

S.O.S adolescència. Trenquem el mite?

Dra. Ainoa Mateos Inchaurredo
Professora Facultat d'Educació
Universitat de Barcelona
Grup de recerca GRISIJ



Com veiem als i
les adolescents?



L'adolescència des de una mirada històrica

“Los jóvenes de hoy en día son unos tiranos. Contradicen a sus padres, devoran su comida y le faltan al respeto a sus maestros” (Sócrates, S.V a.c).

- Visió dramàtica de l'adolescència. Els estudis tradicionals sobre psicologia evolutiva han definit aquesta *etapa com a “conflictiva”*.
- Alguns antecedents d'aquesta mirada “negativa” i del “dèficit”: Hall -1904- (*segon naixement*); Anna Freud -1969- (*pertorbació*); Erikson-1968- (*crisis d'identitat*).

Avui dia, aquests postulats de psicologia “**Storm and Stress**” (tempesta i estrès) s'han **re-formulat** a partir de les recerques actuals en l'etapa adolescent, deixant en evidència, que els postulats “catastrofistes” de l'adolescència eren excessius i han generat mites que s'allunyen de la realitat.

L'adolescència des de una mirada històrica

“Ahora los chicos aman el lujo. Tienen malas maneras, desprecian la autoridad; no respetan a los mayores y prefieren la cháchara al ejercicio”. (Sócrates).

En l'actualitat, aquesta frase creieu que és anacrònica?

- Trenquem mites, interpretem els signes d'inconformisme, la confrontació, el conflicte i el distanciament amb la família com a elements propis del creixement.
- Tots portem una càrrega històrica a la nostra motxilla, cal deixar anar llast, interpretar el signes i trets dels i de les adolescents amb una mirada positiva.
- Explorar, confrontar, ser crítics... Forma part de l'etapa i el cervell ho fomenta. Si no hi hagués l'adolescència, com a espècie humana, seriem més pobres (Rojas, 2020).

El cervell adolescent, claus per llegir entre línies

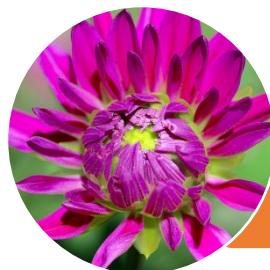
- La dopamina (és un neurotransmissor relacionat amb la satisfacció de les necessitats, desitjos, etc.)
- El cervell adolescent està en construcció. Genera més dopamina que el cervell adult. Busca de forma més constant la gratificació, la satisfacció. Tanmateix, el còrtex pre frontal, el que dictamina què es pot fer i que no, no està prou evolucionat i aquí es genera el conflicte.
- Impacte de l'excés de la dopamina (Rojas, 2020):
 - Impulsivitat: Pensar i executar. Poc temps de valoració.
 - Susceptibilitat a la addicció: Tendència a buscar la gratificació ràpida, a experimentar i provar.
 - Hiperracionalitat: Posar l'èmfasi en la part positiva.

Què diuen experts i adolescents sobre aquesta etapa?

El vídeo que presentem ha estat editat a partir del vídeo original **“Deuwatts: El cervell adolescent”**.

Disponible en: <https://beteve.cat/deuwatts/deuwatts-el-cervell-adolescent/>

L'adolescència des de una mirada positiva



La florida (DPA)



De la tempesta

L'adolescència des de una mirada positiva

El model de **DESENVOLUPAMENT POSITIU ADOLESCENT (DPA)** defineix a l'adolescent com (Oliva et al, 2008):

un recurs a desenvolupar (més que un dèficit), destaca les seves potencialitats; contempla a l'adolescent des de una mirada positiva, com un subjecte amb capacitat per explorar i adquirir competències; i un agent actiu i transformador del seu context.

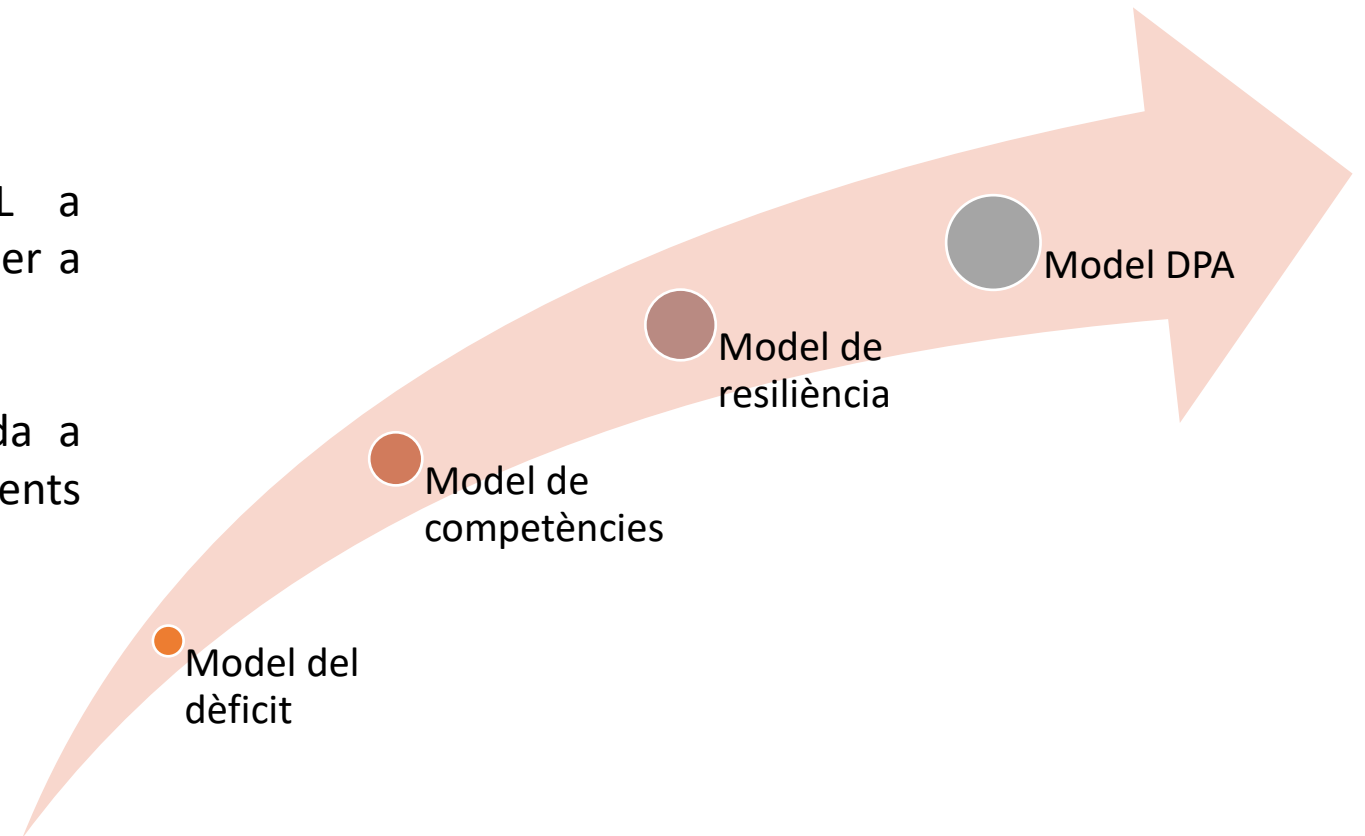
L'adolescència des de una mirada positiva

- En quines àrees en particular la literatura mostra més consens i evidència científica de dificultats en l'adolescència (Pertegal, 2014):
 - Relacions familiars.
 - Estabilitat emocional.
 - Comportaments vinculats amb la salut.

Les dificultats no poden traduir-se en una mirada NEGATIVA del període adolescent, com un període de dificultats generalitzades, perquè com recull a la seva revisió Pertegal (2014) s'estima que el percentatge dels i de les adolescents amb un **desenvolupament conflictiu està al voltant del 10%. Per què no centrem la mirada en l'altre 90%?**

Canviem la mirada, canviem com eduquem

- **L'absència de problema NO ÉS IGUAL** a **desenvolupament saludable** ni preparació per a l'etapa adulta.
- El desenvolupament de competències ajuda a prevenir desajustos psicològics i comportaments no assertius (Oliva, 2008).



Oliva, A. et al. (2008) *La promoción del desarrollo adolescente. Recursos y estrategias de intervención*, Consejería de Salud. Junta de Andalucía.

Pertegal, M. A. (2014) *Los centros de educación secundaria como promotores del desarrollo positivo adolescente*. Universidad de Sevilla.

Canviem la mirada, canviem com eduquem

MODEL DPA. Les 5 "C" (Lerner, 2004)

- **Competència.** Capacitat per desenvolupar-se en les diferents àrees d'activitat (social, acadèmica, cognitiva, habilitats socials, etc.).
- **Confiança.** Valoració positiva d'un mateix i autoeficàcia. Convicció en què pot aconseguir els seus objectius.
- **Connexió.** Vincles positius amb altres persones i institucions.
- **Caràcter.** Respecte a les normes socials i cultural. Adquisició de models de conducta, moralitat, integritat, autocontrol, etc.
- **Cura i Compassió.** Sentit de simpatia i empatia amb els altres.

Recentment s'ha afegit una 6^a C. Quan l'adolescent aconseguix les 5C pot aconseguir la sisena:

- **Contribució** cap a si mateix, cap a la família, comunitat, escola, societat... Són elements transformadors de la seva realitat.

Canviem la mirada, canviem com eduquem

MODEL DPA (Oliva et al., 2010)

“la florida **representa el procés** pel qual, implicat en relacions saludables amb el seu context, **l'adolescent s'encamina cap al desenvolupament d'una integritat personal ideal**. Quan la persona floreix contribueix de manera positiva a la societat en la qual viu. Per tant, una flor que **integra les cinc àrees o competències** que defineixen un desenvolupament positiu, i que té la capacitat de créixer, representa una bona metàfora gràfica del model” (Oliva et al., 2010, p. 9).

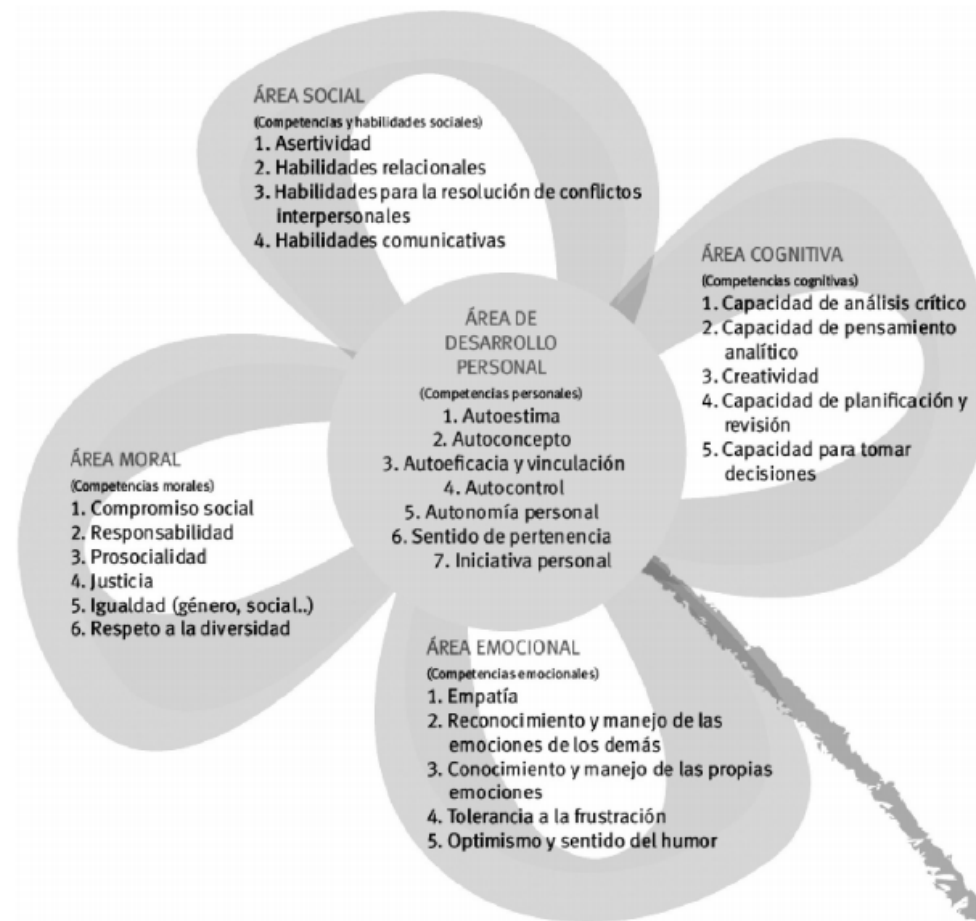
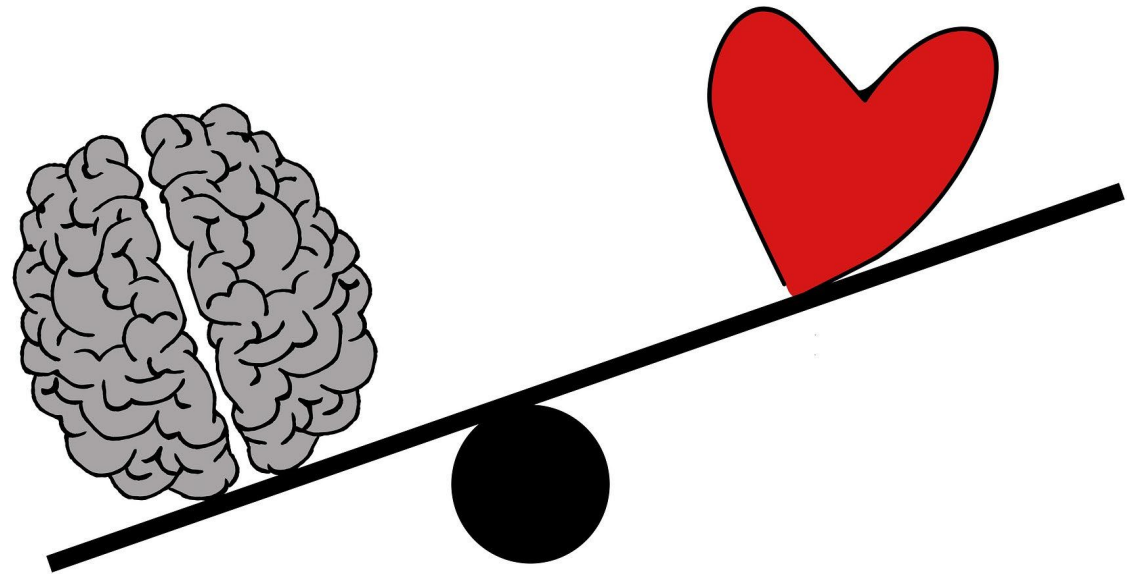


Figura: Modelo DPA de Oliva et al. (2010, p.9)

Com educar en
l'etapa
adolescent?



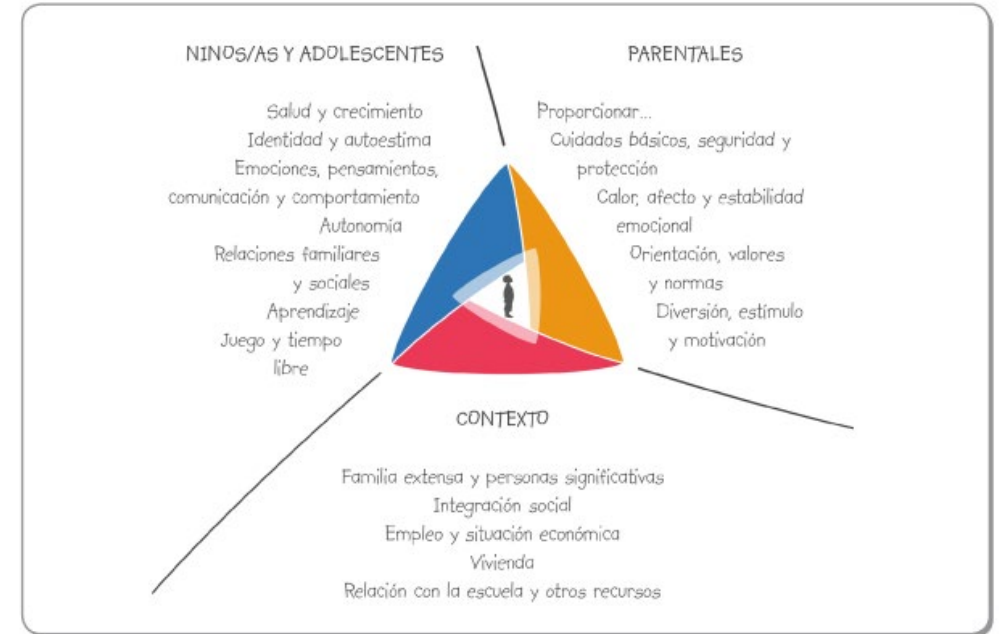
Què podem fer? Com eduquem?

PUNT DE PARTIDA....



Parentalitat positiva

- L'estat actual dels coneixements científics en la intervenció socioeducativa amb infància, adolescència i família, pivoten al voltant del **concepte de la criança positiva**.
- Des d'aquest concepte s'entén que el benestar d'un nen o nena, o adolescent, depèn de **l'equilibri entre els factors de risc i de protecció** en els diversos contextos (Balsells, Mateos, Urrea i Vaquer, 2018), les necessitats dels infants/adolescents i les competències parentals.
- Una innovació d'aquest enfocament és que per primera vegada s'integra els **drets dels infants i adolescents** (Martín et al., 2013).
- La qüestió no és si els pares/mares han d'exercir l'autoritat perquè els fills i les filles obeeixin. **La qüestió és com exercir el control parental de manera que es fomenti la capacitat dels fills i les filles**, i es preservin els seus drets.
- **La criança no s'exerceix en un buit**, sinó en un espai ecològic que depèn de tres factors: **context, competències parentals i necessitats educatives** i evolutiva dels nens/as (Rodrigo, Máiquez, i Martín-Quintana, 2010)

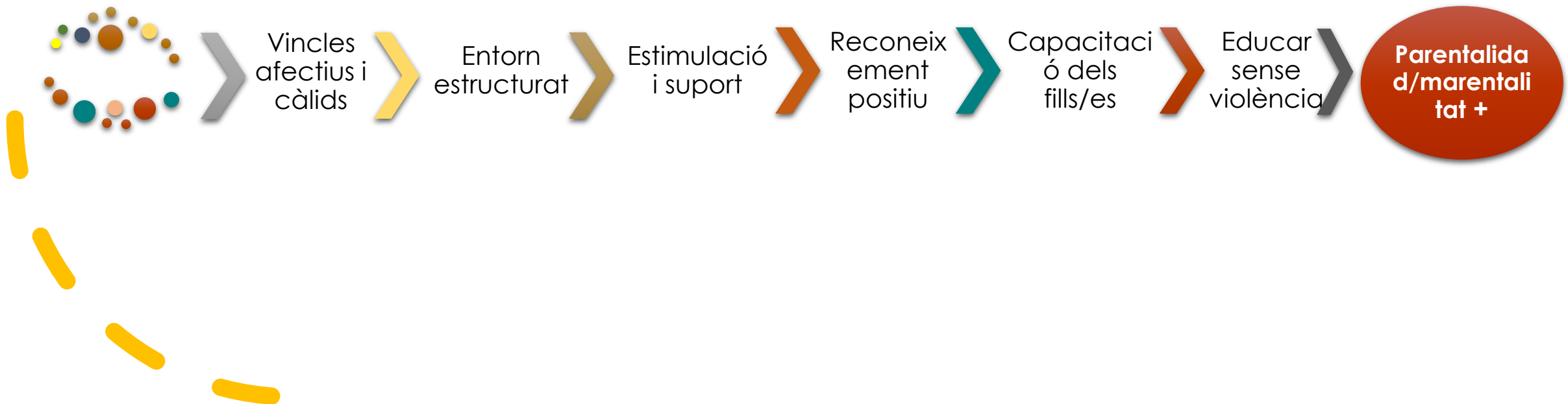


El triangle de la parentalitat. Versió per a professionals. Adaptació realitzada pel grup GRISIJ (Balsells, Pastor, Amorós, et al., 2015b).

- Balsells, M. À., Mateos, A., Urrea, A., i Vaquero, E. (2018). Positive parenting support during family reunification. *Early Child Development and Care*, 1-14. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/03004430.2018.1491559>
- Balsells, M. À., Pastor, C., Amorós, P., Fuentes-Peláez, N., Molina, M. C., Mateos, A., et al. (2015a). *Caminar en familia: programa de competencias parentales durante el acogimiento y la reunificación familiar*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Centro de Publicaciones. Recuperado de <http://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/ayudas/docs2013-14/docs2016/CaminarenFamilia.pdf>
- Martín, J. C., Cabrera, E., León, E., i Rodrigo, M. J. (2013). La Escala de Competencia y Resiliencia Parental para madres y padres en contextos de riesgo psicosocial. *Anales de psicología*, 29(3), 886-896.
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., i Martín-Quintana, J. C. (2010). *Parentalidad positiva y políticas locales de apoyo a las familias. Orientaciones para favorecer el ejercicio de las responsabilidades parentales desde las corporaciones locales*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social.

Parentalitat positiva

L'exercici de la criança positiva es basa en els següents **principis rectors** que han d'inspirar l'acompliment de la tasca educadora, com a promotora del bon tracte. Aquests són els següents (Rodrigo, Máiquez, et al., 2010):



Parentalitat positiva

CAL RECORDAR-NOS QUE:

- No partim de zero, el camí ja està iniciat...
- La parentalitat/marentalitat és evolutiva.
- Hi ha múltiples ecologies de ser pare/mare.
- Si tenim les competències parentals adequades, només caldrà anar reajustant a l'etapa evolutiva.

Adults



Infància

Adolescència

Què podem fer a l'adolescència? Algunes orientacions...

Rojas (2020) facilita algunes orientacions que ens poden resultar d'utilitat:

- **Mirada positiva.** No caure en models educatius basats en el dèficit. Recordem com funciona el seu cervell, llegim entre línies.
- **Dotar-los/les de responsabilitat i autonomia.** En aquest etapa s'allunyen de la família, forma part del procés per poder explorar. Necessiten orientacions, no consells. Provoquem preguntes... I que ells recerquin les respostes.
- **Reconèixer que tots ens equivoquem.** No focalitzar-nos només en els errors dels i de les adolescents.
- **Compartir experiències.** Passades, no actuals. No infravalorar allò que ells/es ens expliquen. Validem les seves experiències.
- **Naturalitat.** No impostar la nostra postura o “maquillar” el nostre discurs. Parlem amb honestedat, sense fer-nos passar per allò que no som o per un amic/amiga.
- **Provocar la reflexió amb preguntes obertes.** QUÈ I PER A QUÈ? Evitar els POR QUÉ... Que s'associa més a un intent de judici. Activar l'escorça cerebral- prepara per prendre decisions, estimula el pensament crític i l'autonomia. Això els ajuda a veure més enllà de la part exclusiva de “positivitat” de les situacions. AUTONOMIA PERÒ AMB LÍMITS (consensuar, negociar, no imposar... Però amb límits)

I en situació de crisi?

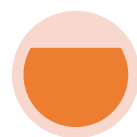
Rojas (2020) facilita algunes orientacions que ens poden resultar d'utilitat. En els casos en què es dona una **situació de "crisis"**. **Que podem fer?:**



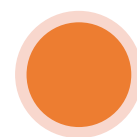
Contenir



Sortir



Silenci



Espai de reflexió

- 1) Ell/a explica la seva versió
- 2) Li demanem que exposi com s'ha sentit, etiquetar l'emoció.
- 3) Esposem la nostra valoració i com ens hem sentit.
- 4) Mantenim normes i conseqüències



Imatge de [S K](#) en [Pixabay](#)

I nosaltres?

Per a poder viure l'adolescència en positiu i encarar-la com hem estat exposant fins ara, cal que mares, pares, educadores, professorat i totes les persones adultes que tenim a càrrec adolescents sapiguem que:

TOT AIXÒ REQUEREIX D'UN PROCÈS

I aquest, porta implícit dos paraules claus: **temps i espais**. Per a què?

- Fer un treball personal sobre les pròpies emocions i com gestionar-les, poder interioritzar, formar-nos i deixar-nos acompanyar, si convé, per professionals i entitats especialitzades.
- Cercar els suport (formal i no formal) és una de les tasques parentals que ens ajudarà a poder-la exercir de forma adequada, especialment quan les situacions són més complexes.
- És necessari propiciar espais per a la reflexió, per a compartir en grup, de manera continuada, respectuosa, constructiva, igualitària, per a créixer en positiu com a persones adultes. Només així podrem acompanyar de la manera que els i les adolescents necessiten per a poder "florir".



Avui és un punt i seguit...

SERVEI D'ORIENTACIÓ I ACOMPANYAMENT A LES FAMÍLIES (SOAF - LLEIDA)

Orientem sobre qüestions relacionades amb l'educació dels fills i filles, donem suport terapèutic especialitzat quan hi ha una dificultat o problemàtica específica, atenem les necessitats de cada família acompanyant i connectant amb la xarxa de serveis i recursos de Lleida.



INFORMACIÓ



ORIENTACIÓ



Intervenció
TERAPÈUTICA



PARTICIPACIÓ



COM CONTACTAR?

Telèfon: 973 22 89 80

C/ Cerdanya, 29 25005 Lleida

mlopez@aspid.cat

www.aspid.cat

Adolescència en positiu

curs 2021-2022



Des de Llavors de Víncl (associació sense ànim de lucre de famílies per la criança conscient) entenem que viure l'adolescència en positiu requereix temps, reflexió, interpel·lació, escoltar molt i aprendre juntes.

Per això, juntament amb SOAF i d'altres entitats de Lleida i de l'Estat, estem el·laborant un programa molt complet de cara al curs vinent on ens acompanyaran grans professionals i on treballarem temes com la comunicació, la pubertat, les conductes de risc, les pantalles, la sexualitat, les autolesions i el suïcidi, les emocions, etc, tot tenint en compte les necessitats de pares, mares, educadores i demés persones properes als i les adolescents. Ho farem en diferents modalitats: online, presencial, tallers....



llavors de víncl

Si voleu rebre més informació ens la podeu demanar a :

adolescents@llavorsdevincla.org

I si teniu temps demà.....

20 de maig 2021

Jornada en línia gratuïta. Dirigida a professionals que treballen amb adolescents.

17.30H

La Càtedra Educació i Adolescència ha seleccionat **15 pel·lícules i n'ha elaborat les corresponents guies didàctiques** per tal de poder aprofundir i reflexionar de manera profunda en els aspectes més rellevants de la teoria del DPA.

Les guies fan una proposta de treball transversal esdevenint un recurs pedagògic pels professionals de l'educació. A més, inclouen les competències bàsiques de l'àmbit de "Cultura i valors ètics" inclòs en el currículum d'Educació Secundària Obligatoria.

La presentació es dirigeix a tots els professionals que treballen i tenen contacte amb adolescents (professorat, educadors socials, juristes, personal de l'àmbit sanitari, etc...) estudiants i persones interessades en la temàtica.

INSCRIPCIÓ EN:

<https://grisij.typeform.com/to/XVNL4BWT>



C À T E D R A
E D U C A C I Ó I A D O L E S C È N C I A
A B E L M A R T Í N E Z O L I V A

Jornada Cinema i Adolescència en Positiu

Des de la Càtedra d'Educació i Adolescència Abel Martínez Oliva de la Universitat de Lleida ens complau convidar-te a la presentació de Cinema i Adolescència en Positiu. La jornada es durà a terme el dijous 20 de maig a les 17.30h, en línia i de forma totalment gratuïta.



Lectures recomanades sobre adolescència

- Crosera, S. (2001). *Para comprender al adolescente*. Barcelona: De Vecchi. Disponible a: https://books.google.es/books?id=tGSW6xdmI8UC&printsec=frontcover&hl=ca&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Funes, J. (2018). *Estima'm quan menys m'ho mereixi... perquè és quan més ho necessito: Una guia per a pares i mestres d'adolescents*. Barcelona: Columna Edicions S.A.
- Funes, J. (2003). *¿Cómo trabajar con adolescentes sin empezar por considerarlos un problema?* Papeles de Psicólogo, vol. 23, núm. 84. Madrid.
- Marina, J.A. (2017). *El talento de los adolescentes*. Barcelona: Ariel.
- Oliva, A. (2015). *Desarrollo positivo adolescente*. Madrid: Síntesis.
- Oliva, A. (2007) 'Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia', *Apuntes de Psicología*, 25(3), pp. 239–254.
- Oliva, A. et al. (2017) *Bienestar y desarrollo positivo adolescente desde una perspectiva de género: Un estudio cualitativo*. Madrid: FAD. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/324889841>.
- Oliva, A. et al. (2008) *La promoción del desarrollo adolescente. Recursos y estrategias de intervención*, Consejería de Salud. Junta de Andalucía.
- Pertegal, M. A. (2014). *Los centros de educación secundaria como promotores del desarrollo positivo adolescente*. Tesis doctoral. Universidad de Sevilla. Disponible en: https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/72780/file_1.pdf;sequence=1&isAllowed=y.
- Rojas, F. (2020). La adolescencia una mirada en positivo. *Revista de Educación Social*, nº30. Disponible online en: <https://eduso.net/res/revista/30/el-tema-revisiones/la-adolescencia-una-mirada-en-positivo>.
- Siegel, D. J. (2014). *Tormenta Cerebral. El poder y el propósito del cerebro adolescente*. Barcelona: Alba.



Lectures citades al power point



Dra. Ainoa Mateos

Universitat de Barcelona

Facultat d'Educació

Grup de recerca GRISIJ

Contacte: amateos@ub.edu



@AinoaMateos



<https://orcid.org/0000-0002-1159-9966>