

MÓDULO

2

“Hablemos”

DESARROLLO DEL ADOLESCENTE



OBJETIVOS DEL APRENDIZAJE

Durante este módulo, los participantes podrán conseguir las siguientes cosas:

- Definirán términos como adolescencia, autoestima, autonomía y entorno social.
- Conocer las etapas del desarrollo adolescente (por ejemplo, necesidad de independencia, formación del yo).
- Comprenderán la importancia de la autoestima y las emociones en el proceso de desarrollo saludable.
- Reflexionarán sobre los hitos del desarrollo y considerarán los hitos futuros.
- Entender cómo los diferentes ejemplos del sentido del yo de un joven influyen en su experiencia de navegación por el desarrollo.
- Considerar cómo el autodesarrollo se relaciona con los problemas a los que se enfrentan los jóvenes que huyen o están considerando la posibilidad de fugarse.



1-800-RUNAWAY
1800RUNAWAY.org



DEFINIR LA CUESTIÓN

La adolescencia es una etapa del desarrollo que generalmente se considera que comienza con la pubertad y se prolonga hasta el final de la adolescencia o los 20 años. Algunos consideran que es más estresante que otros períodos del desarrollo debido a los cambios biológicos, psicológicos y sociales que pueden producirse simultáneamente, pero también representa una etapa de gran aprendizaje y desarrollo personal.

Los jóvenes huyen por muchas razones, entre ellas problemas relacionados con el desarrollo adolescente. Por ejemplo, algunos jóvenes se fugan para obtener una sensación de autonomía o independencia en sus vidas. Otros pueden fugarse para conectar con un grupo de compañeros que refuerza su autoestima y la imagen que tienen de sí mismos. Algunos también pueden fugarse porque viven en entornos familiares inseguros, hogares que no pueden satisfacer sus necesidades básicas o familias que no los aceptan tal y como son.

El módulo 2 está diseñado para enseñar a los participantes los aspectos y retos asociados al desarrollo adolescente.

ICONOS

Para más información, consulte el módulo: Introducción.



ACTIVIDADES DEL MÓDULO

ACTIVIDAD	TIEMPO	METODOLOGÍA
A. Comprender la adolescencia	10 minutos	Debate
B. Crear tu página “Todo sobre mí”	15 minutos	Actividad/Debate
C. ¿Qué harías tú?	20 minutos	Actividad/Debate



Tiempo total necesario: **45 minutos**

MATERIALES

- Papel para póster o pizarra de tiza/borrado en seco
- Folleto “Infografía sobre la adolescencia”
- Hoja de trabajo “Todo sobre mí”
- Folleto “¿Qué harías tú?”



Considera la posibilidad de proyectar la película complementaria *American Street Kid*.



Póngase en contacto con el especialista en Prevención y participación juvenil de NRS al **773-289-1723** o prevention@1800RUNAWAY.org para obtener apoyo y asistencia técnica.

ACTIVIDAD 2A

INFOGRAFÍA SOBRE LA ADOLESCENCIA



10 minutos

AFIRMACIÓN Vamos a comenzar este módulo examinando el período de transición de la vida entre la infancia y la edad adulta. A este período se lo conoce como la adolescencia. Durante este tiempo, todas las personas experimentan cambios físicos, emocionales y biológicos. A medida que tu cerebro continúa desarrollándose a lo largo de esta etapa de la vida, la forma en que procesamos la información, las decisiones y las emociones cambia rápidamente.

ENTREGUE “Infografía sobre la adolescencia”

PERMITA a los alumnos comenzar a revisar de forma independiente el material impreso.

PREGUNTE ¿Qué es lo que más te ha sorprendido de este folleto?

PERMITA que respondan uno o dos participantes.

AFIRMACIÓN Dediquemos los próximos minutos a familiarizarnos con la información de esta hoja.

PREGUNTE Mirando esta infografía, ¿cuáles son algunos de los cambios que experimenta nuestro cerebro durante la adolescencia?

PERMITA QUE uno o dos participantes respondan

PREGUNTA ¿Qué preguntas tienes?

DEBATE sobre las respuestas.

INFOGRAFÍA SOBRE LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es el periodo de metamorfosis que todos sufrimos al pasar de la infancia a la edad adulta. Durante la adolescencia, una persona experimenta transiciones biológicas, psicológicas y sociales a medida que se convierte en un adulto independiente y único, que puede dividirse en tres etapas: **adolescencia temprana, adolescencia tardía** y **adulzor emergente**.

El **lóbulo frontal** del cerebro se encarga de la toma de decisiones, la resolución de problemas, el juicio y el autocontrol, y es la última parte del cerebro en madurar completamente. Esto significa que la forma en que los adolescentes son capaces de mantener la atención, resistir los impulsos y comprender las consecuencias de sus actos se desarrolla con el tiempo. Estos cambios más graduales se producen al mismo tiempo que los cambios rápidos y crecimiento en las partes del cerebro que procesan las emociones, el llamado sistema límbico.

Nuestro cerebro controla todas las funciones importantes de nuestro cuerpo. Indica a nuestros pulmones que respiren, controla nuestros pensamientos conscientes e inconscientes, recibe mensajes del mundo exterior y reacciona internamente. Durante la adolescencia, nuestro cerebro experimenta cambios dinámicos constantes. Aunque el 90 % de nuestro cerebro ya está desarrollado a los 6 años, el cerebro no se desarrolla completamente hasta los 25 años.



ACTIVIDAD 2B

ACTUALIZAR SU PÁGINA “TODO SOBRE MÍ”



15 minutos

INTRODUCE el tema del autodesarrollo.

AFIRMACIÓN Tómate unos momentos para echar un vistazo a la habitación. Mira a cada persona. Fíjate en lo únicos que son. No hay dos personas exactamente iguales: cada una tiene rasgos físicos o estilos de vestir diferentes. E incluso quienes tienen un aspecto similar o visten de forma parecida pueden tener visiones muy distintas de la vida.

El autodesarrollo consiste en preguntarnos: “¿Quién soy?” y “¿Hacia dónde voy en la vida?” Estas cuestiones no son exclusivas de la adolescencia. De hecho, nos hacemos estas preguntas a lo largo de toda nuestra vida.

Sin embargo, en la adolescencia, estas preguntas pueden ser especialmente difíciles, ya que muchas personas todavía están desarrollando un sentido de la personalidad y de quiénes sienten que son. Esto puede ser especialmente cierto para las personas que se encuentran en situaciones en las que sienten que tienen poco o ningún control.

Durante los próximos minutos, vamos a trabajar para desarrollar nuestra comprensión de nuestras identidades. Nos referiremos a ella como la página “Todo sobre mí”.

AFIRMACIÓN Esta hoja de trabajo está diseñada para ayudarnos a determinar las características que podrían ser más importantes para nosotros. Sirve para ayudarnos a reconocer nuestra propia identidad y las similitudes y diferencias que podemos tener con las personas que nos rodean.

ENTREGUE Hoja de trabajo “Todo sobre mí”

AFIRMACIÓN Tendrán aproximadamente 5 minutos para trabajar en este folleto. Si necesitan más tiempo, pueden continuar trabajando al final de la lección. Una vez transcurridos los 5 minutos, pediré a los voluntarios que compartan con el grupo lo que han creado.

SOLICITE Pida a los voluntarios que compartan con el grupo una vez transcurridos 5 minutos.

PERMITA que respondan uno o dos participantes.

PREGUNTA ¿Qué aspectos de esta actividad relacionan lo que hemos aprendido sobre la adolescencia anteriormente?

DEBATE sobre las respuestas.

PREGUNTA ¿Qué preguntas tienes?

DEBATE sobre las respuestas.

HOJA DE TRABAJO “TODO SOBRE MÍ”

Un reto clave en la adolescencia cuando uno se pregunta: “¿Quién soy y adónde voy?” Examinar esta cuestión puede ser complejo. Completa esta rueda para empezar a examinar qué factores te hacen ser “tú”.



ACTIVIDAD 2C

¿QUÉ HARÍAS TÚ?



20 minutos

AFIRMACIÓN En esta actividad final del módulo, partiremos de las habilidades y conocimientos que ya hemos desarrollado en las actividades anteriores para comprender las decisiones difíciles a las que a veces se enfrentan los adolescentes. Sabemos que el cerebro adolescente sigue desarrollándose hasta la edad adulta, y que nuestras identidades individuales afectan a nuestros procesos de toma de decisiones.

Los jóvenes pueden experimentar diversas situaciones difíciles durante el desarrollo de la adolescencia que hacen que la opción de fugarse les parezca la mejor opción disponible.

Vamos a leer el perfil de un joven que se encuentra en una situación difícil y debe tomar una decisión compleja. Mientras lees, intenta imaginar cómo te sentirías y qué harías si estuvieras en la situación de esa persona.

DIVIDE A LOS PARTICIPANTES en seis grupos. Si hay menos participantes, asegúrate de que haya tres o cuatro participantes en cada grupo y asigna dos o tres temas a cada grupo.

ENTREGUE Folletos “¿Qué harías tú? “ páginas 1 y 2.

AFIRMACIÓN Por favor, síganme mientras leo. Prepárate para debatir la situación con tu grupo.

LEA el perfil.

AFIRMACIÓN Ahora voy a asignar a cada grupo un tema sobre el que reflexionar en relación con la historia de esta persona. Comenten el tema que se les ha asignado y cómo pudo influir en la difícil decisión que tuvieron que tomar. Una persona de cada grupo debe anotar las ideas principales del grupo para compartirlas más tarde.

ASIGNAR temas a cada grupo:

- Comunicación
- Funciones y responsabilidades de la familia
- Planificar el futuro
- Emociones
- Entorno social
- Sentido de sí mismo

AFIRMACIÓN Ahora que a cada grupo se le ha asignado su tema, por favor, discutan cómo desempeñó un papel en la situación difícil que habíamos leído. Una persona de cada grupo debe anotar los principales puntos de debate del grupo para compartirlos más tarde.

ACTIVIDAD 2C →

AFIRMACIÓN 5 minutos para que los grupos discutan los temas.

PREGUNTA Ahora vamos a compartir los resultados de tus debates. ¿Cómo se relaciona el tema que te han asignado con la situación difícil?

PERMITA 1-2 minutos para las respuestas y debate.

AFIRMACIÓN Basándote en lo que hemos hablado, ¿qué harías si te pasara a ti y cómo tomarías esa decisión?

PERMITA 1-2 minutos para las respuestas y debate.

PREGUNTA ¿Cuáles son algunas de las posibles consecuencias (tanto positivas como negativas) de la decisión de esta persona de fugarse?

PERMITA 1-2 minutos para las respuestas y debate.

AFIRMACIÓN En cualquier situación de crisis, siempre puedes ponerte en contacto con la Línea Nacional para Fugados (National Runaway Safeline) en el 1-800-RUNAWAY o en 1800RUNAWAY.org y conectar de forma confidencial con un miembro cualificado del equipo de primera línea de NRS.

PREGUNTA ¿Qué preguntas tienes?

DEBATE sobre las respuestas.

¿QUÉ HARÍAS TÚ? PÁGINA 1

Avi tiene 14 años. Lleva unos tres meses viviendo en un hogar colectivo con otros ocho chicos, y se siente tan incómodo e infeliz que está desesperado por encontrar otras opciones.

Avi echa de menos a sus padres y hermanos. La salud mental de su madre empeoró tanto que fue declarada “no apta”, razón por la cual Avi fue sacado del hogar. Ahora, su madre está ingresada hasta que esté más estable. Su padre tiene una nueva familia que vive a horas de distancia. Avi echa de menos a sus hermanastros y lleva casi un año sin verlos.

Avi asiste a la misma escuela desde antes de ingresar en el hogar de acogida. Su primer año de secundaria ha estado bien, pero solitario. Avi tiene un toque de queda temprano en la casa de acogida y no ha podido traer a sus amigos. Avi saca varias C, con varias B en inglés, y le gusta la profesora estudiante de esa clase porque sabe que Avi es inteligente. A Avi le gusta ir al colegio porque puede ver a su antiguo entrenador de fútbol, que a veces le deja jugar aunque Avi ya no esté en el equipo. Avi sabe que si se escapa de la casa de acogida, no podrá volver al colegio, porque la escuela es el primer lugar donde le buscarán.

Avi sigue yendo a la misma sinagoga de siempre. El rabino y su esposa conocen la situación de Avi y le han brindado su apoyo. Incluso le dieron un lugar donde quedarse hace unos años, cuando las cosas se pusieron difíciles en casa. Pero Avi no puede ponerse en contacto con el rabino si decide fugarse porque su asistente social se enterará.

A Avi no le gusta vivir en la residencia, pero la gente le apoya y es un lugar seguro, con cama, comida y duchas. El caso es que Avi echa mucho de menos a su familia. Avi ha intentado hablar con su asistente social sobre sus frustraciones y su deseo de volver a casa, pero este le explica continuamente que es la única opción en este momento. Avi siente que tiene que haber otra manera. Se siente preparado para fugarse y está considerando la posibilidad de huir.

¿QUÉ HARÍAS TÚ?

PÁGINA 2

TEMA	RESPUESTAS
Comunicación <ul style="list-style-type: none">• ¿Con quién podrías hablar?• ¿Cómo podría la comunicación haber ayudado o perjudicado a tu situación?	
Funciones y responsabilidades de la familia <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo ha ayudado/perjudicado tu familia la situación?• ¿Qué funciones desempeñas en tu familia?• ¿A quién consideras tu familia?	
Planificar el futuro <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo podría fugarse afectar a tu futuro?• ¿Qué objetivos tienes?• ¿Quién puede ayudarte a planificar tu futuro?	
Emociones <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo te sientes respecto a tu situación con los demás?• ¿Cómo gestionas las emociones negativas?	
Entorno social <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo es su entorno social?• ¿Quién forma parte de este?	
Sentido de identidad <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo te ves a ti mismo?• ¿Cómo influye eso a la hora de decidir si te quedas o te vas?	

ACTIVIDAD 2

RESUMEN

AFIRMACIÓN Ahora me gustaría resumir los puntos clave de este módulo.

- La adolescencia es el periodo de transición entre la infancia y la veintena.
- En el folleto “Infografía sobre la adolescencia”, identificamos cómo nuestro cerebro experimenta cambios complejos que nos hacen pasar de la infancia a la edad adulta, y que estos cambios afectan a la forma en que pensamos, procesamos las emociones y tomamos decisiones.
- Una parte fundamental de la adolescencia es preguntarnos “¿Quién soy?” y “¿Hacia dónde voy en la vida?”. A lo largo de nuestra vida, los jóvenes pueden encontrar estas preguntas especialmente difíciles. En la hoja de trabajo “Todo sobre mí”, comenzamos a formular y a identificar las respuestas a preguntas que pueden resultar difíciles.
- En la actividad “¿Qué harías tú?”, identificamos diferentes factores que pueden influir en la forma en que los jóvenes toman decisiones difíciles en momentos de crisis, como plantearse huir de casa.

FOLLETOS Y HOJAS DE TRABAJO

- A. Infografía sobre la adolescencia
- B. Plantilla de la página “Todo sobre mí”
- C. ¿Qué harías tú? Página 1
- D. ¿Qué harías tú? Página 2

REFERENCIAS

- Academia Americana de Pediatría (sin fecha). *Stages of Adolescence*. HealthyChildren.org. <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/Pages/Stages-of-Adolescence.aspx>.
- Berger, K. (2005). *The developing person through the life span* (6th ed.). Nueva York: Worth Publishers.
- Loschert, K., Harper, R., & Hermann, H. (2019). (rep.). *Science of Learning: What Educators Need to Know About Adolescent Development*. Alliance for Excellent Education. https://mk0all4edorgjxiy8xf9.kinstacdn.com/wp-content/uploads/2019/09/05-SAL-What-Educators-Need-to-Know-About-Adolescent-Development_FINAL.pdf
- National Runaway Switchboard. (2001). *Runaway prevention curriculum for classroom and community educators*. Chicago, IL: NRS. [Programa de prevención de fugas para el salón de clases y la comunidad de educadores. Chicago, IL: NRS].
- Scerif, G., & Cohen Kadosh, K. (2017, 10 de marzo). Brain Development in Teenagers. <https://www.oxfordsparks.ox.ac.uk/content/brain-development-teenagers>.

RECURSOS

Act for Youth Center of Excellence es un recurso para el desarrollo positivo de los jóvenes que ofrece un Adolescent Development Toolkit (conjunto de herramientas para el desarrollo de adolescentes) repleto de recursos (<http://www.actforyouth.net/>).

El National Runaway Safeline (NRS) trabaja para mantener a salvo y fuera de las calles a los jóvenes fugados, sin hogar y en situación de riesgo de Estados Unidos. El NRS gestiona la línea directa 1-800-RUNAWAY y los servicios en línea 1800RUNAWAY.org, que incluyen chat en directo, correos electrónicos y foros. El NRS ofrece a jóvenes y familias en crisis apoyo y acceso a recursos 24 horas al día, los 365 días del año (<https://www.1800RUNAWAY.org>).).

Prevent Child Abuse America trabaja para garantizar el desarrollo saludable de los niños en todo el país (<http://www.preventchildabuse.org>/).

The Runaway and Homeless Training and Technical Assistance Center, Family and Youth Services Bureau proporciona información sobre el desarrollo positivo de los jóvenes (<https://www.rhyttac.net>/).

El Trauma Informed Care Project dispone de recursos para educar sobre el impacto del trauma (<http://www.traumainformedcareproject.org>/).