**PATRONATO SAN ANTONIO **

**Orientación Documento 2**

**APOYANDO A NUESTROS PADRES Y APODERADOS**

**LA P U B E R T A D 10 a 13 años**

Bienvenidos papás a los cambios!!! Si… porque es a ustedes que les tocará vivir, disfrutar ( sufrir) de esta etapa de vuestros hijos, hijas y sus cambios!!! Ya no es la niñita que jugaba a las muñecas y el niño que pasaba peloteando la pelota… han comenzado los cambios . Tampoco es igual en un hijo que en otro. Ni lo que le pasó a usted o a sus amigos de le época.

Bueno… esta etapa se caracteriza por cambios muy rápidos que alteran las formas y el funcionamiento biológico infantil para pasar al funcionamiento biológico adulto. Es un momento crítico dentro del desarrollo que sorprende tanto a los niños como a los adultos. Van cambiando notablemente las formas infantiles de su cuerpo y esos cambios biológicos permitirán el desarrollo de una nueva manera de ser y de estar en el mundo.

**DESARROLLO FISICO** : se produce un notable estirón y nueva distribución y engrosamiento de tejidos de acuerdo a su sexo; esto se debe a la incorporación de las hormonas sexuales que cumplen un rol muy importante en el proceso de crecimiento y que son el resultado de los cambios de humor, de movimientos (energía y languidez) y aumento del apetito

**DESARROLLO COGNITIVO** : La memoria y el pensamiento se enriquecen. Son capaces de establecer relaciones y reflexiones entre ideas, sacar conclusiones, entender el significado de las cosas. Se amplía el desarrollo del intelecto.

**DESARROLLO AFECTIVO Y SOCIAL**: Los púberes se centran más en ellos mismos siendo difícil el acceso a sus sentimientos y modos de pensar, ya que ni ellos mismos se entienden. A la vez experimentan un retraimiento que hace difícil el contacto y la comunicación con ellos. Socialmente se sienten mejor con sus pares lo que provoca distanciamiento de los padres y posibles conflictos. Comparten gustos, deportes, música y distracciones con sus amigos y muchas veces confidencian sus problemas con ellos.

**BIOLOGICAMENTE:** Cada sexo va adquiriendo sus caracteres propios llamados caracteres sexuales primarios y secundarios. Los primeros se refieren a los genitales y glándulas sexuales de cada género. Los segundos se refieren a las características físicas y psicológicas propias de cada sexo producto de la actividad hormonal

En las niñas se redondean las caderas, aparecen vellos en las axilas y pubis, desarrollo de sus pechos y los ovarios se encargan del crecimiento de los folículos que contienen los óvulos; engrosamiento de la vagina y útero. Sin duda lo más característico es la menstruación.

En los varones hay crecimiento de genitales (testículos y pene), cambio de voz, aparece vello en el pubis, axila, cara. Comienzan a producir espermatozoides cuya emisión de líquido recibe el nombre de eyaculación.

**ESTADOS EMOCIONALES Y CONDUCTUALES**: Unidos a los cambios corporales aparecen, en los púberes, variaciones en sus comportamientos. Cambian de ánimo bruscamente, pasan de la actividad a la pasividad, de la alegría a la pena, de ser comunicativos a aislarse. Se sienten inseguros, con temores frente al juicio de los demás y frente a exponerse. Generalmente hay resistencia a la autoridad, a las normas lo que aumenta su inseguridad. Detectan defectos e inconsecuencia de los adultos volviéndose críticos de ellos y desafiantes,

Hay disminución del rendimiento escolar, se distraen fácilmente y por su instabilidad se cansan y aburren con facilidad cambiando así de actividades. También existe falta de concentración ya que otros intereses invaden su prioridad.

**QUE HAREMOS COMO EDUCADORES??** Recetas no hay porque todos los niños y niñas son diferentes. Sin embargo algunos consejos:

-Entender el cambio que viven---no dejarlos solos--- tener paciencia---ejercer autoridad para ayudarlos a controlar sus comportamientos---señalarles los puntos o situaciones en las que se les exige cumplimiento--- enseñarles las consecuencias lógicas que se desprenden de sus faltas de compromiso--- que los estudios son para ellos.as Evitar:” me trajo malas notas”.---poner límites cuyo sentido puede ser conversado con ellos---poner normas claras, firmes y afectuosas--- apoyo y comprensión---tener comunicación permanente--- crear situaciones de encuentro familiar entretenidas y variadas---enseñar con el ejemplo—quererlos mucho y demostrárselos.

**UNIDOS COLEGIO FAMILIA** Fuerza! profesora Gloria Comparini área formación