

Servicio de **ORIENTACIÓN Y PSICOTERAPIA**

¿Desinterés académico,
dificultad de concentración
y aprendizaje, confusión,
altibajos emocionales,
angustia, sentimientos de
soledad,...?

C/ Sarriés, 2-4 bajo
31014. Pamplona
Tfno. **600 930 110**
sop@xilema.org



LA ADOLESCENCIA. La etapa más crítica.

La adolescencia presenta múltiples cambios que influyen en el desarrollo de los/as adolescentes y de sus familias. Las redes sociales abren una mayor brecha generacional entre los/as adolescentes y sus familiares, llegando a sentirse perdidos e incomprendidos.

Un adolescente es como un corredor novel de maratón, pero sin saber exactamente cuál, dónde y cómo será la meta. La carrera en la que por momentos se ven más perdidos y esta vivencia se convierte en incertidumbre, confusión, decaimiento, languidez y ansiedad.

A su vez, adquieren mayor responsabilidad y autonomía. Las amistades cobran relevancia y ayudan en la búsqueda de su identidad, aunque también despiertan rivalidades y sentimientos de inferioridad que pueden llegar a expresarse mediante el bullying y cyberacoso.

Esta transición suele manifestarse con desinterés académico, dificultad de concentración y aprendizaje, altibajos emocionales, angustia, sentimientos de soledad, conductas de riesgo, impulsividad y necesidades de autoafirmación frente a la autoridad.

Si te sientes así...

Llámanos
Podemos ayudarte

Es un Servicio de orientación psicológica y terapia gestionado por Fundación Xilema y formado por un equipo profesional especializado compuesto por psicólogos/as sanitarios/as.

C/ Sarriés, 2-4 bajo
31014. Pamplona

Tfno. 600 930 110
sop@xilema.org