

## EL ADOLESCENTE Y SUS NECESIDADES BASICAS

El conocimiento de las necesidades básicas del adolescente permitirá contribuir a la plena resolución de las crisis de su ciclo vital y a su crecimiento integral que le permitirá avanzar hacia las otras etapas, de juventud, adultez y **senectud** con sus respectiva logros de amor, cuidado y sabiduría.

Estas necesidades se logran en una matriz que se llama hogar, escuela y comunidad.

**EDUCACIÓN:** La Educación es un acto recreativo, es un don, algo donado, una gracia y por lo tanto un derecho. Como tal una obligación del Estado y un deber, de la Familia, de la Comunidad y del mismo Adolescente.

El Adolescente necesita de una Educación crítica, reflexiva más presentista que futurista, integral e integradora donde los conocimientos sean una herramienta, ordenados por los valores. Que sea equitativa, coherente y saludable. Que oriente hacia la libertad, la ética y el trabajo que haga crecer su capacidad de confianza, esperanza, y su capacidad de amar.

**TRABAJO:** Fomentar en el adolescente la disposición al trabajo, no como fin sino como un medio de realización y logro de herramientas para su crecimiento y para el logro de recursos de vida y no un fin en sí mismo. Es decir trabajar para vivir y no vivir para trabajar.

**NUTRICIÓN:** El adolescente transcurre una etapa psicosocial de su ciclo vital pero también una etapa biológica, en la cual el crecimiento músculo esquelético y la maduración genital determinan un alto consumo calórico. El mismo es exacerbado por el incremento, en la mayoría de los casos de la actividad física.

Por lo tanto la alimentación debería ser completa en glusidos, grasas y proteínas en hierro y calcio y vitaminas como ácido fólico etc. Será además armónica con las proporciones optimas de cada nutriente, adecuada a esta etapa del ciclo vital. También suficiente en cantidad de calorías.

**ETICA:** Son las instituciones y sus representantes los verdaderos maestros de la ética adolescente. Así pasan a serlo, maestros, autoridades, políticas,

empresarios, jueces, fuerza de seguridad, padres y el grupo de pertenencia extra familiar.

En este aspecto lo que más impacta negativamente en el adolescente es la incoherencia, la impunidad, la corrupción, la mentira y la injusticia.

Comienza a esta edad a construir su propia escala de valores donde no podrá facilitar la solidaridad, la justicia con equidad, la libertad, con la autonomía, el amor con responsabilidad, cuidado conocimiento, verdad y respeto.

Pero hay una autoridad oculta que influye con gran fuerza y es el modelo sociocultural.

**COHERENCIA:** La armonía entre el discurso y la acción tiene al niño y adolescente el mejor de los censores. Ante la enunciación y predicación de un valor está esperando que el enunciante, padre, maestro u otra autoridad, lo cumpla. Internalizará tanto el cumplimiento como el no-cumplimiento.

**SALUD:** Por las características de la etapa en la que transcurre, en lo biológico la prevención pasa por alimentación adecuada, consejería genital, prevención de accidentes de tránsito, de ingesta de tóxicos.

En lo psíquico por promover la superación de la crisis de identidad biológica, psíquica y social. En lo social; consejería sexual por integrarse al medio aceptado y proponiendo normas integradas y vertebrado en lo espiritual con su teovisión, cosmovisión y antropovisión.

**EQUIDAD:** Tanto en trabajo, en Educación como en Salud el adolescente experimentará que tiene derecho a recibir en función de sus necesidades. Y responder con todo el esfuerzo que como individuo y como grupo etario y social pueda responder.

**LIBERTAD:** Es una de las necesidades más proclamadas y reclamadas. No siempre luego sabe que hacer con ellas. No siempre luego está conforme con haberla obtenido, más aún, muchas veces lo angustia tanto o más que no tenerla y lo que hace con ella puede dejarle cicatrices psíquicas, biológicas o sociales.

En la medida en que es difícil tener capacidad de decisión autónoma mucho más lo que es para él.

Querrá liberarse de sus "ataduras" con su familia, con su pasado, muchas veces hace el cuestionamiento porque comienza el juicio crítico, el desarrollo ético y la creación de opinión propia.

El medio será el encargado de internalizar la libertad como aquel derecho o gracia que permite, no hacer lo que él quiera hacer sino lo que más contribuya a su bien y al bien de los demás.

**ORIENTACION:** Coincidiendo con su crisis de identidad (¿De donde vengo, quien soy?) Aparece el ¿"a donde voy?" Necesita ir, y de alguna manera demanda señales que lo orienten en su proyecto laboral, escolar, artístico, ético, ideológico, religioso, político, y deportivo.

**DEPORTE:** A esta edad ya el deporte debió haber sido incorporado, de no ser así será orientado de acuerdo a sus aptitudes físicas y psíquicas al tiempo disponible para mantener la coherencia con las propuestas anteriores la actitud deportiva deberá ser recreativa por sobre la competitividad.

El deporte al tener normas, leyes y tiempos lo disciplina en el respeto por las mismas, en el cuidado de la salud, en el respeto por el adversario, en la responsabilidad y en el trabajo en equipo.

**AMOR:** A esta edad comienza a florecer la capacidad de amar, mientras niño "necesitaba" y "quería", ahora "ama", deja de ser un afecto a recibir y pasa a ser un sentimiento a compartir, deja de ser interesado para pasar a ser altruista. Pero esto lleva un proceso cuya realización depende de él mismo, de su pasado y de sus circunstancias. Esta gracia se aprende en la escuela y en las familias. Con los distintos modelos va construyendo también la imagen de pareja perfecta.

Hablamos de amor en el más amplio sentido de respeto, responsabilidad, cuidado y conocimiento por su cuerpo, su persona y su vida, por el cuerpo, la persona y la vida de las personas. En eso reside la verdadera educación para la vida de relación personal y sexual.

Si leemos estas necesidades de los adolescentes desde la última a la primera es decir: ***Amor, Deporte, Orientación, Libertad, Equidad, Salud, Coherencia, Ética, Nutrición, Trabajo y Educación*** se construyen un ***ADOLESCENTE***

Tengamos en cuenta que:

La persona está en el hogar y en la escuela hasta la Adolescencia pero el hogar y la escuela estarán en la persona ***TODA LA VIDA.***

