



Adolescencia

Cómo ayudar a los adolescentes en tiempos difíciles

1

Capítulo 1

Definiciones de Adolescencia

¿Qué es la adolescencia?

1. Pasar de la niñez a la edad adulta no es fácil. Para lograrlo, es necesario franquear esa etapa impredecible que se llama adolescencia. Si su hijo está en esa _____, seguramente usted enfrenta el reto de arrancar la hierba de la _____ al mismo tiempo que comienza a sembrar las semillas de la independencia.
2. La adolescencia es el período de crecimiento que transcurre entre la _____ y la edad _____. Se caracteriza por cambios emocionales, sociales y físicos muy dramáticos.
3. La palabra en latín que se traduce adolescencia es adolescere, que significa “_____”.
4. Complete el versículo Eclesiastés 3:1-2 (RVR 1960)
*“Todo tiene su _____, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su _____.
Tiempo de nacer, y tiempo de morir; tiempo de plantar, y tiempo de arrancar lo plantado”.*

Cambios emocionales

5. Con frecuencia, los adolescentes se sienten _____ y cuestionan su identidad personal. Se preguntan:
 - ¿Quién soy?
 - ¿Qué _____ y creencias propias tengo?
 - ¿Cuánta libertad tengo?
 - ¿A quién _____ en verdad?
 - ¿Qué cosas puedo hacer bien?

Cambios sociales

6. Los adolescentes se sienten inseguros y buscan la aprobación de su grupo de _____.
 - Transfieren la lealtad de sus _____ a sus amigos
 - Desean ser cada vez más _____
 - Desarrollan interés en el sexo opuesto



Adolescencia

Cómo ayudar a los adolescentes en tiempos difíciles

2

- Reestructuran su grupo de amigos y de personas a quienes admiran
- Presentan _____ repentinos en su estado de ánimo y conducta

Pubertad

7. Es la edad en la que una persona ya es capaz de reproducirse sexualmente. Se caracteriza por dramáticos _____ físicos.
8. En las niñas comienza entre los _____ y _____ años (normalmente a los doce) y en los niños entre los 12 y 19 (normalmente a los catorce).
A menudo, los adolescentes se sienten _____ por los cambios tan rápidos que se dan en su cuerpo.
9. Cambios físicos en los varones:
 - Crecen alrededor de 12.5 cm. en un año
 - Aumenta su _____ considerablemente
 - Su voz se vuelve más grave
 - Hay crecimiento de _____ facial, púbico, debajo de brazo y en el pecho
 - El pecho se ensancha
 - Se duplica su _____ entre los doce y los diecisiete años
 - Comienza la producción de espermatozoides
10. Cambios físicos en las mujeres:
 - Crecen alrededor de 7.5 cms. al año
 - Aumentan un poco de peso
 - Su _____ se vuelve más clara
 - Crece el vello púbico, debajo del brazo y en las piernas
 - Hay _____ de los senos y ensanchamiento en las caderas
 - Aumento de fuerza especialmente cuando comienza la menstruación
 - Comienza a _____



Adolescencia

Cómo ayudar a los adolescentes en tiempos difíciles

3

Ejemplos bíblicos

Los adolescentes experimentan períodos concentrados de crecimiento en lo emocional, físico y espiritual. Algunos se desarrollan y llegan a la madurez física, pero en el aspecto espiritual y emocional siguen siendo adolescentes. Tales individuos seguirán cargando la inmadurez de su juventud hasta la edad adulta a menos que experimenten el poder transformador de Dios.

Absalón: un ejemplo negativo - 2 Samuel 13

Absalón se dejó llevar por el enojo cuando se enteró de que su medio hermano había violado a su hermana. Durante dos años Absalón permitió que el odio se anidara en su corazón y éste lo encaminó hacia la venganza y rebeldía. Debido a que su padre el rey David, no tomó cartas en el asunto, Absalón mandó matar a su hermano. Este camino de rebeldía lo condujo a oponerse a la autoridad de su padre iniciando una revuelta para derrocarlo del trono y finalmente a su propia muerte.

Josías: un ejemplo positivo - 2 Crónicas 34

Después de que su padre fue asesinado, Josías se convirtió en el décimo sexto rey de Judá, el reino del sur, cuando sólo tenía ocho años. A diferencia de su padre y abuelo, “hizo lo recto ante los ojos de Jehová” según lo leemos en 2 Crónicas 34:2.

Cuando cumplió dieciséis años, decidió que el Señor sería su más alta prioridad y comenzó a buscarlo de todo corazón. Como resultado de su obediencia a la autoridad divina, Josías se opuso férreamente al pecado que prevalecía en su cultura y comenzó a eliminar la idolatría y maldad que había imperado por dos generaciones. A pesar de que fue muerto en batalla a los treinta y nueve años, a Josías se le considera el rey más grande después de David (2 Reyes 23:25). No sólo fue un destacado reformador, sino un joven ejemplar que estuvo dispuesto a ir contra la corriente de su cultura para restaurar la piedad e integridad en el pueblo de Israel.

*“Con arrogancia el malo persigue al pobre;
¡Sera atrapado en los artificios que ha ideado!”
Salmo 10:2 (RVR 1960)*