

En el fondo, el adolescente desea ser tratado en un tono de igualdad y no como el niño que fue.

Un análisis sobre las creencias y vivencias de los jóvenes.

15 características que hacen de los adolescentes seres "excepcionales".

ADOLESCENCIA: CAMINO HACIA LA MADUREZ

ANTONIA CRESPO BELLIDO

PROFESORA PEDAGOGÍA TERAPÉUTICA

JOSÉ LUIS MOYA PALACIOS

PSICÓLOGO CLÍNICO

Introducción

A la edad de 12-16 años el hombre no "ES", se está construyendo. Su paso por esta etapa le va a marcar profundamente, dependiendo de su evolución, del modo de afrontamiento y resolución de las múltiples variables *situacionales, familiares cognitivas y psicoafectivas* que se le presenten.

Al período evolutivo de transición entre la niñez y la juventud se le denomina *adolescencia*. Los límites entre una y otra etapa no son fijos, carecen de demarcación precisa. La adolescencia, camino del hombre como esencia y existencia consciente, es una *etapa sumamente vulnerable*.

No hay ningún adolescente igual. Si tuviéramos que definir a un adolescente nos quedaríamos <<con esta descripción de un chaval de cuarto de la ESO:

"Soy alegre, estoy a gusto conmigo mismo, estudio más bien poco, me va bien la vida, hago lo necesario" Así son la mayoría de los adolescentes, para nuestro entusiasmo o nuestra desesperación >> (J. Funes 2003).

La progresión positiva hacia la madurez del adolescente va a depender de un abanico amplio de variables y contextos, entre los cuales padres y profesores, desde su actitud, van a ser determinantes.

Citas del adolescente

De forma muy rápida se apuntan algunos -sólo algunos- rasgos que caracterizan el período evolutivo de la adolescencia:

1. El adolescente es socialmente expansivo: le atrae la convivencia, la comunicación con los iguales. Este potencial gregario, esta expansión asociativa es un mecanismo con dos grupos de variables bien definidas:

- El trasfondo colectivo: asimilación e identificación social.
- Recuperación del yo: el individuo se pierde en la masa y tendrá que rescatar su individualidad personal tras haber vivido la experiencia colectiva.

2. Vive de impresiones e impactos: moda de los chat, imitación e identificación de los ídolos fugaces, las ropas para estar al día, el móvil como elemento de unión y comunicación, actitudes de autonomía personalista y libre, ausencia en lo posible de compromisos relativos a situaciones de esfuerzo,



L. Tabernilla

de huida del dolor de lo costoso y del sacrificio por la búsqueda del principio del placer y el gusto.

- Tendencia a la reacción primaria, brusca, poco controlada frente a estímulos.
- Tendencia a la incipiente reacción afectivo-sentimental.

3. Radicalismo y dogmatismo dialéctico como tendencia al intento de pensar por sí mismos. En ocasiones, estas actitudes están disfrazadas de manifestaciones de franqueza agresiva, sinceridad descarnada o elevadas aspiraciones utópicas.

4. Estado frustracional y desvalimiento:

Frecuentemente las dificultades de adaptación a la realidad, la lucha entre lo ideal y lo real, las estimulaciones *desclasantes* del medio: televisión, anuncios, etc. (ofertas múltiples consumistas, estilos de vida libertarios, de placer, de diversión, que contrastan con la realidad objetiva cotidiana y económica con la que se vive día a día) hacen que el adolescente se frustre y surjan, a veces, mecanismos deficientes de ajuste y defensa (represión, desplazamiento, fijación, regresión, proyección, negación de la realidad, etc.) acompañados de agresividad, renuncia, desmotivación, polarización de intereses, desvalimiento.

El estado frustracional, en ocasiones, conduce, tanto a chicos como a chicas, a una evasión sentimental donde la búsqueda de sensaciones nuevas gestan experiencias inmaduras que se imponen cada vez con más frecuencia. La prensa diaria da fe de ello: movidas, litronas, comas étlicos a edades tempranas, suicidios, altercados por discontrol, embarazos no deseados, ingresos por ingesta de píldoras...

5. Tonalidad afectiva: caracterizada por formas de vivencias y estados de ánimo cambiantes. El

comportamiento queda impregnado de una fuerte carga emocional que se generaliza a todos los ámbitos, especialmente a la relación interpersonal dentro del marco escolar.

6. Atención al otro tú: el descubrimiento del otro lleva al acercamiento afectivo y sexual, a veces, bajo todo un abigarrado abanico de emocionalidad sin control suficiente.

Surgen los problemas morales: su autosatisfacción masturbatoria y los imperativos de tipo religioso o ético-moral recibidos.



L. Tabernilla

El erotismo es una modalidad propia de esta época del despertar sexual, principalmente en las chicas que adelantan los procesos de su maduración sexual.

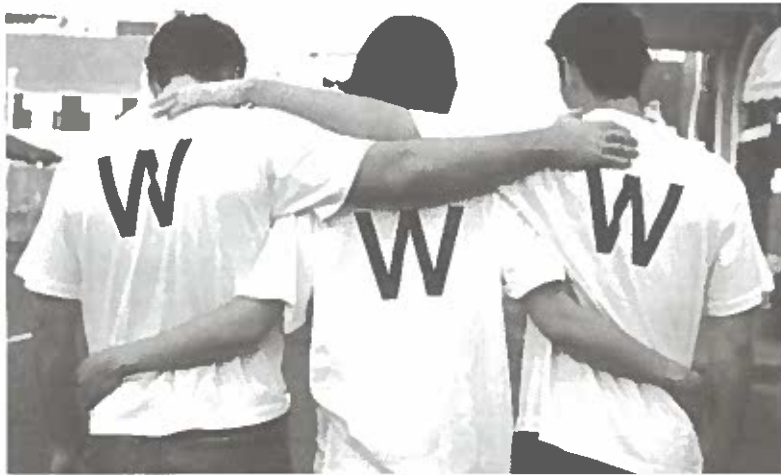
Determinada forma de emocionalidad evoluciona hacia manifestaciones reprimidas de erotismo incipiente, ensoñación y romanticismo. Son importantes en este momento los grupos, las pandillas, las peñas. El chico/a necesita ser aceptado, comprendido y aparece la amistad y los lazos impactantes pero, generalmente, no duradero.

7. Causar buena impresión: la necesidad de ser aceptado, producir impacto y causar buena impresión, impulsa al chico/a a *cuidar su atuendo e imagen*. La chica se hace más insinuante y coqueta. Surge la preocupación por la apa-

riencia física y el estatus. Esta faceta se contrapone normalmente con actitudes de *desorden personal en sus cosas* y con la tendencia a utilizar un lenguaje particular de identificación con el grupo de referencia: colega, tronco, pichurri, mi chupa, la guita, mi viejo, etc. son parte de la jerga que ofrecen los modelos televisivos. La utilización de *este vocabulario afianza los laos entre los miembros del grupo* y realzan la importancia de sus comportamientos, revistiendo un cierto aire de independencia frente a los otros: personas mayores y familia.

8. Aceptación: La amistad es una conquista. Tras ella surge el desarrollo de sentimientos íntimos de ternura y afecto, empatía, atractivo interpersonal, en un clima de intimidad y reciprocidad. A medida que se desarrollan los vínculos afectivos, la necesidad de aceptación estará impregnada de menos aspectos afectivos y más realismo y llaneza en el trato. La dificultad de clarificar las vivencias interiores genera conflictos entre los que sobresalen:

- Las sensaciones de desaliento, indefensión y depresión pasajera, con repercusiones en su productividad personal y académica.
- Manifestaciones afectivas de apocamiento, timidez y emotividad rabiosa.



El adolescente se carga de inestabilidad emocional que traduce a ideales irrealizables, que sólo se pueden conseguir desde una independencia familiar.

- Inseguridad, ansiedad y fuga hacia la ensoñación: inadaptación general.
- Reacciones de ternura y altruismo, o bien mecanismos ácidos de protesta, descarga evasiva de la emocionalidad disregulada.

9. Racionalización conductual: proceso psicológico por el cual el sujeto se apropia del comportamiento, apoyado en razones que lo informan. Constituyen la vertiente más destacada del proceso: el subjetivismo, los mecanismos aglutinantes y polarizadores de la conducta, los drives o motivaciones (intrínsecas o extrínsecas), los modelos de imitación e identificación. Los mecanismos de autocontrol, el sistema de valores familiares y sociales, etc.

10. Sentimientos emancipativos: La singularidad adolescente se elicitó como indicio de emancipación y necesidad de prestigio. El desarrollo físico es una plataforma para el éxito y la consideración social. Cuando el adolescen-

te cree carecer de un buen físico, surgen los problemas con la autoimagen y su influencia notable sobre su propia autoestima.

El intento de pensar el adolescente por sí mismo es la primera forma de emancipación en el sentido de sustraerse al influjo direccional del adulto. El proceso de emancipación es una condición necesaria para el propio futuro existencial del chico/a, para la ordenación de sus futuros proyectos personales, sociales y profesionales.

Muchas veces surge el desapego familiar y es expresión de actitudes airadas, contestatarias, críticas, unidireccionales y ácidas frente al sistema familiar al que se percibe como coartador de determinados "derechos". A veces, en este período, no es objetivo en las apreciaciones y no se considera la otra parte: los "deberes". El adolescente se carga de inestabilidad emocional que traduce a ideales irrealizables, que sólo se pueden conseguir desde una independencia familiar.

El sistema de creencias y valores, la interiorización de los principios rectores de su conducta, integran el conjunto de experiencias en una cosmovisión, en un estilo de vida propia, y con un sello filosófico-personal.

11. Personalidad: El proceso emancipativo culmina con la conformación de la propia personalidad que reviste los siguientes matices:

- *Personalidad prestigiada* como un conjunto de principios que catapultan al sujeto a la acción, y como consecuencia, aparece una personalidad que triunfa como resultado de la eficacia de sus talentos, habilidades y actitudes puestas al servicio del éxito.
- *Personalidad como expresión de diferencias individuales* en la forma propia y distinta de abordar los problemas, orientarse en la vida, utilización de criterios y recursos personales de modo creativo.
- *Personalidad en la que se afianza la iniciativa personal* y que genera autoconfianza, influjo en los otros, confirmando el valor en las propias soluciones y proyectos.

12. Sentimientos de fracaso:

Cuando fallan los mecanismos adaptativos, no hay un despegue familiar tranquilo y las relaciones sociales no han sido gratificantes, aparecen problemas de seguridad y desestabilización emocional. Surge entonces la tendencia a la fuga y el escapismo, fijándose una aversión a todo lo que suponga autoridad (paterna o escolar) e intentos de sacudirse la dependencia de las normas que no van con los propios fines. Es fácil apreciar en los adolescentes actitudes indefinidas de melancolía, sentimentalismo, insatisfacción, desrealización, ensoñación, refugio en idealismos utópicos y lejanos. También pueden aparecer comportamientos de inadaptación emocional, ambiental o académica, acompañadas de oscilaciones del humor, inestabilidades emocionales, hipercrítica, refractariedad, manifestaciones, todas ellas, que traducen la inestabilidad en los hábitos que permiten afrontar las situaciones y problemas cotidianos de forma realista y adaptada. Esta actitud supone un escape a la realidad para responder

con el fracaso y actitudes de indefensión y derrota a los objetivos no alcanzados.

13. Autoafirmación: El intento de destacar, cautivar la atención admirativa y cierto exhibicionismo, hace utilizar al adolescente todo tipo de procedimientos que contribuyan a realzar los rasgos del naciente yo: exotismo en el vestir, perforaciones, modas, color y corte de pelo, complementos. Todo traduce el deseo de atraer la atención sobre sí y la búsqueda de relación.

14. Afán polemizador: El adolescente experimenta su autonomía en forma de oposicionismo verbal y resistencia al otro tú, especialmente al adulto. La discusión es el arma preferida. En el proceso utiliza juicios correctos pero muchas veces con generalizaciones y conclusiones fragmentadas y unidireccionales. En el fondo, el adolescente desea ser tratado en un tono de igualdad y no como el niño que fue. Aves la discrepancia se convierte en crítica manifiesta culpando a padres o educadores de parte de sus problemas: son tradicionales, anticuados, aburren con moralinas, no son capaces de ver ni pensar en moderno, no entienden que la noche y la movida empiezan a la una de la mañana...

15. Aspectos morales: Los planteamientos morales comienzan, progresivamente, a cobrar fuerza desde el interior a lo largo de la adolescencia. Se van descubriendo unos valores universales válidos y necesariamente prescriptivos que se plasman en convicciones personales, creencias fuertemente arraigadas que conforman el ideal personal y comprometen al sujeto consigo mismo y con los otros.

El adolescente, poco a poco, aprende y ya no mira lo que hay que hacer, sino lo que debe hacer, teniendo claro la simple obligación y lo que constituye el sentido del deber.

Se aceptan progresivamente las normas no ya como la expresión de

un acto de autoridad con fuerza coercitiva, sino como una instancia que regula los derechos y deberes interpersonales. Cuando el sujeto se sitúa fuera del cuadro de lo estrictamente establecido, acepta la culpa de forma responsable. Aparece lo ético: aspectos concretos de la conducta buena o mal. Tres van a ser los pilares del edificio moral adolescente:

- Empatía moral (búsqueda de modelos o garantes morales)
- Honestidad y sentido altruista (consideración interior de la vivencia de la reciprocidad)
- Conciencia ética definida (escala de valores y proyección moral sobre las acciones concretas.

PADRES Y EDUCADORES

Frente a este período tan vulnerable de la adolescencia, padres y educadores deberíamos acercarnos a la realidad, sabiendo estar ahí, sobre el itinerario, pacientes pero activos, a la espera de que se produzcan los cambios hacia la madurez.

Parece, dados los tiempos que corremos, que los viejos discursos no tienen cabida en los nuevos planteamientos. Profesionales de la educación y padres deberemos poner el esfuerzo en *ayudar al adolescente a aclararse, a descubrir quiénes son, a construir su identidad*. (Martí y Onrubia, 1997).

El adolescente no es una colección de problemas es *una persona en pleno proceso educativo* (Croserra 2001).

Es posible que para todos se imponga una actitud nueva: comprender y flexibilizar. Comprender es entender lo que pasa utilizando otros argumentos, otras lógicas que las meramente adultas, tener en cuenta otros argumentos. La actitud flexible no es igual a tolerancia generalizada o permisividad sistemática, es tan sólo saber que toda respuesta educativa supone tener

en cuenta la realidad personal y las circunstancias de la conducta (Croserra 2001).

Tendremos que saber acompañar al adolescente en su camino hacia la madurez desde el diálogo, desde su contexto experiencial, desde su aprender a disfrutar y vivir responsablemente su libertad.

El adolescente está en un cambiante perfil evolutivo, presidido por acciones como negar, descubrir, buscar, experimentar, regresar hacia atrás, anclarse en momentos y situaciones de seguridad. Como adultos nos toca estar eficazmente cercanos y oportunamente disponibles en el camino hacia la transición, sin intromisiones, ayudando a superar las crisis necesarias de la evolución hacia la madurez, ofreciendo propuestas y recursos para la construcción positiva de sí mismos. ■

Para saber más

ALAEZ, M. Y OTROS, Prevalencia de trastornos psicológicos en niños y adolescentes, su relación con la edad y el género, *Psicothema*, 12, 525-532, año 2000.

CROSER, S., *Para comprender al adolescente*, De Vecch, Barcelona, 2001.

DÍAZ-AGUADO, M^a J., *Educación intercultural y aprendizaje cooperativo*, Pirámide, Madrid, 2003.

ELZO, J. Et al, *Jóvenes españoles*, SM, Madrid, 2000.

JAUME, F., *Papeles del Psicólogo*. Enero Abril 2003, Vol. 23, n^o 84, Madrid.

MADRID, J., *Juventud y drogadicción: prevención del alcoholismo*. *Revista de estudios de la juventud* (55) 79-8, Año 2001.

MARTÍ, E. Y ONRUBIA, J., *Psicología del desarrollo: El mundo adolescente*, I.C.E./ Horsori, Barcelona, 1997.