

# O Estar e o Ser Adolescente



O dia a dia com adolescente quer seja professor, pais ou alguém responsável por eles é preciso ter paciência e sabedoria para lidar com todas as mudanças de comportamentos e físicas.





Está com adolescentes é preciso ter calma, firmeza nas decisões para ser tomadas com eles e sabedoria, pois nessa fase eles são muito críticos e tem alterações de humor o tempo todo. Sofrem de ansiedade, ao mesmo tempo que estão triste já ficam alegres. Querem ter opiniões próprias e se acham donos da razões. Sente angústias ao ponto de ameaçar um colega porque tirou notas melhores ou por ser atraente.

Ser adolescente é quando acontece as mudanças muito rápido no seu físico. As mãos, pés, nariz, pernas e os órgãos sexuais desenvolve rapidamente. Os hormônios ficam altos. Eles assustam com tanta mudanças físicas e sentem dificuldades em lidar com essas mudanças precisando de professores, pais ou alguém do seu cotidiano ajudando-os com uma boa explicação e orientação nessa fase da puberdade.

Sendo assim, quem convive com adolescentes precisa estar com psicológico equilibrado para saber lidar com todas essas alterações físicas e comportamentais.