



**NOMBRE DEL ALUMNO: MARÍA  
CANDELARIA JIMÉNEZ GARCÍA**

**NOMBRE DEL PROFESOR: MARIA DEL  
CARMEN LOPEZ SILBA**

**NOMBRE DEL TRABAJO: SUPER NOTA**

**MATERIA: ENFERMERIA EN EL CUIDADO  
DEL NIÑO Y ADELESCENTE**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**GRADO: 7**

**GRUPO: B**

# Aspectos emocionales del adolescente

## ¿por qué se producen cambios emocionales en la adolescencia?

La adolescencia es una etapa de estrés emocional por que los jóvenes empiezan a tener más independencia, lo cual puede traer conflictos con sus padres, ya que siguen viviendo bajo su protección.



## Tipos de cambios emocionales en adolescentes

En este proceso pasan cambios emocionales durante los 13 y 19 años en los que se ven reflejadas transformaciones efectivas, físicas, psicológicas y sociales. Como la son:

### Alta sensibilidad

En la pubertad el cuerpo sufre muchos cambios, es por ello que el adolescente se siente incómodo con ellos y se vuelve sensible con respecto a su apariencia física. por ejemplo, puede sentirse irritado con bastante facilidad, puede perder la paciencia y sentirse deprimido.



es muy importante que los padres estén al tanto de los cambios emocionales y de su comportamiento para ayudar al adolescente a gestionar su inteligencia emocional

### cambios de humor



El adolescente puede sentir cambios frecuentes y extremos en el estado de ánimo, aumentando así la incertidumbre y los pensamientos conflictivos. Estos cambios se llaman cambios de humor, y ocurren por los cambios en los niveles hormonales en el cuerpo

### presión por los amigos

Es probable que el adolescente y su grupo de compañeros se vean influenciado por lo que ven a su alrededor, en internet y la cultura que los envuelve



Es muy notorio la presión que pueden tener por otros en su forma de vestir, lenguaje o su comportamiento. En ocasiones esto puede ser incómodo e incluso puede cambiar sus gustos.



### Inseguridad

La adolescencia es una fase de transición en la que pueden surgir muchas preguntas y pensamientos desconocidos de la vida, como la profesión, la pareja y el futuro. Dado que hay muchos cambios inciertos, es posible que se sienta inseguro sobre su personalidad.

Hay que tener claro que con el tiempo, el adolescente se volverá más seguro, crecerá en sus nuevos roles y adquirirá mayores responsabilidades. Pero este proceso llevará tiempo según como responda a cada situación.

# Aspectos psicológicos del adolescente

Como consecuencia de las características que marca la adolescencia experimentan una serie de cambios que, si no son bien gestionados pueden crear una desestabilización afectiva.

## Identidad

Búsqueda de su nuevo yo.

## Tipos de aspectos psicológicos

## Incomprensión

Los adolescentes piensan que nadie los entiende

## Necesidad de intimidad

Precisan de su propio espacio. Es una época en la que los jóvenes aprenden a tomar sus propias decisiones

## Agresividad

Es lo que suele preocupar más a los padres y hay que encontrar la manera de canalizarla.

## Deseo sexual

Las hormonas juegan un papel vital en esta etapa y producen sentimientos confusos en los jóvenes.

## Egocentrismo

El joven se centra en sí mismo

La paciencia y la comprensión son herramientas fundamentales para poder ayudar a los jóvenes a lidiar con todos los cambios psicológicos que sufren

## Recomendaciones para llevar esta situación

- saber escuchar, fomentar el afecto,
- integrar los cambios, poner límites de forma razonable

(Cambios psicológicos y emocionales durante la adolescencia , 2021)

## Bibliografía

*Cambios psicológicos y emocionales durante la adolescencia* . (10 de junio de 2021). Obtenido de Cambios psicológicos y emocionales durante la adolescencia :  
<https://www.gruporecoletas.com>