

LA ADOLESCENCIA

- ***¿ Que es la adolescencia?***

R:\ El termino adolescente se deriva del verbo latino adoleceré que significa CRECER.

- Es una etapa de transición en el desarrollo del cuerpo y de la personalidad.
- Es un largo periodo de la vida, que va desde los 11 ó 12 años hasta mas o menos los 20.
- Es una etapa esencial de la vida que permite conquistar tu independencia, madurar tu carácter y formar tu propio esquema de valores y creencias.

- ***¿ Que es la pubertad?***

R:\ Es el momento en que la niña y el niño comienzan a tener cambios físicos para acercarse poco a poco a lo que será una mujer o un hombre. Se inicia así la prepubertad.

La pubertad termina alrededor de los 15 años ó 15 años y medio, cuando ya se esta en plena adolescencia.

- ***¿ Cuales son los cambios biológicos?***

R:\ El cambio biológico fundamental que se produce durante la adolescencia es la activación de la función reproductiva. Las manifestaciones externas, con excepción de los cambios de talla y peso, son signos de la evolución del sistema reproductivo por acción de las hormonas sexuales.

- ***¿ Cuáles son los cambios físicos durante la adolescencia?***

R:\ En los muchachos aumenta el tamaño de los genitales; aparece el vello en el pubis, axilas y cara; la voz se le vuelve mas grave. En las muchachas se desarrollan mas, aparecen vellos en las axilas y pubis y se inicia la primera menstruación.

- ***¿Cuál es el desarrollo sexual?***

R:\ El desarrollo sexual y reproductivo se exterioriza por las modificaciones en los genitales externos y por la aparición y evolución de los caracteres sexuales secundarios.

- ***¿ Qué factores hormonales influyen en la adolescencia?***

R:\ Son el rasgo principal de la pubertad, ya que las hormonas son las inductoras de los caracteres sexuales secundarios.

- ***¿ Qué función tienen las hormonas?***

R:\ Tienen dos funciones generales bien establecidas y válidas para ambos sexos: una organizativa, propia del desarrollo evolutivo, con la pubertad como momento álgido, y otra excitativa, relacionada con las funciones sexuales de la edad adulta.

- ***¿ Cambios sexuales y psicosociales?***

R:\ Muy temprano, en los primeros años de la adolescencia, tanto los años como las fantasías de carácter erótico se hacen mas frecuentes y de contenido sexual más explícito y concreto. Ahora los deseos sexuales son continuos y los originan personas concretas y conocidas.

• **¿ Sentirte bien con tu cuerpo que significa?**

R:\ * Sentirte contento.

Aprender a ser tu mismo y aceptarte tal como eres.

Cuidarte y hacer lo necesario para estar en la mejor forma.

• **¿ Que preocupa a los adolescentes con relación con su cuerpo y sexualidad?**

R:\ son varias preocupaciones:

- La estatura
- El tamaño de los órganos genitales
- Las eyaculaciones
- Las erecciones
- La masturbación
- Las relaciones sexuales
- La homosexualidad

• **¿ Que intranquilidad tiene los adolescentes con concomitancia con su cuerpo?**

R:\ Son varias las preocupaciones:

- La primera menstruación
- La apariencia física
- El tamaño de diferentes partes del cuerpo

• **¿ A que se debe la aparición del acné?**

R:\ Las glándulas sebáceas, cuya misión consiste en producir una especie de grasa que mantiene la piel tersa y sana.

En este momento producen mucho mas grasa de que en realidad necesita la piel.

• **¿ Que es el acné?**

R:\ Es una especie de tapón de sebo formado en conjunto de las glándulas sebáceas.

• **¿ Cómo se llaman las hormonas responsables de esta variedad de cambios?**

R:\ La hormona femenina se llama estrógeno, la hormona masculina testosterona.

A estas modificaciones en los aparatos sexuales se les denominan características primarias.

• **¿ Cuales son las características sexuales secundarias que se manifiestan en la niña?**

R:\ Crecimiento de bello pubico y axilar, desarrollo de los senos, el incremento del ancho y profundidad de la

pelvis etc.

• *¿ Cuales son las características sexuales secundarias que se manifiestan en niño?*

R:\ En el adolescente hombre, la aparición de bello facial. Esta es una de las primeras señales que advierten la aparición de los demás cambios.

• *¿Cuál es la diferencia entre pubertad y adolescencia?*

R:\ Los problemas de la adolescencia son diferentes a los de la pubertad.

Como acabamos de verlo, la pubertad se puede definir en términos fisiológicos: la menstruación y las primeras emisiones de semen son los dos polos.

Por el contrario la adolescencia es un periodo largo que nuestra sociedad, puede durar varios años, a veces de 8 a 10 ó más.

• *¿ A que edad comienzan a sentirse necesidades sexuales?*

R:\ Un observador distraído podría creer que un niño de 10 años no muestra interés por el sexo: Ya no juega al <<MEDICO>> ni <<AL PAPA YLA MAMA>> y aparentemente ya no le interesa explorar su cuerpo.

• *¿ Qué cambios emocionales y de conducta acompañan a los físicos?*

R:\ Los cambios hormonales despiertan el deseo sexual. Estos también son responsables de los estados de ánimo de los adolescentes, característica de esta edad. La incapacidad o extrema resistencia a adaptarse a los cambios de perspectiva producen depresión y, a veces, apatía. Por el contrario, hay momentos en que una intensa energía física conduce a entusiasmo desbordante respecto a ciertas actividades o causas sentidas también intensamente.

• *¿ Hay que dedicarle todo el tiempo al trabajo?*

R:\ No. Hay un momento para jugar y otro para trabajar. El juego no solo desarrolla la curiosidad, la imaginación y la inteligencia, sino que también es una buena escuela, de disciplina y sociabilidad.

• *¿ Porque los hombres no son como las mujeres?*

R:\ * Él niño de 10 años conoce la diferencia entre los dos sexos, sabe que un niño y una niña son diferentes por sus órganos sexuales, la familia, la anatomía y su comportamiento psicológico.

* Él niño desde la infancia se muestra naturalmente combativo, mas fuerte, más emprendedor y más osado, mientras que la niña más suave, mas paciente, se dedica a trabajos manuales.

• *¿ Porque uno se interesa en la sexualidad cuando tiene 15 que cuando tiene 10?*

R:\ Él niño de lo que vive muchas experiencias, por lo tanto vive en equilibrio:

- En su medio familiar
- En su medio escolar
- En su grupo de compañeros

La pubertad despierta el instinto sexual adormecido desde varios años atrás.

Con este despertar se inician transformaciones profundas que afectan todos los aspectos de la personalidad: el cuerpo, el espíritu, el corazón.

- ***¿ Que significa la menstruación a nivel psicológico?***

R:\ La primera menstruación constituye un gran acontecimiento para la niña. La niña sabe que se trata de un hecho positivo que traduce formalmente su paso de la infancia a la adolescencia.

Es importante subrayar que en ningún caso la niña debe considerar su primera menstruación como algo sucio. Tampoco debe perturbar las actividades.

- ***¿ Cuales son las primeras manifestaciones de la llegada de la pubertad en un niño?***

R:\ Son las primeras emisiones del semen.

En la niña por un fenómeno indiscutible: la menstruación.

Este problema preocupa mucho a los adolescentes, en nuestra sociedad es más fácil afirmar que una niña es púber, la menstruación es prueba de ello. Para el muchacho la prueba irrefutable que signaría su pubertad puede producirse tardíamente, o quizás la mantiene en secreto.

Las transformaciones del cuerpo, de los órganos sexuales, la aparición de los órganos en el pubis, y en la axila puede hacerse sospechar al muchacho que a llegado la pubertad.

- ***¿ Los adolescentes pueden procrear tan pronto como se producen las primeras emisiones de esperma y la primera menstruación?***

R:\ En principio si, porque estos fenómenos significan que hay fabricación de espermatozoides y de óvulos.

- ***¿ Sólo el cuerpo se transforma en la pubertad?***

R:\ Hasta los 11 ó 12 años la estatura de los niños apenas aumenta unos 4 cm al año.

Pero de pronto se activan las secreciones de las glándulas sexuales, los púberes crecen 10 ó 12 cm.

El cuerpo se impulsa para llegar a su forma y tamaños definidos.

- ***¿ Porque en esta época se vuelven tan importantes en algunas cosas, la diferencia entre los jóvenes?***

R:\ Porque la edad de la pubertad no es idéntica en todos. Tanto el comportamiento, como la estatura pueden variar en proporciones considerables de un niño a otro.

- ***¿ Que es la pubertad precoz?***

R:\ Las transformaciones del cuerpo ocurren 2 ó 3 años antes de la edad acostumbrada. El adolescente que a crecido demasiado sufre por lo ridículo de su silueta y se encorva para quedar a la altura de sus compañeros.

- ***¿ Que es la pubertad atrasada?***

R:\ Es causa de muchas angustias en los jóvenes. Hay niños de 15 ó 16 años en quienes la pubertad se manifiesta tardíamente.

- ***¿ Porque el adolescente se muestra con frecuencia insatisfecho con su cuerpo?***

R:\ Las transformaciones del cuerpo siempre se plantean al adolescente un problema difícil de adaptación.

El adolescente debe aceptar la transformación de su cuerpo infantil en cuerpo de hombre o mujer.

- ***¿ Que aspectos básicos pierde el adolescente de la infancia?***

R:\ Su cuerpo de niño, su identidad infantil y su relación dependiente con los padres.

- ***¿ Que estados de ánimo presentan los adolescentes?***

R:\ Nos volvemos susceptibles, irascibles e irracionales.

- ***¿ Que hay que hacer para ser amados y admirados?***

R:\ Motivados por la necesidad de gustar, empiezan a buscar un estilo original, no piensan sino en la forma de vestir, se dedican a buscar el objeto que puede dar realce a su personalidad.

- ***¿ Que es personalidad para el adolescente?***

R:\ Ser divulgado por todos.

- ***¿ Porque muchos jóvenes tienen granos en el rostro y en la espalda? ¿ Es cierto que estos desaparecen al llegar a la edad adulta y al tener relaciones sexuales?***

R:\ El acné juvenil párese estar relacionados con la fasa de las hormonas secretada por las glándulas sexuales.

En la pubertad estas sustancias químicas que desencadenan las modificaciones físicas y sexuales, circulan por la sangre en cantidades muy elevadas.

- ***¿ Que es la masturbación?***

R:\ Es cuando acaricia sus propios órganos genitales para procurarse un placer sexual.

- ***¿ La masturbación del adolescente es idéntica ala de niño y el bebe?***

R:\ No, se diferencia en dos puntos esenciales:

En el bebe es provocada por causas externas (aseo, pañales) mientras en el adolescente traduce una aceleración del motor sexual, la cual se produce en respuesta a la acción de la glándula hipofisiaria que contrae las glándulas sexuales.

Solo la masturbación del adolescente puede conducir a la eyaculación.

- ***¿ La masturbación tiene consecuencias molestas?***

R:\ Es un echo frecuente en la sexualidad del adolescente. Muchos se masturban para calmar una tensión sexual que puede producirle dolor intestinal.

En el placer solitario los jóvenes desbordan su imaginación.

- ***¿ La etapa de la masturbación termina por si sola?***

R:\ Debería desaparecer por si sola hacia los 16 ó 17 años, sin embargo los adolescentes grandes, e incluso hombres adultos continúan practicándola, porque en algunos casos es difícil adquirir o abandonar los hábitos.

- ***¿ La masturbación aumenta o disminuye el tamaño del pene?***

R:\ Ni lo uno ni lo otro. Los últimos experimentos realizados por los científicos norteamericanos han demostrado que la dimensión del pene no tiene ninguna relación con el tamaño o la fuerza física de un muchacho.

- ***¿ Si esto es así, porque se arma tanto escándalo acerca de la masturbación?***

R:\ Durante muchos siglos los científicos consideraron la masturbación como un vicio terrible. Sé decía que causaba tuberculosis, locura y parálisis.

- ***¿ Es peligrosa la masturbación para la vida psicológica?***

R:\ La masturbación no reviste sino pasa de ser una etapa en el desarrollo sexual.

- ***¿ Porque hay niñas de 14 años que tienen relaciones sexuales?***

R:\ Ellas no siempre buscan placer, se sienten solas, les falta cariño o creen que les falta afecto. Necesitan asegurarse de que son capaces de gustar.

- ***¿ Que nos comienza a atraer?***

R:\ Él sexo.

- ***¿ Porque un adolescente es tan difícil entenderse con la familia?***

R:\ Una vez que se ha lanzado a la conquista de la independencia, el adolescente afirma su personalidad mediante dos actitudes esenciales:

La oposición y la identificación.

Se niega a dejarse guiar en la elección de sus amigos, de sus lecturas, de sus diversiones o de sus opiniones políticas.

- ***¿ Los padres siempre comprenden?***

R:\ Algunos padres sufren al ver que la atmósfera a cambiado, no tienen estas actitudes de rebeldía, arrogancia e impaciencia.

- ***¿ A que temen los padres?***

R:\ Con frecuencia al camino que conduce la independencia y a la libertad, esta lleno de trampas.

Un ejemplo de estos es el problema de la droga.

- ***¿ Que debe saberse sobre los padres?***

R:\ Que nos aman, que nos dan la libertad de crecimiento y buscan lo mejor para nosotros.

- ***¿ Cómo debemos recibir información acerca del sexo?***

R:\ Por medio del diálogo intimo entre el joven y sus padres.

- ***¿ Cómo podemos nosotros (las demás personas) ayudarlos?***

R:\ Primeramente darles comprensión, ánimo y consejos, y comentar con él en forma positiva todos los problemas fisiológicos y psicológicos propio de esta época de la vida.

- ***¿ Entonces para convertirse en un hombre es indispensable oponerse a su medio familiar?***

R:\ Para afirmarse, el adolescente puede sentir la necesidad de oponerse al medio familiar con el fin de tomar mejor sus distancias frente a compromisos que se le quieren imponer.

- ***¿ Cuándo se convierte el adolescente en adulto?***

R:\ atraves de estas pruebas, experiencias y rechazos, atraves de estas actitudes desafiantes, de la emulación de sus modelos, atraves de sus errores, sus progresos, y sus atrasos, el adolescente se convierte en hombre.

- ***¿ Por que se drogan los adolescentes?***

R:\ Se drogan para relajarse, para llegar a la euforia, pero sobre todo para escapar de las dificultades importantes de este periodo de la vida.

- ***¿ Cómo se llega a la drogadicción?***

R:\ Aquel muchacho que es ignorado por los padres, relegado para lo último, con necesidad de amor... con carencia de comunicación entre sus progenitores... buscando amor por doquier...

- ***¿ Cómo afecta esto a los adolescentes?***

R:\ Destruyendo sus hogares, sus relaciones intrapersonales entre amigos.

- ***¿ Que son las drogas?***

R:\ Son sustancias psicotrópicas que degeneran el subconsciente.

- ***¿ Y el temor al SIDA?***

R:\ Él temor del SIDA esta plenamente justificado hoy en día. Sin embargo, hay que tener en cuenta de no utilizar el fantasma del SIDA para impedir que los adolescentes tengan relaciones sexuales.

- ***¿ Debemos evitar mirar esos álbumes de ilustraciones eróticas o esos libros pornográficos que siempre miramos a escondidas?***

R:\ Los adolescentes que leen estos libros o miran estos desnudos eróticos, lo hacen por 1 de 3 razones esenciales:

Buscan satisfacer una necesidad de temas sexuales, que no pudieron saciar en la infancia.

Quieren penetrar en los secretos de los adultos en materia de sexualidad.

Desean estimular la imaginación mientras practican la masturbación.

- *¿ Porque nuestros padres no nos dejan en libertad de escoger a nuestros amigos?*

R:\ Muchos padres creen que sus hijos sean llevados a cometer malas acciones, o que adquieran malas costumbres.

- *¿ Que hace el adolescente con la libertad?*

R:\ La convierte en libertinaje.

- *¿ Que clase de independencia quiere el adolescente?*

R:\ Que no le impongan responsabilidades.

- *¿ A partir de que momento deja de ser posible una sencilla amistad entre un hombre y una mujer?*

R:\ Es fácil responder que el deseo de gustarse y seleccionar con el sexo opuesto coincide con el despertar sexual de la pubertad.

- *¿ Los motivos para tener relaciones sexuales son iguales en los muchachos que en las muchachas?*

R:\ No. El deseo que conduce aun muchacho y a una muchacha a besarse y acariciarse, no siempre tiene el mismo significado en ella que en él.

- *¿ Puede un muchacho tener su primera experiencia con una prostituta?*

R:\ Algunos tienen sus primeras relaciones sexuales con prostitutas. Sin embargo, esta experiencia no es positiva.

- *¿ Hay algún inconveniente en las caricias precoces?*

R:\ Las caricias precoces son, para el joven adolescente, un progreso respecto a la masturbación, que por definición es un acto solitario, porque les permite entrar en relación con el sexo opuesto.

- *¿ A que edad puede uno tener relación sexual? ¿ Es cierto que a nuestra edad las relaciones sexuales sólo tienen inconvenientes?*

R:\ Las relaciones sexuales entre los adolescentes han aumentado considerablemente desde los años 60.

Y si bien era cuantioso en esa época el número de hombres y mujeres que ya habían tenido relaciones sexuales.

En algunos las relaciones sexuales hacen desaparecer obsesiones, permiten superar los temores de homosexualidad.

Sin embargo esto no resuelve los números de problemas que plantean las relaciones sexuales a esta edad.

- *¿ Además que riesgos tienen las relaciones sexuales precoces?*

R:\ Además de los riesgos de contraer una enfermedad que aumenta día a día, estas relaciones podrían llevar a los hombres a buscar solo el placer.

- *¿ Que preguntas se hacen los adolescentes?*

R:\ ¿Quién soy?, ¿Para donde voy?, ¿Soy normal?, ¿soy bien hombre?, ¿Soy bien mujer?, ¿ Comenzaras a compararte con tus compañeros del mismo sexo en los signos del despertar sexual y en los cambios físicos, oirás algunos adultos hablar de lo difícil de esta etapa y desde luego, te preguntaras:

¿ Porque es tan difícil crecer?.

- *¿ Los cambios acelerados que provocan en ti?*

R:\ Procuran ansiedad, inquietud y muchos interrogativos.

- *¿ Durante la pubertad tu cuerpo experimenta los cambios que señalaran tu desarrollo sexual? ¿Cómo se originan estos cambios?*

R:\ Su origen exacto es hasta ahora desconocido. Se sabe que todo el proceso surge a partir de 2 órganos internos del cerebro: el hipotálamo y la hipófisis.

- *¿ Mientras fuiste niño cuales fueron tus órganos sexuales internos?*

R:\ Los ovarios en las niñas.

Los testículos en los niños.

- *¿ En que clase de especie estaban?*

R:\ Especie sé letargo.

- *¿ Al llegar a la pubertad el hipotálamo y la hipófisis envían mensajes particulares ¿a quienes?*

R:\ A los testículos y los ovarios para que se activen y comiencen a producir hormonas sexuales.

- *¿ La libertad se sitúa al final de la infancia y comienzo de la adolescencia ¿ cómo la han llamado algunos actores?*

R:\ La han llamado preadolescencia y a los que la inician candidatos a la adolescencia.

- *¿ Quiénes maduran primero?*

R:\ Las mujeres.

- *¿ Que factores afectan le balance lento o rápido del desarrollo físico y emocional?*

R:\ La herencia, la constitución, las influencias ambientales, las enfermedades.

- *¿ Desde el punto de vista psicológico y social, que son la preadolescencia y la adolescencia?*

R:\ Son el estado intermedio entre la infancia y la edad adulta y el individuo debe cumplir ciertos requisitos para llegar a esta ultima etapa.

- *¿ Que valores dan la oportunidad de vivir experiencias individuales?*

R:\ Ensayar, probar y adquirir.

- *¿ Que experiencia deben someterse todos los jóvenes, sin culpas, ni prohibiciones adultas?*

R:\ Mirar, soñar, sentir y acercarse a la persona que le interesa.

- *¿Cuál es la única opción para hacernos conflictos frente al problema del noviazgo?*

R:\ La única opción es la educación.

- *¿ Si has tenido una información honesta y clara sobre aspectos biológicos y psicológicos de la sexualidad que actitud asumirías?*

R:\ Asumirías una actitud positiva frente al sexo y te valoraras como persona tomando decisiones responsables.

- *¿ Que es lo que un adolescente debe decir ante una situación?*

R:\ Debe decir no cuando quiera decirlo o cuando halla inseguridad, dudas o temor.

- *¿ A medida que se va desarrollando el joven que aprende a conocer y a reconocer?*

R:\ aprende a conocer y a reconocer al otro, a determinar si el sentimiento es amor o si solo estuvo enamorado del amor; poco a poco el temor del acercamiento hacia el otro sexo aminora o desaparece y adquiere nociones de autoestima y afirmación personal.

- *¿ Toda atracción arrolladora hace que los jóvenes expresen sus sentimientos ¿en qué frases?*

R:\ Frases como:

Me siento flotando en el aire

Estoy con la cabeza en las nubes

Me trae de cabeza

- *¿ Cómo no es raro ver a un adolescente?*

R:\ No es raro verlo distraído, enamorado, mas preocupado por su apariencia física, mas unido que nunca a grupo de amigos y cada vez más distante del mundo de los adultos.

- *¿ La relación de noviazgo es muy importante para el adolescente?*

R:\ Sí. Ya que contribuye a que acepte su cuerpo e identidad sexual; hace posible refinar el erotismo inicial y dar paso a la ternura.

- *¿ Porque se dice que el amor embellece?*

R:\ Porque el joven se siente bello ante él y ante el otro, con lo que mejora su imagen personal.

- ¿ *Que ilusión tiene un adolescente?*

R:\ La ilusión es crear un nuevo mundo para la expresión del amor.

- ¿ *Que hace la expresión del amor?*

R:\ Hace que al preadolescente y el adolescente se llenen de positivismo.

- ¿ *Él amor a que contribuye?*

R:\ Contribuye igualmente al desarrollo de la personalidad.

- ¿ *Qué es el amor?*

R:\ Él amor es una manifestación emocional placentera que hace que el individuo se sienta atraído por otro ser humano y trate de comprenderse con él.

- ¿ *Porque sufren los adolescentes frente al amor?*

R:\ Sufren porque creen que el amor es eterno, que solo es cierto el primer amor, que uno no se enamora solo una vez en la vida.

- ¿ *Que es el amor romántico?*

R:\ Es todo lo anterior, también es que las personas van en busca de la persona IDEAL a lo largo de la vida y se enamoran y se desenanoran y no por ello el amor pierde su encanto y su potencial.

ALGUIEN DICE ÉL AMOR NO ES ÉL PRIMERO SINO ÉL ULTIMO

- ¿ *En que consiste la realidad biológica?*

R:\ Es todo aquello que tiene que ver con tu cuerpo; es necesario que lo conozcas y aprendas a comprenderlo y aceptarlo.

- ¿ *En que consiste la realidad psicológica?*

R:\ Es lo que se relaciona con sus sentimientos, deseos, aspiraciones, habilidades y capacidades, que te hacen ser lo que eres.

- ¿ *En que consiste la realidad social?*

R:\ Todas las enseñanzas y comportamiento que te transmite el grupo social en el que te desenvuelves.

- ¿ *En que consiste la diferencia sexual?*

R:\ Consiste en establecer si alguien es hombre o mujer, en las características que tienen que ver con el hombre son llamadas masculinas, o al concerniente a la mujer femenina.

- ¿ *Que es el sexo?*

R:\ Es un termino que se refiere a lo biológicos decir al cuerpo: somos hombres o mujeres, dependiendo de nuestros órganos sexuales.

- *¿ Cuáles son los problemas que en la sociedad de esta época afectan a los adolescentes?*

R:\ Las drogas, el alcohol, los embarazos indeseados y la prostitución.

- *¿ Cuándo termina la adolescencia?*

R:\ Termina cuando se logra el completo desarrollo del cuerpo y cuando el individuo esta psíquica y socialmente preparado para asumir las funciones del adulto.

CONCLUSIONES

- Evitemos las malas compañías y los malos pasos.
- No caigamos en las drogas.
- Evitemos llegar a la prostitución.
- Busquemos el bien no el mal o sea busquemos a DIOS y no a satanás.
- Si vamos a tener relaciones sexuales protejámonos sobre todo las mujeres.
- Si queremos saber de sexualidad preguntemos sin pena porque la sexualidad es algo muy normal.
- Escuchemos los buenos consejos de nuestros padres porque son para nuestro bien.
- Estudiemos sobre la sexualidad para estar bien informados de ella porque es muy necesario.
- No busquemos el mal camino de la vida porque nos podríamos arrepentir.
- Preguntemos a nuestros padres de sexualidad y ellos sabrán respondernos.
- La droga es mala para nuestra salud no la consumamos.
- El amor es muy bello hay que aprovecharlo.
- La prostitución es peligrosa cuídate.
- Si vamos a tener relaciones sexuales por placer mejor cuidémonos porque podría haber un embarazo no deseado o alguna enfermedad venérea.
- Fomentando la salud mental de los niños y los adolescentes se previene la drogadicción.
- Las actitudes u comportamientos de los padres y maestros son determinantes de la formación de la personalidad de los adolescentes.
- La salud mental debe fomentarse en los niños y jóvenes reforzando las actitudes positivas y manteniendo la comunicación entre padres e hijos.
- La drogadicción no es el resultado de factores aislados y extraños: tienen relación directa con la salud mental de la persona.
- Para contribuir a la construcción de una sociedad física y mentalmente sana diga no a la droga. Diga sí a la vida.
- El farmacodependiente requiere de tratamiento medico y psicológico, además del apoyo de la familia y de los amigos.
- Descubrir a tiempo los primeros pasos hacia la drogadicción puede evitar que el joven caiga al abismo de la droga.
- No es la aparición aislada de signos extraños lo que indica drogadicción, sino la conjugación de varios de ellos dentro de un medio que favorece la aparición del problema.
- Si hemos descubierto que un hijo, un alumno o un amigo ha experimentado o se esta iniciando en la droga, conserve la calma, ¡ no se excite !, ¡ no dramatice !, ¡ no amenace ! el pánico o la furia solamente empeoran el problema y producen distanciamiento.
- El análisis de estos factores es muy importante porque indicará a los padres y maestros la forma de tratar al muchacho para ayudarlo a recuperarse y si requiere de tratamiento medico o psicológico.
- Los padres, los maestros y la comunidad deben escuchar y dar confianza a los jóvenes y actuar con firmeza para prevenir malos pasos como la drogadicción.
- No tratemos a la mujer como un objeto sexual porque ellas también son personas.
- La vida de un adolescente esta llena de sorpresas e inquietudes.
- Los adolescentes no debemos masturbarnos tanto porque nos puede traer dolores.
- En esta etapa el joven pretende independizarse de la familia para buscar sus propias amistades.

- Al adolescente todo lo cansa, todo lo irrita. El ambiente familiar parece ahogarlo.
- En él nace una serie de interrogantes, mil preguntas crean una actitud de ansiedad y preocupación.
- En el adolescente ocurren aspiraciones de persona adulta.
- Él muestra marcada tendencia a adoptar opiniones contrarias a las admitidas por el medio familiar.
- A ratos se siente solo e incomprendido, especialmente cuando encuentra actitudes autoritarias por parte del mundo de los adultos.
- Los profesores pueden convertirse para los jóvenes en un patrón de conducta digno de imitar.
- En la adolescencia se presentan numerosas y crecientes exigencias y restricciones del exterior.
- Tiene que elegir algunas presiones como: elegir ocupación para toda la vida, debe elegir y seguir sus estudios.
- Debe romper los lazos emocionales con su familia.
- Debe elegir un compañero (a) de vida.
- Los padres de familia y los educadores son una ayuda invaluable para que dichas decisiones se tomen en forma sabia y prudente.
- La adolescencia es un puente entre el niño y el hombre.
- Esta es una etapa llena de variabilidad e irregularidad.
- Esta fase de adaptación resulta difícil, larga y perturbada.
- Esta etapa es la búsqueda de su YO, de su personalidad.
- En esta fase hay que esperar con comprensión que el joven madure y se perciba como adulto.
- Hay que esperar que no se vea en inferioridad de condiciones frente al padre y renazca entre ellos una relación llena de confianza y amor.
- El amor se encuentra ligado a lo impulsivo.
- Esta etapa es difícil si el joven no encuentra en sus padres y en quienes lo rodean una adecuada comprensión y orientación.
- Este periodo está acompañado simultáneamente con una inseguridad personal que se traduce en timidez.
- Lamentablemente, nuestro sistema educativo concentra su acción más en la instrucción abstracta, alejada de la realidad de la vida y de las situaciones del joven, que en la educación y formación verdaderas.

