos mismos, los que son importantes y los que no. Construyen a partir de la duda y confirmación interna de sus propios valores para guiarse en el futuro. Eligen a sus amigos; no obstante, la comunicación con los padres favorecerá que prefiera relacionarse con amigos con valores semejantes a los que ha ido aprendiendo en la familia.

El preadolescente cambia radicalmente sus rutinas de higiene, sueño y alimentación. Es una etapa en la que los cuestionamientos filosóficos llenan de dudas su existencia. Sin embargo, necesita límites muy estructurados para seguir creciendo sanamente. El chico que ha ido desarrollando niveles de conducta aceptables, hoy es capaz de contar con una mayor libertad. Escoge desde su forma de vestir, su manera de hablar, caminar, estudiar y cumplir con sus obligaciones. Pero, nuevamente, los padres y los maestros son los pilares más importantes.

- **Relaciones con los padres, maestros**

Educar a un preadolescente no es tarea fácil ni para los padres ni para los maestros. Estos jóvenes visualizan al adulto como su asesor, más que como autoridad. La cercanía emocional con los hijos es de suma importancia, ya que es la única manera de conocer por dónde anda y qué está haciendo. Es muy fácil que en esta edad los perdamos de vista y tratar de recuperarlos, es poco probable en muchas ocasiones. Es muy común que en esta etapa, muchos padres traten de acercarse a sus hijos “como amigos”, esto sólo promoverá que el adolescente se aleje cada vez más.

El adolescente necesita que sus padres se sientan orgullosos de él y se lo hagan saber; se acerquen a él a través de los intereses que tenga. Muestran interés por buscar tiempo de convivencia en familia o solos, al menos unas tres o cuatro veces a la semana. Le enseñen a dialogar, y que el hecho de no estar de acuerdo no representa un alejamiento, sino un acercamiento. Nunca le falten el respeto mediante el miedo, las groserías, el insulto o maltrato a sus amigos, pareja, etc. Necesita aprender a manejar el dinero y por lo tanto, es indispensable hacer un presupuesto (juntos) que resulte cómodo para ambas partes y entregárselo semanalmente.

Atenderlo, en especial, cuando esté inquieto, nervioso, malhumorado o muestre cambios de rutina. Hablar con él, comentar las cosas lo que les preocupa, ya que, posiblemente, el joven no se ha dado cuenta de que puede incurrir en algún peligro. Recordemos que los adolescentes se sienten omnipotentes e inmortales y por lo tanto, piensan que lo que le pasó a otro chico, no le “puede pasar a él/ella”. Es de suma importancia hablar abiertamente sobre las relaciones sexuales y los cuidados que deben tener. En el caso de las hijas, llevarlas al ginecólogo y permítele que ingrese sola con el médico. Las relaciones construidas entre los hijos y los padres cuando las cosas van bien, son fundamentales para cuando hay conflicto.

- **Otros adultos importantes**

Otras figuras importantes en esta etapa son los tíos y los familiares de sus amigos. De ellos está aprendiendo su inserción a su no tan lejos futuro profesional. Estos personajes influyen muy directamente en el adolescente.

- **Los límites**

Es común que quieran romper o saltarse los límites, esa es su tarea. La tarea de los padres es enseñarle hasta dónde puede llegar. Detestan a los padres por instaurar y aplicar los límites; sin embargo, internamente los están exigiendo.

- ✓ Los límites y las consecuencias deben acordarse entre los padres y el hijo.
- ✓ No es una negociación, es establecerle claramente lo que está a su alcance y lo que todavía no, como salidas a los “antros”, beber alcohol, manejar un auto, etc.
- ✓ En esta edad se hacen contratos con los padres, tratar de imponerles los límites sólo provocará que los rechacen y sobre todo, los reten. Se acotan los límites a las salidas, horas de llegada, resultados académicos.

Tratan de buscar su independencia a través de pelearse con sus padres, ya que les es más fácil enojarse que entristecerse por dejar la etapa de la niñez. Luchan constantemente entre lo que los adultos les piden y lo que desean hacer; luchan, también, internamente, ya que todavía no tienen las herramientas necesarias para responder a las exigencias del mundo que los rodea. El adulto previsible es en el que van a confiar, llámese padre o maestro. Ahora más que nunca, los adultos a su cargo necesitan establecer medios de comunicación que les permita trabajar en equipo.

- **La pareja en esta etapa**

Es una etapa difícil ya que se unen crisis paralelas: Ellos están buscando pareja y la pareja de los padres está envejeciendo.

- ✓ Los padres tienden a quedarse cada vez más solos, ya que los hijos están cada vez más tiempo fuera del hogar.
- ✓ Los padres, principalmente la madre, sufren un duelo muy importante, ya que se siente desplazada de su maternaje y puede llegar a invadir la independencia de su hijo con tal de conservar ese papel.

El fortalecimiento de la pareja de los padres se va a dar en la medida en que cada uno tenga sus propias actividades y muchas actividades en común, de otra forma la pareja tiende a disolverse.

- **Actividades recomendables**

El deporte, los boy scouts, actividades de servicio social, musicales, artísticas, en general, ayudan al preadolescente a alejarse de los riesgos de relacionarse con amigos inapropiados, tabaco, alcohol, drogas, accidentes automovilísticos, embarazos no planeados, entre otros.