

Acompañar la adolescencia

Guía familiar y hoja de conversación para 13-17 años.

Familias · Infancia y familias · Imprimible A4

Acompañar cada etapa

Escucha sin interrumpir y acuerda límites y responsabilidades. Respeta espacios de intimidad y autonomía progresiva.

Hablad de relaciones respetuosas, seguridad en internet y cómo pedir ayuda. Identificad personas adultas de confianza.

Los cambios persistentes de ánimo, aislamiento o abandono de actividades merecen atención. Ante peligro inmediato para su seguridad, solicita ayuda urgente.

Llevar a la consulta

Registra tus observaciones y preguntas. Esta hoja ayuda a conversar con el equipo; no es un test ni una tabla de hitos del desarrollo.

Fuentes y versión

Junta de Andalucía · Ventana Abierta a la Familia · Llegó la adolescencia

Guía temática del portal; archivo publicado en 2020

https://www.ventanafamilias.es/wp-content/uploads/2020/10/cuidadores_adolescencia.pdf

Fuentes consultadas el 06/09/2026. Material propio de PrimariApp basado en las fuentes indicadas. No es una publicación oficial ni un nuevo instrumento validado. Utiliza las recomendaciones del equipo que te atiende.

Lo que observamos en familia

Acompañar la adolescencia

Etapas orientativa: 13-17 años. Cada niño o niña tiene su propio contexto.

Referencia: _____ Fecha: _____

Fecha	Alimentación / descanso	Juego / desarrollo / emociones	Duda o apoyo necesario

Observaciones / próximo paso: _____

Nuestro acuerdo para esta semana

Acompañar la adolescencia

Escoged un objetivo pequeño y posible.

Referencia: _____ Fecha: _____

Qué queremos mejorar	Un paso concreto	Quién participa	Cuándo lo revisamos

Observaciones / próximo paso: _____
