



La etapa de la adolescencia se presenta para muchos padres como una situación de incertidumbre y preocupación

Sin embargo, una vez entendida como un proceso que forma parte de la vida, y sobre todo estando bien preparados para hacerle frente, puede ser entendida como una época de retos y de crecimiento personal.

Adolescencia: un libro para orientar a los padres

El libro escrito por **Teresa Artola González**, [Situaciones cotidianas de tus hijos adolescentes](#) (échale una ojeada en el anterior enlace), es una guía de referencia fundamental que ayudará a entender a los adolescentes y las situaciones que giran en torno a ellos.

En esta obra se abordan algunas de las situaciones y problemas cotidianos más comunes con los que se enfrentan muchos padres a la hora de educar a sus hijos y ofrece soluciones a los mismos. Se muestran a los padres las características del desarrollo y cómo surgen estos problemas entre las edades de los 12 hasta los 16 años. El libro se compone de seis capítulos y unas orientaciones pedagógicas finales para poner en práctica lo leído, y unas recomendaciones bibliográficas para profundizar en la materia.

El primer capítulo resume las transformaciones que experimentan los chicos y chicas adolescentes y define esta etapa como proceso, no como problema. Partiendo de este principio, la autora explica esta etapa como un camino de transición hacia la madurez, de desarrollo de distintos ámbitos de la vida en y a la búsqueda de la identidad, que lleva a configurar el proyecto de vida de los jóvenes. Los padres han

de afrontar este proceso con serenidad, paciencia y unión.

En el segundo capítulo se trata la comunicación, comunicación que en ese periodo se hace problemática y que es parte del propio proceso de maduración en la adolescencia. La autora describe cuáles son las reacciones de los padres y las soluciones ante los problemas que derivan de la falta de entendimiento. Asimismo ofrece distintas propuestas para solucionar las dificultades para comunicarse.

El tercer capítulo está centrado en el tiempo libre y los modos de educar para hacer un buen uso de él. Según la opinión de Artola, la clave es que el ocio se opone a la pereza; alrededor de esta idea, profundiza en los modos de aprovecharlo con responsabilidad y sostiene que, a través de él, los jóvenes se deben enriquecer personalmente y abrirse a los demás con verdadera generosidad.

En el cuarto capítulo se reflexiona sobre la amistad en esta etapa. La autora explica que los amigos tienen mucho peso en el período adolescente y pueden contrapesar el influjo paterno. Asimismo, señala que la adolescencia es la etapa del nacimiento de la verdadera amistad y ofrece claves para que este proceso sea el adecuado, enseñando a los hijos a desarrollar habilidades sociales y a que, poco a poco, sepan valerse por sí mismos.

En el quinto capítulo se abordan los problemas que más preocupan a los padres y ofrece sugerencias de ayuda para solventarlos, otorgando un papel clave a la detección precoz, la prevención de los mismos y la educación de la voluntad y libertad como elementos de solución.

Finalmente, en el último capítulo la autora se centra en los valores y virtudes, en especial la sinceridad, la obediencia, la responsabilidad, los ideales y la sobriedad.

El secreto de la educación es tener visión positiva

El libro ofrece una guía de consulta y de trabajo muy eficaz y con un contenido bien explicado y ordenado. Su lectura es ágil y, por sus consejos prácticos, hacen de ella una obra de referencia que todo educador y padre debería consultar si sus hijos se encuentran en esta etapa de la vida, puesto que aborda desde un punto de vista optimista, a la par que realista, aquellas pautas educativas útiles y orientaciones para el mundo actual, que pueden ser concretadas a cada caso y situación partiendo de que es básico el conocimiento de los hijos para actuar sobre sus problemas e inquietudes.

Carmen María Martínez Conde es Dra. en Sociología y Máster en

Matrimonio y Familia

Fuente: familyandmedia.eu.