

DERECHOS Y DEBERES DE LOS Y LAS ADOLESCENTES:

Los y las adolescentes tienen derechos que conocer, exigir y defender, pero además, tienen deberes y obligaciones que cumplir.

Principales derechos de los y las adolescentes:

- ✓ Derecho a la Vida e Integridad y a la atención por el Estado desde su Concepción.
- ✓ Derecho a vivir en un ambiente sano.
- ✓ Derecho a su Integridad Personal: físico, psicológico y espiritual.
- ✓ Derecho a la Libertad
- ✓ Derecho a la Identidad: derecho al nombre, a adquirir una nacionalidad.
- ✓ Derecho a Vivir en una Familia.
- ✓ Derecho a la Libertad de Opinión
- ✓ Derecho a la Libertad de Expresión, de Pensamiento, Conciencia y Religión.
- ✓ Derecho al Libre Tránsito
- ✓ Derecho a la participación y la asociación
- ✓ Derecho a la Educación.
- ✓ Derecho a la Salud
- ✓ Derecho al Trabajo
- ✓ Derechos de Niños y Adolescentes Discapacitados



Principales deberes de los y las adolescentes:

- ✓ Respetar y obedecer a sus padres o responsables de su cuidado, siempre que sus órdenes no lesionen sus derechos o contravengan las leyes.
- ✓ Estudiar satisfactoriamente.
- ✓ Asistir a sus ascendientes en su enfermedad y ancianidad.
- ✓ Prestar su colaboración en el hogar, de acuerdo a su edad.
- ✓ Respetar la propiedad pública y privada.
- ✓ Conservar el medio ambiente.
- ✓ Cuidar su salud personal.
- ✓ No consumir sustancias psicotrópicas.
- ✓ Respetar las ideas y los derechos de los demás, así como las creencias religiosas distintas de las suyas.
- ✓ Respetar a la patria, sus leyes, símbolos y héroes.



LA ADOLESCENCIA



PROYECTO
"UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA EN ADOLESCENTES
ESCOLARES DE LIMA METROPOLITANA"

Contenidos: Ana María Acevedo Tovar – Luis Quispe Nuñez

Material producido por:



Proyecto ejecutado por:



LA ADOLESCENCIA

LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es un periodo de transición, una etapa en el ciclo de crecimiento que marca el final de la niñez y el inicio de la adultez.

Muchos/as adolescentes están en un proceso de definición de quienes son y qué quieren hacer en este mundo. A esto se debe que cambien su forma de vestir, sus peinados, sus gustos musicales y su apariencia personal. Sin embargo, en algunos/as adolescentes estos cambios son más bruscos que en otros/as.



A continuación te presentamos algunos de los cambios que ocurren en esta etapa:

El adolescente hombre pasan por cambios como: crecimiento del pene y testículos, aparición del vello (púbico, axilas, piernas y brazos) ensanchamiento hombros, engrosamiento de voz, aumento de estatura, etc.

La adolescente mujer pasa por los siguientes cambios físicos: ensanchamiento de caderas, aparición de la primera menstruación, crecimiento de senos y vello púbico, entre otros.

UNA MIRADA POSITIVA DE LAS Y LOS ADOLESCENTES

¿Todo es malo en la adolescencia?

No, en realidad solo son cambios, son diferencias.

Por ejemplo, si un/a adolescente fue criado teniendo en cuenta sus decisiones, en una familia democrática, no manifestará cambios abruptos respecto a su autonomía, por lo contrario desarrollará un perfil de líder o lideresa, debido a la confianza en sí mismo/a y tendrá un proyecto de vida claro.

Por otro lado, existen numerosas miradas negativas a la etapa Adolescente: indisciplina, egoísmo, irresponsabilidad, inconformismo, inactividad, crítica excesiva, vagos. Aunque no todos y todas las adolescentes responden a este perfil ya que también hay otras conductas como: emprendedores, apasionados, ilusionados, persistentes, optimistas.

Se piensa, seguro que tú también lo has hecho como padre o madre, que cuando nuestros hijos e hijas llegan a la adolescencia es sentir que tendremos problemas en casa (no has escuchado la frase “¡Socorro, tengo un hijo/a adolescente!”) y dejamos de lado importantes aspectos positivos y el logro de capacidades han ido logrando como su sentido crítico, entre otros.



¿Qué hacer con los y las adolescentes?

A continuación te sugerimos algunas pautas a seguir para mejorar la relación con nuestros hijos/as adolescentes:

- ▶ Educa con principios democráticos, teniendo en cuenta siempre su opinión: el/la adolescente debe sentir que tiene voz, ello va a prevenir futuros conflictos de rebeldía, y mejorará su sentido de independencia.
- ▶ Educa con valores, como el respeto y la responsabilidad: Los valores son una especie de estructura base; al igual que un edificio, con una sólida estructura inicial de base, podrás construir uno gigantesco, pero sin esa base todos tus intentos de construcción serán débiles y caerá en cualquier momento.
- ▶ Mantén una comunicación constante y confiable (sin críticas) desde muy pequeños. Los adolescentes necesitan ser escuchados y comprendidos; y en la medida de que hablemos de cosas cotidianas con nuestros hijos e hijas, podrán ser más las cosas que conocemos de ellos y valoremos lo que hacen.
- ▶ Enséñales a asumir las consecuencias de sus actos: Desde pequeños/as ellos/as deben de asumir las consecuencias de cada conducta que tengan.
- ▶ Conoce su círculo de amistades: Las amistades representan un factor importante en la vida de los y las adolescentes, crecer en valores hará que nuestros hijos e hijas prefiera un grupo de amistades que compartan sus valores.

Recuerda, durante la adolescencia:

El/la adolescente atraviesa por una fase de transición de la niñez a la adultez, lo cual genera cambios, en ocasiones abruptos, en lo físico, psicológico y social. Los padres también debemos buscar apoyo para orientarlos adecuadamente.

El/la adolescente desarrolla un sentido de “autonomía” como representación de ya sentirse un hombre o una mujer. Ello podría desencadenar la típica “rebeldía” dejando de lado su sumisión infantil.

El sentido de “pertenencia” hace que muchos/as adolescentes le dediquen más tiempo a su vida social, formando grupos según sus afinidades: misma vestimenta, música, pasatiempos.

Los y las adolescentes cuentan con derechos tales como: A la vida, Integridad y a la atención por el Estado desde su Concepción. A la libertad de Expresión, de Pensamiento, Conciencia y Religión. A la identidad. A la educación, salud y trabajo.

Los y las adolescentes también tienen responsabilidades, como respetar a los padres, estudiar y/o colaborar en las tareas del hogar. Todos, padres, madres e hijos/as somos parte de una misma familia.