



Los grandes cambios en el desarrollo durante la edad infanto-juvenil se **inician con la pubertad y adquieren su acmé en la adolescencia**. De aquí, que la mayoría de lo que exponemos a continuación, puede ser aplicado a ambas etapas, aunque con expresiones conductuales y emocionales diferentes.

Si preguntamos a los adultos sobre la adolescencia y sus riesgos, la mayoría la relacionan con la promiscuidad sexual, las salidas nocturnas, la conflictividad familiar, el consumo de drogas y/o alcohol, la apatía por el estudio y comportamientos antisociales. Pero, **¿cómo es la adolescencia?; ¿es tan problemática como se piensa, o es una etapa normal de la vida?; ¿es un fenómeno que se presenta en todas las culturas?**. Intentaremos dar la mejor respuesta posible y pensando especialmente en los padres y educadores.

## Un visión integral del desarrollo puberal y adolescente

Con la pubertad comienzan una serie de cambios significativos que afectarán a los aspectos **físicos, cognitivos, emocionales y sociales** de la persona. Son cambios relativamente rápidos y a los que el individuo debe adaptarse no sin experimentar **determinados ajustes conductuales, en su relaciones intrafamiliares** y en las que hasta ahora venía manteniendo **con sus compañeros**.

Aunque estos cambios, especialmente los físicos, sí son universales, los conductuales y sociales pueden variar ampliamente entre culturas. Se comprende fácilmente si tenemos en cuenta que en ellos intervienen **factores neurobiológicos, endocrinos, sociales y familiares**.

No comprenderemos la adolescencia y sus cambios, si no tenemos en cuenta que es imperativo considerar a todos los factores intervinientes, ya que en definitiva la adolescencia es el resultado de la interacción entre todos ellos, indistintamente del peso que adquiera cada uno en momentos evolutivos concretos.

## Adolescencia y proceso de identidad

Las dificultades relacionadas con la identidad son las primeras en aparecer. Los padres y educadores podemos anticipar que ese proceso se está iniciando cuando observamos que, el hasta ahora niño, comienza a gestionar sus emociones con dificultad, **apareciendo lo que denominamos labilidad emocional; pierden seguridad en sí mismo propiciando comportamientos de evitación; tienden a culpar a los demás de sus propios errores y su asertividad disminuye**, lo que da lugar a que sean muchos **más influenciables** por los mensajes y consignas de grupo de iguales.



Hasta que se inicia la pubertad, el niño no se plantea grandes interrogantes en cuanto a la identidad, excepto en aquellos casos en donde algún aspecto concreto entra en contradicción con las demandas del entorno. Un ejemplo lo tenemos **en la transexualidad**. El niño, vivirá estos problemas de identidad, con mayor o menor angustia, dependiendo de las demandas del medio familiar, escolar o social. En la medida en que los referentes que le proporcionaban identidad se van modificando como consecuencia de los cambios puberales, se va estableciendo una **identidad difusa** consiguiente caracterizada por:

- Los valores familiares entran en crisis.
- Inestabilidad psicológica, cognitiva y emocional relacionada con los cambios biológicos.
- Aparece una cierta tendencia a la mitificación, alimentada por la fantasía y mayor tendencia a la idealización.
- Las emociones se expresan con más exageración y teatralización.
- Las relaciones sociales se vuelven más selectivas. Es la etapa en donde se establece un vínculo muy intenso con algún compañero del mismo sexo, siendo bastante excluyente con relación a los demás compañeros.

Conforme se va avanzando en edad, se dice que el adolescente, debe pasar desde una **identidad difusa** a una de **tipo cristalizada**: en definitiva, dar un sentido coherente a la personalidad, la elección de una actividad apropiada, conseguir interiorizar unos valores que le sirvan como referente y por qué luchar y conseguir una orientación o dar respuesta a una identidad sexual satisfactoria, ya que los parámetros en los que se sostiene la identidad difusa no pueden ya sostenerse. Esto es el resultado de la consolidación de los cambios físicos y neurobiológicos, de la aparición de nuevos intereses, del establecimiento de estilos nuevos en la relación social y la necesidad de utilizar nuevos códigos comunicacionales, del establecimiento de un tipo nuevo de relación con la familia y con los amigos y el mudo de los adultos.

Algunos autores como **James Marcia**, definen varias etapas en la evolución de la identidad a lo largo de la adolescencia desde la identidad **difusa a la cristalizada: Identidad difusa, identidad en moratoria, identidad hipotecada y logro de una identidad**.

Lo más importante para los adultos que tengan que convivir con un adolescente, consiste en saber que todos los cambios se van produciendo lentamente sobre un terreno bastante lábil, durante el que se necesita apoyo emocional, orientación y saber equilibrar la tolerancia con la firmeza. A los padres y educadores se nos exigen absoluta coherencia. Tengamos siempre presente que ese terreno lábil del que hablamos está constituido por momentos de desconcierto, incertidumbre, de ansiedad/depresión, miedos, rabia y contrariedades, frustraciones y agravios, a veces, difíciles de asimilar por los adultos.



*NB: En el próximo post, se expondrá el rol que juegan la neurobiología y la sexualidad en la conformación de la identidad cristalizada.*

Impactos: 165