

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Darolyn Sayuri Hidalgo Méndez.*

*Nombre del tema: Función de los padres en la Adolescencia*

*Parcial: III.*

*Nombre de la Materia: Adolescencia*

*Nombre del profesor: Lic.* PAOLA JACQUELINE ALBARRAN SANTOS

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Psicología.*

**FUNCIÓN DE LA FAMILIA EN LA ADOLESCENCIA**

El tema principal de este ensayo es la función de la familia en la adolescencia. La adolescencia es un periodo de desarrollo biológico, psicológico, sexual y social inmediatamente posterior a la niñez y que comienza con la pubertad. ​En esta etapa el adolescente pasa por una serie de cambios drásticos y se encuentra en una constante búsqueda de identidad.

La función de la familia se puede comprender como la interrelación y transformación real que se presenta en la familia por medio de sus relaciones o actividades sociales. Para que la función familiar sea adecuada debe existir armonía entre la familia, si existe una disfunción puede crearse una alteración y afectar el vínculo familiar. Dentro de la relación familiar debe existir un papel correspondiente para cada integrante y así mismo una distribución de tareas importantes; cada integrante debe llevar a cabo las tareas correspondientes y ejercer sus obligaciones. Todos tienen derechos y así mismo obligaciones que debe cumplir, también es importante que más allá del cumplimiento de las tareas asignadas, exista una relación interpersonal y estrecha con el resto de integrantes de la familia. Para que exista una seguridad emocional y una regulación adecuada la relación familiar debe ser estrecha; debe existir una convivencia donde participen todos. Es importante establecer una relación fuerte y sana con los hijos desde los primeros momentos de vida, ya que, la familia es la primera fuente de educación que los niños tienen a lo largo de su vida; de los primeros años de vida dependerá su desarrollo y adaptación con su entorno.

Entre los principales elementos de una relación adecuada está la comunicación. Es importante que exista una comunicación clara y adecuada entre cada uno de los miembros de la familia, si no existe una buena relación con los hijos puede generar inseguridad, nulo desarrollo de la personalidad, baja autoestima y falta de interés por relacionarse; es muy importante fortalecer la comunicación desde los primeros momentos ya que esto sentará las bases fundamentales en el niño que permitirán que pueda relacionarse con las personas fuera de su núcleo familiar. Desde temprana edad se debe enseñar una adecuada regulación emocional y reconocimiento de las emociones para afrontar de la manera más sana cada situación que pueda presentarse delante de cada persona.

La adolescencia es una de las etapas donde existe más conflicto entre los padres e hijos. Los adolescentes pueden presentar un constante cambio de emociones, donde no saben si son niños o adultos, no saben quiénes son o que es lo que quieren para el futuro, pueden sentirse incomprendidos y sin apoyo, por ello, es importante que los padres sean un respaldo para los hijos y que los adolescentes sepan que pueden contar con ellos cuando así lo necesiten. El apoyo de los padres puede demostrarse de varias maneras, como las siguientes:

* Saber escuchar; muchas veces lo único que querrán será ser escuchados y tener con quien desahogarse, cuando los adolescentes acudan a los padres es importante escuchar sin juzgar, tomarnos un momento para escucharlos y luego de ello si es necesario brindar un consejo
* Ser empáticos, ser empáticos no es ponernos en los zapatos tal cual, ya que no sabemos realmente como el adolescente puede sentirse en ese momento, lo que deben hacer es intentar comprender la situación por la que están pasando.
* Ser pacientes, en muchas ocasiones el adolescente podrá presentar conductas o comentarios inapropiados, los padres deben ser pacientes y no reaccionar por impulso, se debe educar con el ejemplo también.
* No ignorarlos, deben ser incluidos en las actividades .familiares, preguntar su opinión, tomarlo en cuenta en ciertas decisiones, hacer que se sienta tomado en cuenta y que su opinión vale
* Pasar tiempo con ellos, es algo tan sencillo como acompañarlo al realizar su tarea, ver una película, cocinar algo; buscar alguna actividad donde exista una convivencia entre padre e hijo.
* Comunicación no-verbal afectiva, son pequeñas acciones que pueden realizarse durante el día a día, darles un abrazo, un beso, preguntar por su día, preguntar cómo le va o por algún hobby, que el sienta un interés de parte de sus padres.
* Asignación de tareas, con el paso de los años es importante asignarles tareas de acuerdo a sus capacidades, conforme estén creciente deberán adquirir habilidades y realizar más acciones, la realización de las actividades los hará sentí capaces y útiles.

Son pequeñas acciones que pueden realizarse poco a poco, cada día. El adolescente debe sentirse apoyado y amado, porque está etapa está constituida por cambios muy drásticos y que pueden generarse en cualquier momento, por ellos es importante el interés por parte de los padres. Los padres son la “autoridad” que debe establecer límites e intentar comprenderlo.

Al igual es importante permitir que experimente, que haga una búsqueda de identidad y aquello que realmente desea. La función de los padres en esta etapa, es el acompañamiento. Deben permitir que sus hijos experimenten, aprendan de sus errores y comprendan lo que quieren para su futuro.

Ser padres no es algo fácil, debemos ser conscientes de que todos podemos cometer errores, pero si es importante aprender de ellos. Es conocido que años atrás los métodos de educación no eran los más adecuados, pero hoy en día existen tantos métodos y más acceso a información útil. Lo importante para tener un cambio es darse cuenta de lo que está mal y buscar una solución.

**Fuentes:**

(Wikipedia, 2023)