

LOS ADOLESCENTES DE 11 A 16 AÑOS

(Basado en el libro "El adolescente de 10 a 16 años", de Arnold Gesell y otros)

EL ADOLESCENTE DE 11 AÑOS

- Comienza la preadolescencia: proceso de crecimiento.
 - Desaparece el niño complaciente de 10 años y comienza la afirmación de su personalidad, de curiosidad y sociabilidad.
 - Es inquieto, investigador y charlatán
 - Padece un hambre voraz y constante = apetito de nuevas experiencias.
 - Cada vez formula más preguntas sobre los adultos.
 - No le gusta estar solo.
 - Le encanta discutir (Dice alguna madre: "Le encanta comer y charlar").
 - Muestra nuevos impulsos y estados de ánimo.
 - Vida emocional intensa, con variados estados de ánimo: risa, cólera, mal humor, arrebatos.
 - Reacciones emocionales ingenuas e inocentes.
 - Organismo en pleno proceso de transformación (física y anímicamente).
 - Se fatiga fácilmente.
 - Es cortésmente objetivo, minucioso, serio, sincero, amistoso.
 - "Soy libre, ¿por qué voy a hacer lo que quieran mis padres?", pero si algo no va bien, solo quieren estar con la familia.
 - La afirmación de su personalidad se manifiesta, a veces, en las disputas con sus hermanos, la rebeldía ante sus padres y la resistencia a cumplir con su deber, con las tareas encomendadas.
 - Le gusta contradecir más que responder.
 - Mira con ojos críticos el comportamiento de sus padres, más a las madres, en general, pero no significa falta de cariño.
 - Normalmente conserva un fuerte sentimiento de lealtad y apego al hogar.
 - En la escuela se adapta mejor, no tiene que pelear con hermanos ni hacer tareas domésticas.
 - Gran curiosidad
 - El juego ya no es tan necesario como antes.
 - Los niños: "Las niñas no nos importan".
 - Las niñas: "Los chicos son la peste".
 - Más confianza en sí mismos que a los 10 años.
 - Crece su conciencia de día en día.
 - Los padres se sienten algo confusos ante su conducta tan diferente de los 10 años.
 - Época de transición y de iniciación en otra etapa.
 - La individualidad se define cada vez más.
- Todo esto señala el alba de la adolescencia. Es el momento para impartir una primera educación sexual, juntos chicos y chicas.

EL ADOLESCENTE DE 12 AÑOS

- No hay un contraste demasiado marcado con el niño de 11 años.
- Nueva visión de sí mismo, de su yo, de su individualidad.
 - Buen conversador (sobre temas diversos: la justicia, la ley, la vida, etc.)
 - Comienza a aparecer la racionalidad.
- Tendencia a ensanchar su conciencia, signo de su desarrollo psicológico.
- Dispuesto a mostrarse positivo y entusiasta; mucha energía.
- Es menos ingenuo, tiene mayor tacto con los demás.
 - Las niñas pueden cuidar niños de meses.
- No quiere que sea tratado como un niño.
- Grupos de niños contra grupos de niñas = El grupo.
- Le gusta controlar más sus sentimientos.
- Le atrae el debate y la discusión, el deporte y los juegos.
- Gran empatía, le interesa qué piensan y qué sienten los demás.
- Piensa en el futuro: carrera, si se casará o no.
- El niño de 12 años no es un adulto en miniatura, ni una copia, aunque su forma de sentir y pensar prefiguran la mentalidad adulta.
 - Así que un niño de 12 años suele caracterizarse por su entusiasmo, celo, iniciativa, inteligencia, empatía, buena voluntad, conocimiento y dominio de sí mismo.

EL ADOLESCENTE DE 13 AÑOS

- Cada año, un incremento en la madurez, y a los 13, este incremento es muy complejo porque está en plena adolescencia.
- Es callado, menos comunicativo, piensa y sueña, es menos amistoso; pero en la escuela, parece otro.
- Críticas a sus padres. Estos están perplejos, al querer irse con frecuencia del círculo familiar
- El adolescente de 13 años se retrae sobre sí mismo de vez en cuando.
 - Está con sus padres viendo algo y, de repente, quiere irse a rumiar sus pensamientos
- Busca la soledad, no por ella misma, sino para mantener su intimidad.
 - Parece que está “ido”, está ensimismado (= quiere estar en sí mismo)
- Conciencia de una creciente “fuerza de voluntad”.
- Es reflexivo, gesticula menos que a los 12 años.
- Estados anímicos intensos y penetrantes.
- En el caso de los chicos, su voz es más grave = voz de hombre.
- Es muy crítico y preciso.
- Disfruta en el pensamiento racional, en proposiciones y dudas.
- Sensible a las críticas, percibe los estados emocionales de los demás.

- Su vida emocional crece con su racionalidad.
- Los hermanos siguen siendo un problema (cada uno, un competidor para afianzar su personalidad). Le gusta cuidarlos si tienen menos de 6 años.
- Huye (tanto el niño como la niña) de las relaciones confidenciales, íntimas, con sus padres: “No me gusta que me abracen tanto, como a un niño”
- Tiene menos amigos, pero más selectos.
 - Ellos: “Las chicas no me interesan”, pocos salen con chicas.
 - Ellas: “No nos gustan los de nuestra edad, son torpes”
- Comienza a mirarse en el espejo y ver su imagen; le afecta la impresión que causa en los demás.
- Considera unos niños a los de 12 y 11 años.
- En la escuela y en la calle, su “yo” experimenta el impacto del grupo, del equipo (de gran poder de atracción).
- Complejas transiciones en su cuerpo, su mente y su personalidad.
- A esta edad, cada sexo comienza a marcar las diferencias.
- Frente a lo que le rodea, desea guardar su yo, su independencia.
- Niñas: Antes, la mayoría tenía su primera menstruación entre los 14 y 15 años. Hoy se fija entre los 11 y los 12.

EL ADOLESCENTE DE 14 AÑOS

- El clima emocional sufre diversos cambios evolutivos: se abre, se hace expresivo, se retrae menos, es más alegre y está más relajado. “Es otro/a chico/a”, dicen los padres.
- Es abierto, franco y comunicativo.
- Comienza a sentir que es él mismo, tiene mayor seguridad. Ama la vida.
- Actitud madura ante los adultos. Su relación es más cordial con sus padres, a pesar de que, en algunos aspectos, los consideren anticuados.
- Hay menos desavenencias, más respeto y confianza mutuos.
- Con sus hermanos, le gusta cuidarlos si tienen 5 años o menos; con los de 11, ya no es tan amable, pero los problemas se resuelven dialogando.
- Le interesa la gente, comienza a percibir las distintas personalidades. Le intriga la palabra “personalidad”.
- Espíritu gregario: “Tengo todo un surtido de amigos”. Quiere ser popular entre sus amigos
 - Interés por los equipos, clubs y actividades colectivas.
 - Prefieren los chicos con los chicos y las chicas con las chicas, aunque, a los 14, hay una tercera parte de chicos que salen esporádicamente con chicas.
- Sus características evolutivas lo convierten, a veces, en un problema educacional, debido a su abundante energía, su cordialidad, sus amplios intereses, el conocimiento de sí mismo y de los demás, su tendencia a la razón y al dominio del lenguaje.
- Ocupa esa franja media entre la escuela elemental y el bachillerato. La maduración mental le prepara para acceder a las clases superiores.
 - Se encuentra entre la necesidad del *grupo*, por una parte, y su propia necesidad como *individuo*.
 - Tiene un conocimiento de sí mismo cada vez mayor.
- Adolescente feliz, confía en sí mismo, es capaz de autocrítica. Es el momento de conocer sus dotes, sus aptitudes con vistas a un futuro, a conocer y conseguir su propio proyecto de vida, aunque no tiene prisa por elegir su carrera futura.
- Comienza a interesarse por aspectos de la ciencia y a adquirir conciencia de sí mismo.

- Los 14 es un año clave en el vasto ciclo del crecimiento humano, pues termina el 2º septenio y comienza el 3º, el de la madurez personal que va a llevarle a ser un adulto.
- A. Schweitzer narra cómo al cumplir los 14 años, le apasionó el placer de buscar la *verdad* y lo bueno “como una especie de embriaguez”; sentía “una necesidad vehemente de pensar”. Como filósofo tiene al adolescente de 14 años en un alto concepto, y dice: “si todos pudiéramos convertirnos en lo que éramos a los 14 años, ¡qué cosa tan distinta sería el mundo!”.
- Desarrollo físico y conciencia sexual. La chica parece más una mujer joven que una niña. En los chicos es, para la mayoría, el periodo de mayor rapidez en el aumento de estatura. Cambio de voz. Comienza el interés por las chicas.
- Edad apropiada para impartir una última educación sexual. La primera fue a los 11 años, juntos chicos y chicas; pero ahora, separados, debido a los cambios sorprendentes, experimentados en solo tres años. El niño y la niña, antes casi indiferenciados, se están convirtiendo en un hombre y una mujer.
- En las relaciones interpersonales, hay un cambio evidente en relación a los 13 años. El adolescente de 14 años quiere salir solo, incluso de noche. No le gusta que sus compañeros le vean siempre acompañado de sus padres, pues siente una cierta vergüenza por si se les considera aún niños.
- Comienza a elaborar su propio concepto de la moral. Ya no le resulta difícil saber qué está bien o mal, le es fácil dejarse llevar por el sentido común.
- Le importa más la vida que la muerte, quiere “vivir toda la vida”, pero se halla en condiciones de afrontar la muerte sin temor, sobre todo en un accidente grave o en la vejez.

EL ADOLESCENTE DE 15 AÑOS

- No es fácil sintetizar los rasgos de madurez a los 15 años, pues sus facetas y sus fases son muchas.
- Es algo enigmático, sin embargo, desea ardientemente comprenderse a sí mismo y que le comprendan.
- La aparente apatía que le caracteriza, está relacionada con una preocupación reflexiva por sus estados anímicos íntimos que ocupan un lugar importante.
- Suele ser de aspecto serio, tranquilo y reflexivo, en contraste con los impulsos y arranques entusiastas de los 14 años.
- Busca la precisión, por eso, a veces se muestra como un perfeccionista.
- Los 15 constituyen una zona de madurez vulnerable, por diversas razones.
- Tres rasgos de madurez, estrechamente entremezclados:
 - 1.- Creciente conciencia y perceptibilidad del yo, iniciada antes
 - 2.- Un naciente espíritu de independencia
 - 3.- Lealtad y adaptación a los grupos: hogar, colegio, comunidad
- La tendencia a separarse del círculo familiar es cada vez mayor.
 - A veces se van sin despedirse y llegan sin saludar, replegados sobre sí mismos.
 - Los hay que mantienen con sus padres una especie de guerra fría.
 - El portazo es el símbolo de la rebelión del adolescente contra los vínculos familiares.
 - Esta actitud obedece, a veces, a que piensan que sus padres tienen una idea equivocada de ellos.
- Siente que está creciendo y necesita manifestar su espíritu independiente, especialmente por la noche. Trata de superar la dependencia indebida del control paterno.

- Todo este espíritu de independencia ha de ser comprendido en función de su desarrollo individual.
 - Se siente afectado por las presiones colectivas, aunque sabe que no le queda más remedio que adaptarse a ellas, por el momento, a la vez que es consciente del grupo, sea familiar, escolar o comunitario.
- Pero, a pesar de este espíritu de independencia, no trata de renegar de su familia. Cree que son compatibles su independencia y el amor a la familia.
 - Quizás sean los padres los que menos comprenden esta realidad.
 - Por eso, experimenta una angustiada desazón, cuando sus padres no se llevan bien.
- “La quiebra de los 15” = especie de síndrome característico de un breve periodo de desaliento, motivado por una crítica desordenada ante una tarea tan ardua que tiene por delante.
 - De ahí la necesidad de ayuda que necesita en estos momentos. Si llega y es eficaz, será muy útil para el adolescente de 15 años, él sabe que la necesita.
- Para él la educación sería resolver los problemas generales que experimenta, de la mejor forma posible.
- Le gusta reflexionar y meditar para buscar las soluciones a tantos problemas y dudas que le asaltan.
- Hay que saber darle tiempo: saludarle, a veces, con la misma frialdad e indiferencia que él lo hace, para obligarle a reflexionar sobre su conducta.
 - A veces, se siente incapaz de superar esa actitud de aislamiento que experimenta; por eso, responde con monosílabos y en voz baja.
 - No quiere que le pregunten sobre sus asuntos.
- Le interesa mucho su propia personalidad; por eso, se siente interesado ante la información recibida a este respecto.
 - Quiere encontrarse a sí mismo
- En cuanto al desarrollo físico, pocos cambios profundos experimenta, pues ha alcanzado ya casi el 95% de su estatura de adulto.
- Aseo: Las chicas suelen ser algo más responsables que los chicos, pero hay que insistirles para que cuiden ese aspecto de sus cuerpos.
- Hoy hay que hablarles de la Anorexia (falta anormal de ganas de comer) y de la Bulimia (hambre canina).
- A la vez que se interesa por sí mismo, desea llevarse bien con los demás, incluidos sus padres. Piensa mucho en ellos, aunque no se lleven muy bien.
- Le importa la seguridad y la paz para sí y para el mundo.
- Su deseo de mejorar cada día hace que, a veces, se sienta deprimido, cuando no logra conseguir lo que desea.
- Uno de los problemas más graves con los padres se refiere a las salidas nocturnas, a la hora de salir y regresar.
- Con sus hermanos se lleva mejor, no solo con los menores -lo que era ya evidente antes- sino con los mayores, que pueden llegar a ser camaradas.
- Los amigos son de gran importancia, como antes. Los grupos suelen ser numerosos. Las chicas buscan más la confianza entre ellas, que los chicos entre sí.
- Su sentido ético es más definido que antes. Es consciente de las normas establecidas, que solo desea infringirlas, si se siente herido con la sociedad porque le ha maltratado.

- Distingue perfectamente lo bueno de lo malo y su conciencia le reprocha lo que ha hecho mal.
- Suele decir la verdad, aunque a veces la oculta porque cree que no le comprenden.

EL ADOLESCENTE DE 16 AÑOS

- El ciclo iniciado a los 11 años alcanza su culminación a los 16, para desenvolverse hasta los 21 en la madurez total: 10-11 años →→→→→16 años →→→→→21 años.
- Posee cada vez mayor confianza en sí mismo y una mayor autonomía. Parece haber alcanzado la independencia soñada.
- Desea que sus padres sigan su camino y que le dejen a él seguir el suyo: “No os preocupéis por mí”, dice con frecuencia.
- Es más tolerante con la gente, la cual le interesa enormemente. Por eso, es la edad de las fiestas informales, excursiones y reuniones para escuchar música, bailes, etc.
- Los chicos cultivan la amistad en base a intereses comunes, en diversas actividades. Las chicas buscan la(s) amiga(s) confidencial(es), a la(s) que pueden contarle todo.
- Prefieren la compañía de sus amigos a la de su familia. Las relaciones con los hermanos han mejorado, sobre todo con los mayores.
- Comienza a pensar en el futuro, tanto profesional como de proyectos de matrimonio, aunque esto último más las chicas que los chicos (¿no ha cambiado algo esto hoy?).
 - Los chicos piensan en carreras de ciencias, ingenierías, derecho, medicina...
 - Las chicas prefieren las carreras artísticas, la psicología infantil y la enseñanza.
- Controla u oculta mejor sus emociones, como efecto social (está mal visto en los chicos, sobre todo, manifestar sus emociones).
 - Controla también mejor la cólera y la ira
- Asume las normas de conducta como una realidad social, aunque descubre, con frecuencia, que esas normas son rígidas.
- La vida del adolescente de 16 años es generalmente alegre y plácida. Se enfrenta a ella con interés y desenvoltura. Es optimista.
- Comienza a convertirse en un yo independiente. No le gusta recibir consejos de sus padres, generalmente porque considera que no le comprenden y que están alejados de su mundo.
- Siente una fuerte orientación hacia su propio ser, lo cual no es necesariamente un síntoma de egoísmo, sino de afianzamiento, de independencia y autonomía.
 - Es el momento idóneo para hacerle ver que esa orientación es totalmente compatible con la solidaridad hacia los demás, hacia la que -paradójicamente- se siente inclinado por naturaleza.
- Comienza a interesarle la simple amistad con el otro sexo, pero conservando su independencia emocional, para no sentirse atado.
- Generalmente distingue, con facilidad, lo que está bien de lo que está mal, y desea actuar conforme a lo que él, personalmente, piensa y siente. Cuando no se siente seguro, suele dejarse arrastrar por lo que hacen los demás, y en especial, sus amigos.