



# LA PREADOLESCENCIA: EDAD DE...

John Darío Ochoa Zapata

Asesor escolar

# ASÍ ME SIENTO.

- ▶ “Es raro, porque a veces me siento querida por mis padres, pero a veces me siento más distanciada como si yo fuese alguien ajeno a mi familia. A veces los veo y los reconozco, pero después los veo, y los veo como desconocidos, y eso me da miedo. Mi mamá, por ejemplo, me acompaña, pero no sabe en realidad lo que me pasa”. **Lic. María Cristina Gay**




► “Al probar la comida, algo me decía que la dejara, mi cuerpo sentía que no lo tenía que tolerar, es como una sensación, no un pensamiento, me daba asco”. **Lic. María Cristina Gay**

► “Me pellizco y me lastimo la piel, me muerdo, me tiro de los pelos, a veces me pego. Pienso que me puedo volver loca...” **Lic. María Cristina Gay**





## La preadolescencia implica que:

1. Los preadolescentes tienen la necesidad psicológica de empezar a independizarse de sus padres y madres
  2. Afrontan muchos cambios en poco tiempo
  3. La imagen que poseen de sí mismos va a ser muy dependiente de lo que nosotros les decimos y manifestamos
  4. Reclaman autonomía pero son más dependientes
  5. Quieren aprender de su propia experiencia
  6. Nos cuestionan todo el tiempo por que son diferentes a nosotros
- 

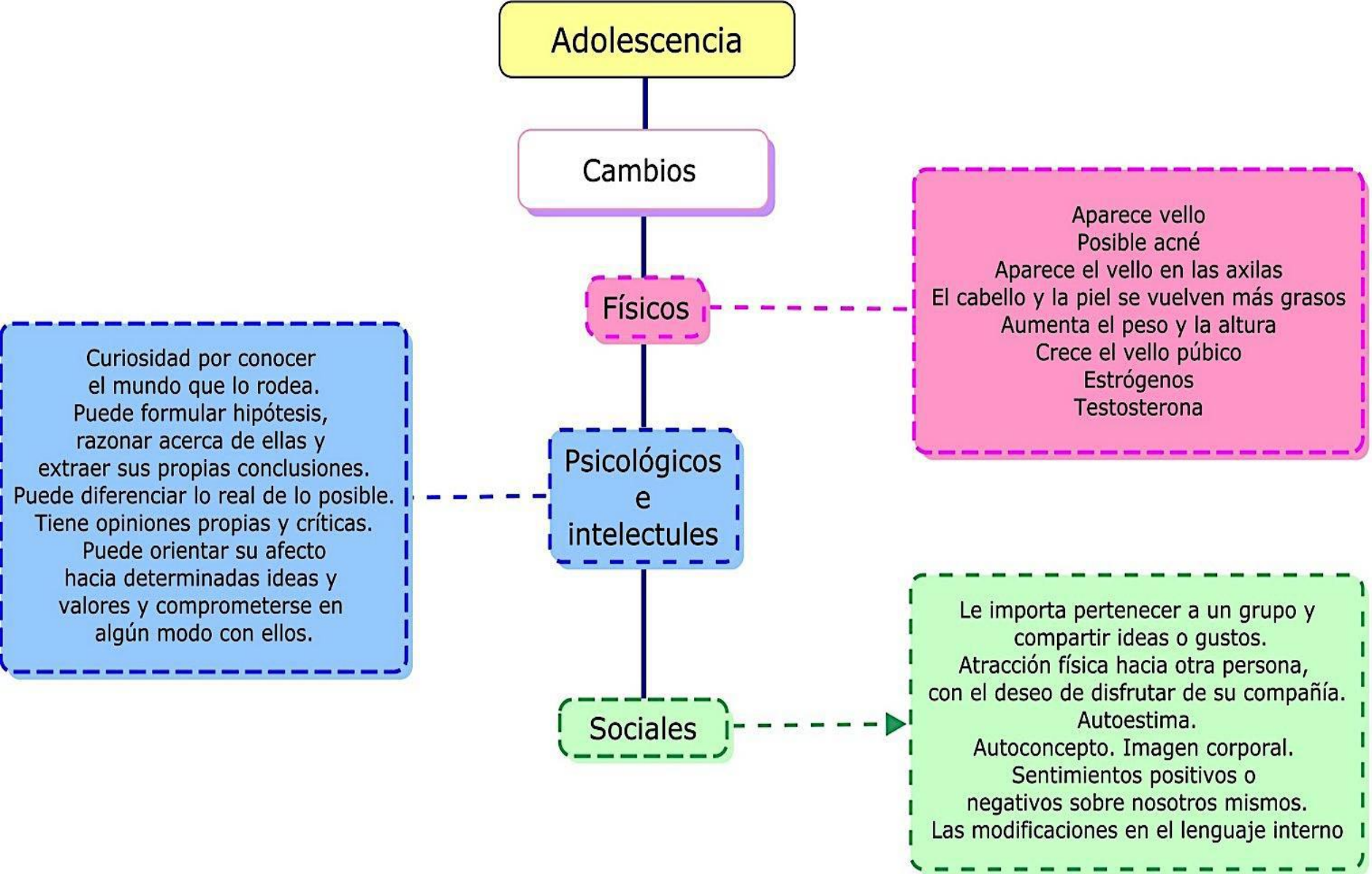
# Características preadolescencia:

La adolescencia Edad de sensibilidad, de cambios físicos psicológicos y sociales, de reconocimiento de la identidad, edad de inseguridades, de curiosidad, de inconformidad, de reconocimiento personal, de deseo de saber, de socialización.

Caracterizada por.

1. Edad comúnmente asociada al conflicto.
2. Búsqueda de modelos a imitar ¿Son los padres modelos a imitar por los hijos o por el contrario ellos están imitando a otros personajes?
3. Mayor preferencia por hacer amistades y compartir con ellos
4. Reclaman una mayor independencia de la familia





- Pueden aparecer problemas de comportamiento (Autocontrol, uso de sustancias ilegales, problemas con sus pares en cuanto a la relación interpersonal.)

1. Será que a mis amigos les pasa lo mismo que a mí?
2. Qué tiene mi amigo/a que no tenga yo?
3. Cuándo será que tengo 18 para largarme de esta casa y hacer lo que me de la gana?
4. Por qué tengo que estudiar hasta tan tarde?, pásame para otro colegio.
5. Por qué yo no puedo tener....? Mis amigos lo tienen.
6. A que sabe el Ron y el Aguardiente?
7. Por qué tengo que arreglar mi cuarto, a mí me gusta así

Otras expresiones:

“Quiero quedarme hasta tarde viendo tv y levantarme tarde”.

“mamá usted cuanto gana?

“Todo yo, por qué no manda a...”

Preguntas frecuentes





Tarea:

1. No intente razonar con él cuando está de mal humor. Primero cálmese usted y cuando él este calmado escúchelo
2. Háblele a su hijos con naturalidad. Y lo que usted sepa, si tiene dudas pregunte.
3. Combine afecto, respeto, comprensión y paciencia. Cada día salen con cosas nuevas que escuchan o ven de sus pares.
4. Mantenga una disciplina clara y flexible. Amoldarse a lo que ellos van mostrando.
5. Los reconocimientos y estímulos ayudan más que los castigos y las amenazas para salir de un mal comportamiento.
6. Bájese de la montaña rusa emocional para tomar sus decisiones
7. Sean firmes sin debilidad, graves sin altivez.
8. Hágale preguntas abiertas y respeta sus puntos de vista, pero hágaes saber cuando no las compartas.
9. Estimule la independendencia y autonomía.