



Mi Universidad

***Nombre del Alumno: ESTEFANI YOCELIN
AGUILAR HERNANDEZ***

Nombre de la Materia: ADOLESCENCIA

***Nombre del profesor: PAOLA JACKELINE
ALBARRAN SANTOS***

Nombre de la Licenciatura: PSICOLOGIA

Cuatrimestre: 5° CUATRIMESTRE

INTRODUCCION

En este ensayo se hablara sobre las relaciones familiares en la adolescencia.

Que es lo que implica las relariones familiares en la adolescencia, sus vinvulos afectivos que hay en ellos, los estilos educativos que tiene y su autonomia.

La adolescencia es una etapa crucial del desarrollo humano en la que los jóvenes experimentan cambios físicos, emocionales y psicológicos significativos.

Durante este período, las relaciones familiares pueden verse afectadas por estos cambios y pueden surgir tensiones y conflictos entre los adolescentes y sus padres.

Este ensayo examinará las relaciones familiares en la adolescencia, incluyendo los desafíos que enfrentan los adolescentes, las posibles causas de los conflictos familiares y las formas en que los padres pueden mejorar la comunicación y mantener una relación saludable con sus hijos durante esta etapa.

Relaciones familiares en el adolescente

Las relaciones familiares en los adolescentes son sumamente importantes, ya que en esta etapa de sus vidas están experimentando cambios significativos tanto físicos como emocionales.

Por lo tanto, es una etapa en la que necesitan mucho apoyo emocional, orientación y dirección para ayudarles a transitar por esta fase.

La adolescencia es un momento en que los jóvenes comienzan a explorar su identidad y establecer su lugar en el mundo, Por lo tanto, las relaciones familiares pueden ser clave para su bienestar y desarrollo saludable.

Desafíos para los adolescentes

Durante la adolescencia, los jóvenes se encuentran en una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta, experimentan nuevas emociones y sentimientos, como el amor romántico, la atracción sexual y la necesidad de independencia, Estos cambios pueden crear tensiones entre los adolescentes y sus padres, ya que los padres pueden tener dificultades para entender y aceptar estos cambios.

Además, los adolescentes a menudo sienten una presión social enorme por parte de sus iguales, lo que puede llevar a comportamientos arriesgados o dañinos.

Los padres deben ser conscientes de estos desafíos y estar preparados para apoyar a sus hijos durante esta fase de transición.

Se dice que la teoría del apego ha permitido explicar el desarrollo, la mantención y disolución de las relaciones cercanas, a la vez que ha ofrecido una perspectiva sobre el desarrollo de la personalidad, la regulación emocional y la psicopatología.

Cuando los miembros de la familia han sido expuestos a peligros recurrentes o engañosos, el matrimonio y la crianza de los niños tienden a ser más difíciles.

Causas de los conflictos familiares:

Los conflictos familiares durante la adolescencia pueden ser causados por diversas razones, incluyendo diferencias de opinión, expectativas poco realistas y falta de comunicación.

Los adolescentes pueden tener dificultades para expresar sus necesidades y deseos a sus padres, mientras que los padres pueden tener dificultades para adaptarse a los cambios en la personalidad y el comportamiento de sus hijos.

Además, algunos conflictos pueden ser causados por presiones externas, como problemas económicos o sociales, estos factores pueden tener un impacto significativo en la unidad familiar y aumentar el estrés emocional y financiero.

Cómo mantener una relación saludable:

Para mantener una relación saludable con sus hijos durante la adolescencia, los padres deben estar abiertos al diálogo y fomentar la comunicación abierta, es importante que escuchen activamente y muestren interés genuino en las necesidades y deseos de sus hijos.

Los padres también deben aprender a establecer límites claros y justos que permitan a los jóvenes desarrollar su independencia sin poner en peligro su seguridad y bienestar.

Además, es importante que los padres fomenten un ambiente familiar abierto y protector donde los adolescentes se sientan seguros para expresarse sin temor a represalias, esto requiere paciencia, comprensión y empatía por parte de los padres para ayudar a sus hijos a atravesar estas etapas importantes, es necesario que los padres estén de acuerdo con sus hijos en las cosas que les gusten hacer.

Consecuencias al no tener una relacion sana con la familia.

Normalmente las consecuencias más habituales de los problemas familiares son la tensión dentro del seno familiar y entre la propia pareja.

- Como que haya una desconexión comunicativa entre los integrantes de la familia.
- Haya a diario peleas entre hermanos o que ellos se peleen en la escuela por desconcentración.
- Haya desacuerdos en la familia, ya sea para elegir que van a comer, que ropa usara un hijo.
- Pelea entre los padres.
- Los hijos por falta de atención dejaran la escuela.
- Por falta de cariño o de atención se meteran en problemas o harán algo malo como, ser adictos a la droga o medicamentos fuertes.

Importancia de las relaciones familiares

Es importante tener una buena convivencia con los adolescentes ya que pueden generar una buena confianza con los padres y hermanos, así mismo también se puede evitar que los adolescentes tengan que volverse rebeldes con los padres.

Tener una buena relación es algo que hacen sentir bien al adolescentes, así el adolescentes pueden ser más sociables, amables y sobre todo carismáticos.

Las relaciones familiares en los adolescentes son sumamente importantes, ya que en esta etapa de sus vidas están experimentando cambios significativos tanto físicos como emocionales, es una etapa en la que necesitan mucho apoyo emocional, orientación y dirección para ayudarles a transitar por esta fase.

La adolescencia es un momento en que los jóvenes comienzan a explorar su identidad y establecer su lugar en el mundo.

Consejos para tener una buena relacion con un adolescente:

- 1- Ser comprensivos
- 2- Darles su tiempo y espacio
- 3- Recordarles que siempre estaran con ellos
- 4- Ser empaticos
- 5- Entenderlos
- 6- Ser coherentes
- 7- Darles explicaciones entendibles
- 8- A concejarlos
- 9- Tener una buena comunicación.

Conclusion.

Las relaciones familiares durante la adolescencia son complejas y pueden verse afectadas por una variedad de factores, incluyendo cambios físicos, emocionales y psicológicos en el adolescente.

El deseo de independencia del adolescente y la falta de comunicación efectiva también son factores clave en los conflictos familiares durante esta etapa, al establecer límites claros, fomentar la comunicación abierta y mantener una línea abierta de guía y apoyo emocional, los padres e hijos pueden trabajar juntos para fortalecer su relación durante este período crucial del desarrollo humano.

Fuentes bibliograficas

Antologia de la universidad de la materia de Adolescencia.}

Steinberg, L. (2014). Adolescence. McGraw-Hill Education.

Jenson, J. M., & Fraser, M. W. (2006). Social contexts of adolescent development: Family, peers, and school. En Handbook of Child Psychology (pp. 665-715). John Wiley & Sons.