



Aluno: _____

Escola: _____

Data: ___/___/___

Ano de Escolaridade: 7º

Professor (a): _____

Disciplina: **Ética, Cidadania e Saúde**

Semana 17: de 31 de maio a 02 de junho de 2021

Conteúdo(s) desenvolvido(s): Transformações físicas e psicológicas na adolescência; Adolescência – fase de transformação.

Motive-se! Aprenda! Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=Lb5RVCD0vYk>

A adolescência é uma fase da vida de grandes transformações tanto físicas como psicológicas. É nesta fase que o jovem constrói seu mundo interno e forma sua identidade aprendendo assim a criar novas relações com o mundo externo, deixando a infância para trás para tornar-se adulto.

Esse processo envolve uma instabilidade no comportamento, assim em alguns momentos os jovens estão muito sociáveis, buscando conversar, interessados nas mais diversas coisas, e em outros momentos buscam se isolar, passando horas trancados nos seus quartos, evitando o contato com as pessoas.

Esse fato torna essa fase confusa, tanto para os jovens como para os pais e demais adultos que lidam com eles.

É importante entender que essa instabilidade na realidade é uma forma de ajuste. O adolescente está procurando se adaptar ao fato de não ser mais criança e ainda não ser adulto.

Diante de tantas transformações pelas quais estão passando, é natural que se voltem para seu mundo interior, buscando assim formar sua identidade.



AS TRANSFORMAÇÕES DA ADOLESCÊNCIA

TRANSFORMAÇÕES FÍSICAS

Na adolescência ocorre a maturação sexual, nessa fase o corpo de meninos e meninas passa por intensas transformações, o que gera insegurança sobre a própria imagem corporal.

Nos meninos ocorre o aparecimento de pelos pubianos, nas axilas, pernas e rosto, a voz começa a engrossar, aumento do diâmetro do pênis, crescimento do pomo de Adão, etc.

Nas meninas ocorre o crescimento dos seios, aparecimentos de pelos pubianos e nas axilas, desenvolvimento dos órgãos sexuais, primeira menstruação, os quadris ficam mais largos, o útero aumenta de tamanho, etc.

Além das mudanças externas ocorre uma descarga de hormônios em ambos os casos, o que faz o jovem despertar para sua sexualidade.

TRANSFORMAÇÕES PSICOLÓGICAS

Diante das novas descobertas (desejo sexual) e da constante transformação corporal pelo qual passam, os jovens voltam-se para seu mundo interior em busca de ajuste e organização psíquica, pois precisam encontrar uma maneira de lidar com essas novas emoções.

Nesta fase é comum os jovens sentirem-se inseguros e buscarem grupos com os quais se identificam, para se afirmarem e criarem suas opiniões, gostos e ideias sobre si e sobre o mundo

Algumas características comuns dessa fase são:

- interiorização e isolamento – para buscarem o reajuste emocional e a intelectualização;
- crescente consciência do “eu”;
- busca pela independência e autonomia que por ser ainda imatura pode aparecer com comportamentos de rebeldia e agressividade;
- adaptação progressiva aos núcleos sociais (pais, amigos, escola);
- preocupação intensa com a aparência e busca de modelos para copiarem;
- tornam-se mais observadores dos comportamentos dos outros para fazerem comparações com suas próprias atitudes;
- valorização dos aspectos emocionais, pois percebem que para se sentirem felizes precisam respeitar seus sentimentos e conhecer os sentimentos dos outros;
- necessidade de expor suas opiniões, mesmo que elas se alterem com facilidade.

Lidar com adolescentes é um desafio para os adultos, que muitas vezes perdem a paciência e ficam frustrados, pois veem sua autoridade frequentemente desafiada.

Por ser um momento de transformação, os pais devem ajudar seus filhos a passar por essa fase. Embora seja tentador tratá-los já como adultos é importante entender que eles ainda precisam de orientação e apoio para tomar decisões e controlar suas emoções.

Fazer do ambiente familiar um lugar onde eles se sintam protegidos e seguros, onde possam se expressar e ser ouvidos, amados e respeitados é a melhor maneira de mantê-los próximos.

Isso não significa que não há limites e regras que os jovens devem cumprir, mas sim que em seus lares eles podem encontrar todo o apoio que precisam para se tornarem os adultos que desejam ser!

Autora: [Andrea Ferreira](#) (Psicóloga CRP 06/113065)
<https://www.psicologoeterapia.com.br/clinica-de-psicologia/adolescencia-e-psicologia>

ATIVIDADES

1- Leia o texto e escreva algumas transformações físicas que ocorrem no corpo das meninas e dos meninos.

2- Retire do texto três características comuns dos adolescentes na fase das “transformações psicológicas”.
