

ÍNDEX

La recerca d'identitat en l'adolescència	1
BONS HÀBITS I BONS ALIMENTS: La família en la construcció de la identitat	2
BONS HÀBITS I BONS ALIMENTS: Altres materials de construcció	3
QUÈ LLEGIR? : ¿Y si mi hijo se droga?	3
PÍNDOLAS : L'alcohol, també als llocs de treball	4
ON ACUDIR?	4

La recerca d'identitat en l'adolescència (I)

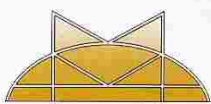
Continuem amb la línia encetada en l'anterior butlletí de números dedicats a l'adolescència, o el que seria millor, als adolescents, les seues inquietuds, pors, il·lusions i reptes. A l'últim butlletí vam reflexionar sobre com el conjunt de sentiments i valoracions dels joves cap a ells mateixos pateixen alguns canvis. D'aquesta manera, la majoria d'estudis assenyalen un descens de l'autoestima a l'inici de la pubertat i una posterior recuperació.

Altre aspecte de la personalitat de l'adolescent que volem destacar en aquest butlletí és la consecució de la identitat. Aquest element està molt relacionat amb l'autoconcepte però té més a veure amb l'àmbit psicosocial del jove. La **identitat** es refereix al compromís de l'adolescent amb una sèrie de valors ideològics i amb un projecte de futur a nivell personal i professional. Abans d'adoptar cadascú els seus compromisos ideològics i personals els joves poden passar per una etapa de crisi en què es poden mostrar indecisos i insegurs. El desenvolupament de la identitat té el seu moment culminant en l'adolescència perquè és en aquesta etapa quan es defineixen aspectes de creixement i desenvolupament de gran importància per a la vida futura.

En aquesta etapa de la vida, el jove es qüestiona automàticament. Està creuant els anys en què es passa de la dependència a la independència i a la confiança en les pròpies forces i possibilitats. I xen a la llum moltes qüestions bàsiques: la vocació professional, la parella, la independència de la família, etc.

La identitat a la que s'arribe vindrà condicionada per les característiques personals, el context i les relacions que estableix el jove amb els seus significatius, com la família.

L'estat de la identitat en què es trobe un adolescent influirà sobre el seu comportament, així, quan més prop de la consecució es trobe, més madur i autònom es mostrarà .



Mancomunitat
de Municipis
de la Vall
d'Albaida

UPC
Drogodependències



Tel: 96 291 29 50

AGRUPACIÓ
COMARCAL
AMPAs
VALL D'ALBAIDA

GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE SANITAT



A més a més des de la UPC....

Encetem un nou curs escolar i amb ell renovem les forces des de la UPC per tal de contribuir millorant els aspectes dels nostres joves que els allunyen de les addiccions. Enguany hem dissenyat una campanya de prevenció de l'abús de l'alcohol que difondrem per tots els centres de secundària de la comarca per conscienciar dels riscos d'aquesta substància, incidint especialment en les conseqüències que el seu abús té en els més joves. La campanya contempla, entre altres activitats, una exposició itinerant sobre els riscos de l'alcohol, un concurs de vídeos per a la prevenció i l'anàlisi d'alguns exemples de publicitat.

BONS HÀBITS I BONS ALIMENTS

La família en la construcció de la identitat

Tenim la creença generalitzada que l'adolescència és l'època en què es produeixen els conflictes més importants entre pares i fills. No podem negar que al llarg de l'adolescència les relacions amb els pares pateixen una sèrie de canvis però no tenen perquè suposar necessàriament l'aparició de conflictes greus.



Per una part, els adolescents comencen a passar més temps amb els seus amics, la qual cosa els dona més experiència en les relacions entre iguals i poden desitjar una relació similar en la família. Així, volen tindre més influència en les decisions familiars i per tant augmenten els conflictes perquè els pares no estan disposats encara a donar-los eixe pes. Aquest primer moment pot dificultar les relacions però a mesura que els pares van flexibilitzant les posicions i els fills donant mostres d'un augment de la responsabilitat la situació va millorant (a vegades esta millora no és patent fins ben entrada l'adolescència).

Per altra part, hem de tindre en compte que els adolescents viuen canvis a nivell intel·lectual, canvis que afecten a la forma en que pensen sobre ells mateixos i el món en general. En les discussions familiars aporten a vegades arguments més sòlids i convincents als que no esteu acostumats els pares.

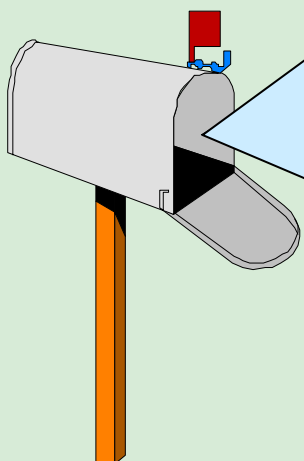
A mesura que els fills creixen i van guanyant o demanant autonomia es pot produir un cert distanciament amb els pares, però que ha de ser interpretat en el context de la recerca d'una identitat pròpia. Normalment no es produeix una ruptura emocional però en alguns casos sí que trobem una certa desvinculació afectiva. El més aconsellable és saber que la família pot ajudar en aquest procés combinant en les relacions amb els fills:

- L'afecte i estima

- L'afavoriment de la seua individualitat: estimulant la iniciativa pròpia i fent-los conscients de la importància de la diferència (no caure en el continu "tots ho fan", "tots ho tenen").



Bústia oberta a...



Comença un nou curs, els xavals tornen a les aules, són els mateixos noms, però podem percebre canvis: Joan el de segon, aquell que el curs passat anava amb pantalonet curt i corria darrere d'una pilota ja te pelussa baix el nas i sembla més interessat en que Maria es fixe amb ell que amb la pilota del curs passat; la Teresa arriba tard cinc minuts i és que s'ha entretingut allisant-se el cabell i elegint quina faldilla es ficarà, el Manel... Estan creixent, canviant, no saben el que volen, no són ja els xiquets del curs passat i que nosaltres els pares pensem que encara són, però tampoc són l'adult que ells creuen ser.

Com diu Luz Sánchez en un article del País Setmanal de fa alguns anys "... en el millor i en el pitjor sentit de la paraula. Pedants, galls, orgullosos, rebels contra tot i contra res, egoistes, còmodes, presumits, cruels, injustos a posta, arrogants, replicadors. Però també insegurs, sentimentals, creatius, solidaris, curiosos i, sobretot, vulnerables". Aquell quinceanyer que no s'haja reconegut alguna vegada en este retrat, que tire la primera pedra.

Leonardo Borràs, Dep. Orientació IES La Pobla del Duc.

AGRUPACIÓ COMARCAL AMPAs VALL D'ALBAIDA, INFORMA.

Un any més, encetem el curs 2006/2007 amb les mateixes carències dels darrers anys, falta de professorat, mancances en instal·lacions, ràtios per damunt de la legalitat, i un llarg etc.. Des de l'Agrupació Comarcal d'Associacions de Mares i Pares d'Alumnes de la Vall d'Albaida junt la nostra representativitat en la Federació d'AMP's (FAPA-VALENCIA) i amb la Confederació d'AMP's "Gonzalo Anaya" donarem el suport a totes aquelles Associacions que ens demanen l'ajuda i l'orientació necessària per a desenvolupar la seva tasca. Així mateix oferirem com als darrers anys, cursos de formació per a tots els pares/mares interessats en l'educació de qualitat per als seus fills i filles.

Salutacions.

Vicent Ruiz i Bataller

Pte. Agrup. Comarcal d'Associacions de Mares i Pares d'Alumnes de la Vall d'Albaida.-

BONS HÀBITS I BONS ALIMENTS

Altres materials de construcció

Davant les noves ansietats l'adolescent busca mecanismes per defensar-se. Podem repassar algunes de les pors i les defenses que generen (Ana Villar) :

NOVES PORS

Ansietat front a un nou cos:

Ansietat front a la necessitat de separar-se dels pares:

Ansietat per elegir el seu propi projecte d'autonomia:

DEFENSES

- Pertànyer a una tribu o "pandilla": iguala les diferències.
- Seguir patrons rígids, obsessions (anorèxia, bulímia...).

- Quant més diferents a ell els veja més fàcil li resultarà trencar vincles.
- Identificar-se amb figures externes.
- Formalitzar parella en edat primerenca.



- Seguir el projecte dissenyat pels pares.
- Allargar el procés tot el que es puga (xiquets de 25 anys).
- Actuar sense pensar, posant-se en situacions de risc per a provar-se que pot ser valorat com un adult.



Vegem com els joves també busquen la seua identitat i construeixen la seua personalitat en el grup d'amics, entre els iguals. El grup ve complint un paper d'intermediari entre la integració en l'entorn familiar i la individualització. El grup permet augmentar la sensació de seguretat, la relació de pertànyer a un conjunt i la diferència front a altres col·lectius.

Abans de poder aconseguir una identitat estable el jove passa per distintes fases fins que va definint-se la seua personalitat. Així, tracta d'afirmar-se com a persona, mostrant una oposició de vegades incomprensible per als pares, confabulant i mostrant una imatge distorsionada de sí mateix (més segur del que realment se sent) i/o buscant ser original o únic fent actes inesperats o inhabituals.

Queda clar que és una etapa complicada però al temps un inici, el de la vida adulta, en què es viuen grans emocions, grans dubtes, com tota entrada a un nou món. Com a pares i educadors acompanyem-los i gaudim de les noves situacions i relacions amb els fills que ens esperen.

En pròxims butlletins ens ocuparem més en detall d'altres aspectes de la construcció de la identitat com els amics i altres influències socials.

QUÈ LLEGIR: "¿Y si mi hijo se droga?" Begoña del Pueyo, Alejandro Perales. Ed Debolsillo.

Els autors situen el problema de les drogues en la seua justa mesura, sense alarmes innecessàries i, sobretot, ensenyen als pares què han de fer per no ser els últims en assabentar-se, per avançar-se i poder evitar que els fills es droguen. A més, indica les eixides que existeixen quan han d'enfrontar-se al consum, bé siga esporàdic o bé siga habitual. Aquest és un llibre que dona respostes clares i eficaces que el converteixen en un instrument valuós per a pares i educadors.

PÍNDOLLES

L'alcohol també als llocs de treball

L'alcohol és la substància psicoactiva més consumida per la població general. Segons l'Enquesta Domiciliària sobre el consum de Drogues en 2003, un 88,6% de la població de 15 a 65 anys indicava haver-la consumida en alguna ocasió, i un 76% en els últims 12 mesos. Encara que és ben cert que en l'etapa juvenil és on es troben els consums més quantitius, no hem d'oblidar que hi ha un gran nombre d'adults, en edats compreses entre els 30 i 50 anys, que fan un ús inadequat o abusiú d'aquesta substància.

El consum d'alcohol ve associat normalment a la festa i al temps d'oci. No obstant això, hem de tenir clar que hi ha un alt percentatge de gent que a més ho fa dins del període laboral. Els efectes nocius del consum d'alcohol en el lloc de treball i en el rendiment laboral són corrents a tots els nivells. La seguretat laboral i la productivitat poden veure afectats de forma adversa per empleats baix la influència de l'alcohol. Si a partir de certes quantitats d'alcohol apareix el risc per a la salut personal, el risc per a la seguretat en el treball comença en el consum de la primera "copa".

DADES QUE CONFIRMEN AQUESTES TEORIES

- ◆ Aproximadament un 95% de la població en edat de treball beu alcohol habitualment.
- ◆ Quasi un 15% dels treballadors s'entrenten inclosos dins del grup d'alt risc de consum alcohòlic.
- ◆ Quasi un 30% dels treballadors empleats beu alcohol en major o menor quantitat durant els dies laborals.

El consum d'alcohol pels treballadors produeix un ampli impacte, que s'estén a les famílies i als companys de treball, empitjorant el clima laboral, creant pèrdues d'ingressos, disminuint la productivitat i el rendiment, augmentant l'estrés, registrant una major baixa laboral i incrementant, com no, l'accidentalitat al lloc de treball.

Quant a la percepció del consum, aproximadament el 50% dels treballadors de la Comunitat Valenciana indiquen que coneixen algun company de treball que consumeix alcohol en excés o alguna altra droga. Aquestes circumstàncies, junt amb una prevalença del 25,6% de consumidors moderats i abusius d'alcohol, fa necessari que s'aborde el problema del consum de substàncies en el medi laboral d'una forma eficaç i que es plantegen actuacions tant preventives com de suport terapèutic.



ON ACUDIR

En cas de voler realitzar qualsevol pregunta o consulta sobre els temes tractats, o uns altres aspectes relacionats amb les addiccions o les escoles de pares, pots fer-ho adreçant-te a:

Mancomunitat de Municipis de la Vall d'Albaida

U.P.C. Drogodependències

C/ Sant Francesc, núm. 8, 3er, 5a. 46870. Ontinyent. València.

Tel. 96 291 29 50. Adreça electrònica: upc@mancovall.com