

ADOLESCENCIA

*En el ámbito sociofamiliar:
el adolescente sueña y medita,
critica minuciosamente el comportamiento de sus padres,
tiende a alejarse del círculo familiar.*

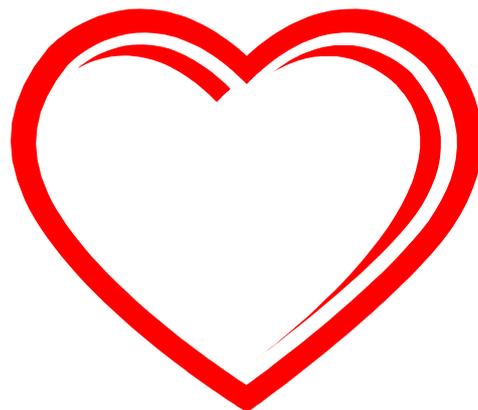
DESARROLLO PSICOLÓGICO



- Aparece un proceso de interiorización que lleva al adolescente a descubrir una manera nueva de ser y de estar y a reflexionar sobre sí mismo y sobre el mundo.
- Empiezan a exteriorizar una nueva fuerza de voluntad, que es la mayor característica de los adolescentes entre los 13 y los 15 años; hecho que no impide la existencia de desconfianzas e inhibiciones, de momentos de tristeza y de cambios de humor, de actitudes contradictorias y de expresiones insolentes.
- Aspiran a ser elegantes y a tener cualidades estéticas, robustez y fuerza física, habilidades deportivas y buena presencia.
- Dominio de sí mismos y sentido del deber
- Pretenden ser inteligentes y leales, idealistas y activos, tolerantes y deseosos de que tengan buena opinión de ellos; realistas y originales.

DESARROLLO AFECTIVO

- El adolescente canaliza sus sentimientos y afectos hacia fuera de casa, hacia los compañeros o adultos, o sea, hacia cuantas personas se interesen por él, sean sensibles para con sus problemas y comprensivos con su conducta.
- Estos sentimientos, además de proporcionarle seguridad personal y confianza en sí mismo, desencadenan en él una serie de asociaciones cada vez más placenteras y reconfortantes, lo que motiva que el adolescente se encuentre cada vez más a gusto entre esas personas y lo manifieste en sus actitudes y comportamiento.
- Esta situación afectiva lleva al adolescente a la búsqueda del sentido social, al encuentro con los demás y a una especie de sensación de que necesita completarse.
- Se da la tendencia a los primeros flitreos.
- El chico es más agresivo e impulsivo siente la necesidad de ternura, amparo y cariño y la chica a su vez, siente la necesidad de alguien que la estimule, la comprenda y le dé fuerza y apoyo.
- Es el momento de la apertura al mundo afectivo y del descubrimiento del otro y de sí mismo.
- Época de romances y amores efímeros, que acaban tan pronto como empiezan.
- El adolescente necesita, más que nunca, ser ayudado, tener unos padres a la altura de su misión educadora, profesores que comprendan esta compleja problemática de la adolescencia.
- El origen de muchos de los problemas del adolescente se sitúan la mayoría de las veces, en la falta de educación sexual de los púberes cuando aparece el vello en los órganos sexuales o las primeras erecciones en el muchacho, o se desarrollan los senos y aparece la primera menstruación en la niña, fenómenos que pueden suscitar angustias y traumas en el posterior desarrollo de la sexualidad.
- En la chica el componente sentimental va por delante de la genital.
- En el chico, por el contrario, en la primera fase de la pubertad, es lo sexual lo que se impone a lo sentimental.
- Surgen las contradicciones entre sentimientos y emociones.
- La adolescencia es una etapa donde surgen multitud de conflictos:
 - El narcisismo lo lleva, en la segunda etapa de la pubertad, a volcarse sobre sí mismo, sobre su aspecto y a la autocomplacencia; a analizar su conducta, a criticarse y a explorar y descubrir su mundo; en esos momentos experimenta una sensación de soledad, de tristeza y melancolía, que acusa a los miembros de su familia y a cuantos lo rodean de ser los responsables de su mal humor.
 - Siente necesidad de amar y de ser amado, pero se ve mediatizado por sentimientos de egoísmo y hasta por ciertos rasgos egocéntricos y de vanidad personal.
 - Va ganando confianza en sí mismo, pero necesita servirse de los demás para reforzar su comportamiento con su aprobación benevolente.
 - Sueña el amor antes de vivenciarlo y lo desea ardientemente para satisfacer sus necesidades esenciales: por su necesidad de ternura y por exigencia sexual;
 - Canaliza el amor hacia el sexo contrario, dando origen a un amor donde aparece una mezcla de ansiedad y de alegría, de desafío y estímulo, de "deseo-amenaza" de seducción, de deseo-riesgo de ser amado, de satisfacción afectiva y de desesperación solitaria, de superioridad y de inferioridad, de placer y de culpa.



- Entre los 13 y 16 años, se empieza a desligar de su familia, hasta entonces centro de su vida, e inicia el camino del proceso de su identidad.
- Para que este proceso se realice con seguridad y equilibrio, es necesario que las fases anteriores del desarrollo se hayan realizado con normalidad y tolerancia.
- Esta ruptura progresiva con los padres conduce al adolescente a renunciar a su dominio y superprotección, a producirle inseguridad e inquietud y a poner de manifiesto su capacidad y sus limitaciones.
- Comienzan los enfrentamientos con las restricciones, normas y prohibiciones, llevados por la fuerza y la seguridad en sí mismos.
- Orientan su comportamiento y sus actitudes, creando en sí mismo seguridad y confianza en su capacidad para hacer frente a los impulsos sexuales, para conseguir normas con que protegerse de manera realista, para experimentar los límites de su tolerancia frente a la ansiedad y al sentimiento de culpa y lo modifican mediante la interacción en grupos de compañeros y amigos de su misma edad y con idénticos problemas.
- Al final de la adolescencia media, es probable que el joven inicie su primer *amor*, que, a pesar del descubrimiento del otro sexo, entraña muchos componentes narcisistas. Por ejemplo, el joven, al enamorarse de una chica, ve en ella, inconscientemente, a la persona a quien le gustaría parecerse si hubiera nacido mujer. Y en la joven sucede algo parecido. Estos enamoramientos pueden ser mientras tanto muy importantes para dar mayor seguridad y significación a su propia identidad.

DESARROLLO PSICOSEXUAL

- El adolescente, al interiorizar las funciones de sus órganos genitales.
- Aparta sus tendencias libidinosas de la familia y las dirige hacia lo exterior; hecho que exige un refuerzo de su propia identidad.
- Identificación con los compañeros del mismo sexo, pero también origen inconsciente de gran parte de los conflictos generacionales, dada la gran necesidad que el proceso de identidad del adolescente le crea de ser distinto de las generaciones mayores.
- Este cambio de naturaleza afectiva y sexual lleva al adolescente:
 - A concienciarse de que sus órganos sexuales, además de su función placentera, tienen una función reproductora.
 - A la liberación de la autoridad familiar.
 - A nivel cultural, a enfrentarse con el legado sociocultural del medio;
 - A nivel social, a cuestionarse el orden y la dinámica de la misma sociedad circundante;
 - A nivel afectivo, a integrarse sólidamente en la institución escolar.
- Este proceso de liberación sucesiva de la autoridad conduce al adolescente:
 - al reencuentro de su propia forma de expresión, a descubrir su propio comportamiento;
 - al aprendizaje del modo idóneo de comunicarse consigo mismo y con los demás;
 - en resumen, al desarrollo de su propia personalidad.
- Hacia los 16 años se caracteriza por la necesidad que siente de aumentar la confianza en sí mismo para asumir las responsabilidades que está contrayendo y hace al adolescente sentir la necesidad de tener tiempo libre, aunque le encanta verse rodeado de otros jóvenes del mismo sexo, a discutir y someter a prueba su independencia y autodeterminación individual, con lo que demuestra que posee una mente mucho más organizada que antes, una estabilidad espiritual más equilibrada, mayor poder de autocontrol, menos actitudes de mal humor y mayor imparcialidad en su análisis de las relaciones, de los hechos y de los acontecimientos, tanto en relación con sus padres, como con sus compañeros, con sus profesores o con la sociedad en general. Así se inicia el proceso de integración y de búsqueda de su puesto en el mundo de los adultos.

RECOMENDACIONES PARA LOS PADRES

1. No se debe mandar hoy una cosa y mañana otra, con contradicciones porque evidentemente nos hará perder credibilidad.
2. Cuando se toma una decisión hay que mantenerla. Previamente hay que razonarla pero una vez tomada, deberemos mantenerla aunque cueste trabajo o sacrificio...
3. No se puede exigir a los hijos lo que no somos capaces de hacer. Mantener una congruencia de vida, no podemos pedir orden si somos un desastre....
4. Debemos mantener el control, no dejarnos llevar siempre por la ira, enfado, o agresividad, puesto que nos pueden llevar a dar órdenes que luego tendremos que corregir.
5. Ser tolerantes con las pequeñas cosas, (la ropa, el tatuaje, el pendiente...) y poder exigir en las fundamentales.
6. Mostrar interés por todas sus acciones. No exigir, dar órdenes y desaparecer de la escena, leer el periódico o marchar de casa, desatendiéndose del hijo.
7. Disponer de muchísima paciencia. No debemos olvidar que ellos tratarán de imponer sus criterios, aprovecharse de nuestras debilidades, debemos ser perseverantes, no claudicando nunca, y cuando nos veamos desbordados pedir ayuda a un profesional que nos oriente.
8. Valorar todo lo bueno, lo responsable que sea, aunque sea mínimamente, pues así será estimulado, procurando estar siempre para ver también lo que ha hecho bien, aunque sea su deber (como estudiar, o recoger su habitación) puesto que en esta crisis esto a él, al adolescente, le supone un esfuerzo.
9. Controlar la vida de nuestros hijos no es fiscalizarla. Educar a un hijo empieza en nacimiento y nunca termina.
10. El dialogo constructivo es la mejor herramienta para la paz en el hogar.

