

COLEGIO “MERCEDITAS DE SAN MARTÍN” DE CE.S.A.P EDUCACIÓN PRIMARIA



Queridos padres:

Nos dirigimos a ustedes en esta ocasión para compartir algunas reflexiones sobre la etapa de pre adolescencia por la que están atravesando sus hijos, nuestros alumnos, en el Colegio Merceditas de San Martín de CESAP.

La pre adolescencia es un periodo crucial en la vida de los jóvenes, ya que marca la transición entre la niñez y la adolescencia. Es un momento de importantes cambios tanto físicos como emocionales, donde los chicos comienzan a explorar y forjar su identidad. Aunque no hay una edad exacta para el inicio de este período, generalmente ocurre entre los 10 y 13 años.

Durante la pre adolescencia, los jóvenes experimentan una serie de cambios emocionales, como una mayor reactividad emocional e hipersensibilidad. Además, empiezan a sentir la necesidad de pertenecer a un grupo de pares, lo que puede llevar a que sus amistades cobren más importancia que las relaciones familiares en ciertos momentos.

Los cambios físicos y hormonales también son evidentes durante esta etapa, lo que incluye el despertar sexual y el inicio del interés por otras personas. A su vez, los jóvenes comienzan a buscar independencia y autonomía, lo que puede generar tensiones en la relación con sus padres.

Entendemos que tanto para ustedes como padres como para nuestros alumnos, este período puede resultar desafiante. Por eso, nos gustaría ofrecerles algunos consejos que pueden ayudar a la familia a sobrellevar esta etapa de manera positiva:

- Mantengan una comunicación activa con sus hijos. Aprovechen los momentos compartidos durante el almuerzo o la cena para generar espacios de diálogo donde puedan expresar sus inquietudes y preocupaciones.
- Demuestren a sus hijos cuánto los quieren, incluso si algunas muestras físicas de cariño son rechazadas en este momento. Es importante que sepan que siempre cuentan con su apoyo y amor incondicional.
- Conozcan a los amigos de sus hijos y compartan momentos y actividades con ellos. Generar un ambiente de confianza y familiaridad con el círculo social de sus hijos puede fortalecer los lazos familiares y ayudarles a sentirse seguros y comprendidos.
- Interésense por los gustos y preferencias de sus hijos, como sus YouTubers favoritos, géneros de música que escuchan, juegos que disfrutan, etc. Esto les permitirá establecer vínculos más cercanos y comprender mejor sus intereses y motivaciones.
- Permitan que sus hijos tomen decisiones y se equivoquen. La autonomía y la capacidad de tomar decisiones son habilidades importantes que los prepararán para la vida adulta. Estén allí para guiarlos y apoyarlos en sus elecciones, incluso si no siempre están de acuerdo con ellas.

- Establezcan una red de apoyo con otros padres que estén pasando por la misma etapa. El compartir experiencias y consejos puede ser reconfortante y útil para enfrentar los desafíos de la preadolescencia, creando así un entorno de apoyo.

Esperamos que estos consejos les sean de utilidad en este proceso de acompañamiento y crecimiento junto a sus hijos. En el Colegio Merceditas de San Martín CESAP, estamos comprometidos en brindarles el apoyo necesario para atravesar esta etapa de la mejor manera posible. No duden en ponerse en contacto con nosotros si tienen alguna inquietud.

¡Muchas gracias por su atención y colaboración!

Atentamente

Departamento de Apoyo y Orientación

