GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Psicología para adolescentes, ¿cómo aplicarla?

Actualidad Empresarial | 01/03/2023 | 00:00

La adolescencia es la etapa de transición entre la niñez y la edad adulta donde los jóvenes viven profundos cambios constantemente.

Por esta razón, el funcionamiento psicológico transforma el comportamiento, la cosmovisión y el modo de relacionarse con el mundo. Esta es una etapa en la que los adolescentes empiezan a establecer su propia identidad buscando autonomía en sus decisiones.

En ese contexto, Ohana Psicología ofrece su servicio de psicología adolescentes para acompañar a los jóvenes y padres durante este proceso para que tengan un desarrollo saludable para pasar a la vida adulta.

Citas especializadas para los jóvenes

Ohana Psicología es un centro reconocido en Madrid debido a su trabajo con los adolescentes. El equipo de expertos están capacitados para guiar a sus pacientes para que acepten su nueva etapa de vida a pesar de las situaciones complejas.

Los tratamientos de salud mental buscan prevenir problemas futuros que dificulten el bienestar del menor. Por ejemplo, algunas de las problemáticas más tratadas en los adolescentes son los trastornos de ansiedad, baja motivación vital, problemas de autoestima, rebeldía, adicciones, dificultad de socialización o trastorno por déficit de atención con hiperactividad (T.D.A.H.), entre otros.

Asimismo, es importante reconocer el papel de los padres en los procesos de psicología, ya que son los encargados de la crianza. Los psicólogos de Ohana trabajan en conjunto con los familiares del adolescente a través de la enseñanza de estrategias para entenderlo y establecer límites sanos para ayudarles a autogestionar sus emociones.

La importancia de la salud mental en los adolescentes

La adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de la inteligencia emocional y hábitos sociales, donde hay factores que afectan la salud mental. Sin embargo, muchos menores deciden no pedir ayuda por la estigmatización y desconocimiento general de los cuidados de salud mental.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la desatención de la salud mental de los adolescentes tiene consecuencias que se extienden a la edad adulta, perjudican la salud física y mental de la persona y restringen sus posibilidades de llevar una vida plena en el futuro. Por este motivo, los padres deberían informarse y buscar profesionales para que los adolescentes aprendan a gestionar sus emociones y vivir esta etapa de la mejor manera. Además, los progenitores podrán aprender a construir entornos favorables desde el mismo contexto familiar.

Ohana Psicología es un centro de psicología y atención psicoeducativa con profesionales que apoyan a los pacientes para que tengan una vida de calidad. Sus servicios de atención están dirigidos a niños, adolescentes y adultos. Ohana invita a los interesados a visitar su sede en la calle Alcañiz, 8, ubicada cerca de la estación Barajas. También es posible contactar con ellos a través de los canales de comunicación abiertos y disponibles en su página web.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/198907-psicologia-para-adolescentes-como-aplicarla.htm