

# La realidad del adolescente hoy

**Pedro Santamaría Pozo**

La adolescencia es una etapa difícil y muchos de nuestros profesores han de enfrentarse a alumnos que pasan por ese momento evolutivo y que están escolarizados en los últimos cursos de Educación Primaria y de toda la Educación Secundaria. Enseñar a estos estudiantes no resulta siempre fácil, por eso es importante conocer algunas de los elementos que definen esta etapa evolutiva.

## LOS TRES MOMENTOS DE LA DOLESCENCIAL

Elementos definitorios:

### La adolescencia temprana, 11 ,12 y 13 años

- Suele aparecer el amigo íntimo, que aportará seguridad para enfrentarse al mundo exterior.
- Se conforma un grupo de amigos del mismo entorno, del barrio, del colegio, de la comunidad, con el que se mantiene relaciones a diario.
- El grupo suele ser del mismo sexo y de edades muy próximas.
- Son grupos reducidos, de 3 ó 4 amigos, bastante cerrados, que no suelen permitir la incorporación de nuevos miembros.
- Buscan entre sí vínculos de apoyo centrados en la seguridad, aunque aún no está demasiado arraigado el sentimiento de afecto. Suelen ser relaciones un tanto superficiales.
- El adolescente empieza a definir su identidad sexual.

### La adolescencia media 14 , 15 y 16 años

- Empieza a formarse la gran pandilla, de grupos mixtos, de chicos y chicas.
- Se da una confianza extrema a la lealtad y la confianza.
- Existe una gran obsesión por la valoración especial del líder.
- El adolescente se identifica con sus amigos de forma casi espectacular: se ve reflejado en ellos.
- Surgen las primeras relaciones en pareja.

### Adolescencia tardía 17,18 años

- La gran pandilla empieza a desintegrarse en grupos más reducidos con miembros de personalidades más afines.
- Ya no hay tanta preocupación por la valoración que se recibe de los demás, aunque sí se busca compartir preocupaciones y confidencias.

## EXCESOS DE ESTÍMULOS

Estamos ante una generación de jóvenes con muchos estímulos emocionales y a veces con personalidades excesivamente retadoras y poco empáticas, en algunos ca-

sos complicadas con el consumo de drogas (cannabis o alcohol).

Controlar comportamientos en el aula implica que el profesor y el centro educativo tengan herramientas suficientes, formación psicopedagógica y recursos para prevenir conductas agresivas o manejarlas cuando se están produciendo.

Los expertos insisten en que unas de las vías para conseguirlo es el fomento de las actividades deportivas. No hay que olvidar que este tipo de conductas disruptivas tiene mucho que ver con el aburrimiento: nos estamos encontrando con grupos de jóvenes que cometen delitos o que acosan a sus compañeros para recibir nuevos estímulos, en una vida que les resulta demasiado monótona, cómoda y aburrida. El exceso de estímulos externos que reciben fuera del aula provocados por el abuso de la televisión, Internet o las redes sociales, hacen que el día a día del aprendizaje resulte insoportable.

## GESTIÓN DEL TIEMPO LIBRE

La buena gestión del tiempo libre es hoy en día uno de los caminos para dar estabilidad a estas generaciones de chavales inmersos en la adolescencia. La familia ha de intentar dirigir y gestionar el ocio de los menores, evitando el abuso de las nuevas tecnologías y fomentando el deporte en sus hijos. Hace unas semanas pude asistir a un campeonato de un deporte que representa a mi juicio los valores que debemos de intentar inculcar desde el aula y desde la familia: el Triatlón. Este deporte exige dominio de la natación, la bicicleta y el atletismo y enseña a saber hacer transiciones entre una actividad y otra con el ritmo y el esfuerzo adecuados. Es como la realidad que actualmente nos rodea una sociedad «*express*», acelerada. Nuestros adolescentes deben aprender a controlar los ritmos, a ser constantes, a gestionar el coraje y las emociones.

Y el deporte es un camino para conseguirlo.

## PARA SABER MÁS

*La Tutoría día a día. Consejos y experiencias sobre la labor del tutor.* Jose Antonio Vázquez Valencia. Editorial Cep. *Diversidad con Calidad* . Editorial Ccs [www.gabinetepsicopedagogico.com](http://www.gabinetepsicopedagogico.com)

**Asesoría y Talleres: 91 447 14 00**  
(preguntar por D<sup>a</sup> Adelia Díaz)



**Buzón de sugerencias**  
[asesoriapedagogica@cdlmadrid.org](mailto:asesoriapedagogica@cdlmadrid.org)