

**Nombre de alumno: Mario David
Gallardo Alfaro**

**Nombre del profesor: Paola Jacqueline
Albarran Santos**

Nombre del trabajo: Ensayo (formas de mejorar el
vinculo con los adolescentes)

PASIÓN POR EDUCAR

Asignatura: Adolescencia

Grado: 5° cuatrimestre

Grupo: A



Formas de mejorar los vínculos con los adolescentes

Introducción

La organización mundial de la salud (OMS) define a la adolescencia como la etapa que ocurre entre los 10 y los 19 años de edad, normalmente la dividen en dos fases; adolescencia temprana entre los 12 y los 14 años de edad y la adolescencia tardía entre los 14 y los 19 años de edad. La adolescencia es un periodo de desarrollo biológico, psicológico y social inmediatamente posterior a la niñez y que comienza con la pubertad.

La adolescencia es una etapa evolutiva en la que se sufren muchos cambios y de naturaleza muy profunda. El cuerpo, la mente, las relaciones familiares y sociales se transforman. Es por eso que parece comprensible que los padres no logren en muchos casos, llegar a acompañar todos estos cambios de una manera saludable para todo el entorno familiar.

Cuando hay un adolescente en el grupo familiar, se pueden producir conflictos en los vínculos con sus padres, problemas de comunicación, problemas de conducta, probable consumo de sustancias. Frente a estas situaciones los padres potencian el alejamiento de sus propios hijos y ambas partes comienzan a experimentar la sensación de que esa relación ha cambiado y que solo les genera sufrimiento y rechazo. Para promover un buen vínculo con adolescentes, y teniendo en cuenta que la parte que está atravesando el conflicto es el adolescente, los padres deben mostrar algunas conductas que ayuden a reconectar el vínculo.

A continuación, se mencionan algunas de las claves para intentar promover un vínculo saludable con un hijo adolescente.

- Evitar discriminarlo, aceptar sus cambios corporales y elecciones, sin hacer comentarios hirientes.
- Tener presente que es él, el que está atravesando la transformación adolescente por lo tanto el tipo de conducta que muestre dependerá de la estructura familiar que lo sostiene.

- Buscar acercamientos no amenazantes, hablarles desde la comprensión y el amor.
- Comprender que las nuevas conductas son llamados de atención o pedidos de límites necesarios. • Recordar siempre que deben actuar como padres, no como amigos. Trabajar con el adolescente comunicándole su preocupación e interés por él. Si se está atravesando una situación similar en su contexto familiar, es importante que se busque ayuda para establecer el bienestar familiar. No siempre se puede salir solo de una crisis familiar, y si ésta se atraviesa a través de un proceso de crecimiento, todos los integrantes de la familia van a salir fortalecidos.

Conclusiones

Primera: La adolescencia constituye una etapa vital de transición entre la niñez y la edad adulta con límites temporales imprecisos.

Segunda: El proceso de la adolescencia posee ciertas características generales. Sin embargo, cada adolescente lo afronta de manera diferente.

Tercera: La manifestación de la adolescencia en cada adolescente se produce en el plano personal y se concreta a través de una personalidad con rasgos propios sobre la que existen abundantes tópicos, estereotipos e ideas preconcebidas.

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA COMPLEMENTARIA:

- 1.- Aparicio, J. , “El aprendizaje humano y la memoria”. Ed. Pirámide.
- 2.- Baddeley, A. (1998). “Memoria Humana teoría-práctica”. Ed. Mc Graw Hill.
- 3.- Ballesteros, S. (2012). “Psicología de la memoria: estructuras, procesos y sistemas”.Ed. Universitas.
- 4.- Dorothy, C. (2001). “Cómo aprenden los niños”, Ed. Fondo de Cultura Económica”.
- 5.- Ellis, J. (2005). “Aprendizaje Humano”. Ed. Pearson.
- 6.- Jayne, S. (2007). “Como aprende el cerebro”. Ed. Ariel.
- 7.- López, S. (2018). “Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza”. Ed. Uned.
- 8.- Manzanero, A. “La memoria Humana”. Ed. Pirámide. UNIVERSIDAD DEL SURESTE 124
- 9.- Morris, C. (2005). “Introducción a la Psicología”. 7a Edición. Prentice Hall Hispanoamericana.
- 10.- Ortiz, A. (2015). “Neuroeducación”.Ed. Educación.
- 11.- Ortiz, T. (2009). “Neurociencia y Educación”. Ed. Alianza.
- 12.- Redolar, D. (2013). “Neurociencia cognitiva”. Ed. Médica Panamericana.
- 13.- Robledo, I. (2018),”Memoria práctica: una guía sencilla para recordar”.
- 14.- Universidad Católica Silva Henríquez. (2007). “La comprensión del cerebro”. Ed. OCDE.
- 15.- Varela, M. (2005), “Memoria”. Ed. Médica Panamericana.