

JUVENTUD, DIVINO TESORO....APOYALA

Sonia Derreza Castañeda (CV)

Departamento Universitario de Inglés
Universidad Autónoma de San Luis Potosí
sderreza@uaslp.mx

Resumen: La adolescencia es una etapa difícil donde se experimentan cambios en un período relativamente corto, por lo cual se crea un desbalance en todos los aspectos de la vida, en esta etapa cambia su autoestima, su comprensión emocional, así como su identidad. Este tema me cautivo en una investigación que hice para la materia de psicología del adolescente, además que este tema me ayudo a comprender mejor a mis alumnos y espero que a ustedes lectores también. En el presente artículo se busca explicar el desarrollo del adolescente desde el punto de vista psicológico.

Palabras clave: Adolescencia, Autoestima, identidad, vocación, relaciones.

Abstract: The adolescence is a difficult stage in the life of a person who experiments changes in a short period of time. Therefore there is an unbalance in all the aspects of life, as self-esteem changes, emotion changes as identity changes. This theme captivated me when doing a research about this subject. Moreover this investigation helped me to understand better to my students and I hope it helps readers as well. In this article explain the adolescent in a psychologist point of view.

Key words: Adolescence, self-esteem, identity, vocation, relationships.

“La adolescencia es como una casa en día de mudanza: un desorden temporal” Julius Warren.

En el desarrollo humano se involucran varios aspectos, y en el caso preciso del adolescente nos encontramos con el desarrollo desde el punto de vista afectivo, biológico y psicológico.

En cuanto al desarrollo afectivo, resulta contradictorio pensar que un adolescente deja de necesitar el cariño de sus padres porque se convierte en un ser mucho más independiente, pero esto es, muchas veces, un error cometido por los padres de familia ya que es una etapa en donde necesita límites, reglas y orden, pero sobretodo cariño, amor y comprensión.

Esta etapa se caracteriza por su mayor capacidad cognoscitiva, cambia su autoestima, su comprensión emocional, así como su identidad, todo esto dependiendo de la cultura en la que viven los jóvenes, ya que estos cambios se ven altamente influenciados por este hecho. En el presente artículo se busca explicar el desarrollo del adolescente desde el punto de vista psicológico.

Los adolescentes poseen un sentido de quiénes son y qué los hace diferentes de las demás personas. Los conceptos más importantes son la comprensión de sí mismo, la autoestima, la identidad, las relaciones familiares y la etapa vocacional del adolescente.

La comprensión de sí mismo

Cuando se da un proceso de mayor nivel cognitivo se pueden reconocer las diferencias entre el yo real y el ideal, aunque al existir una excesiva discrepancia, se produce un desajuste y la depresión puede ser la causa principal ya que se producen sensaciones de fracaso y excesiva autocrítica. El adolescente se encuentra constantemente siendo juzgado por su peor juez, que es él mismo. Esta autocrítica puede ir desde aspectos físicos sin importancia para el resto de las personas, hasta inconformidad con su propia personalidad. Los adolescentes muestran su falso yo para impresionar y para ejercer nuevos roles y su verdadero yo lo muestran con sus amistades íntimas cuando tienen una cita con el sexo opuesto.

Por otra parte, los adolescentes tienden a utilizar la comparación social para evaluarse a sí mismos. Basarse en la información obtenida mediante la comparación social les crea confusión ya que hay muchos grupos de referencia con los cuales compararse. Los adolescentes tienen una sensación de inseguridad y preocupación cuando tratan de comprenderse a sí mismos.

La autoestima

La autoestima, por otra parte, es la dimensión global mediante la que se evalúa el yo, es una valoración de sí mismo. El auto concepto se refiere a las evaluaciones del yo en un ámbito o dominio específico. La autoestima atraviesa diversas características dependiendo del periodo de desarrollo, así, en algunos estudios se ha observado que existe una tendencia que marca una disminución de la autoestima en la adolescencia temprana, con cierto aumento en la adolescencia tardía y la adultez emergente. Esta variación se genera a partir de situaciones en las que el adolescente se siente en un escenario donde es el centro de atención de todo el público, el cual puede emitir juicios favorables, pero también desfavorables. Estos juicios son de gran importancia cuando surgen de sus amigos, los cuales, al igual que él, puede tener un dominio del sarcasmo y el ridículo.

Esta parte de la autoestima, es más difícil para las chicas que para los chicos “en la adolescencia, las muchachas tienen una imagen corporal más negativa que los varones y son más críticas de su aspecto” Jensen (2008, p.169) eso se debe a que al desarrollar su nuevo cuerpo de mujer, se tiende a ganar peso en ciertos lugares, pero esto les crea un conflicto, debido al constante bombardeo de imágenes de delgadez que se manejan en las revistas y programas de televisión, además resulta difícil porque en esta etapa comienzan las relaciones con los chicos, la cual crea “evaluaciones” por parte de ellos, especialmente en lo físico, las citas, junto con los cambios físicos, y emocionales, son algunas de las razones que contribuye a la inestabilidad emocional de los adolescentes.

La identidad

El mayor obstáculo que debe enfrentar el desarrollo de los adolescentes es el establecimiento de una identidad menciona Erikson, E. (1974). Es conocer quién es, hacia dónde se dirige en la vida y en qué forma uno encaja en la sociedad. Se refiere a la estabilidad que requiere una persona para lograr la transición de la dependencia de los demás a la dependencia de sí mismo. En otras palabras es la sensación de ser un individuo único, una especie de sentimiento de singularidad individual que uno experimenta como alguien irrepetible.

Integración y unificación de las diferentes auto -descripciones y su estabilidad en el transcurso temporal constituyen el núcleo de la identidad. Al final de la adolescencia, la identidad comienza a actuar como una fuerza moldeadora que orienta los planes y proyectos de vida. El contenido de la identidad tiene que ver con los compromisos, las elecciones, la ocupación laboral, los valores, las ideologías, la conciencia crítica, los roles, y la sexualidad. Erikson (1974) menciona la importancia de la socialización en la integración mutua con los valores y los intereses y dice que desarrollar un sentido de identidad es una tarea fundamental para el adolescente. Para este autor, el problema central de la adolescencia es la identidad frente a la confusión de la identidad.

El sentido claro de una identidad personal constituye un aspecto de funcionamiento psicológico óptimo. Mientras el desarrollo de la identidad es una tarea compleja para todos los adolescentes: es particularmente complicada para los adolescentes pertenecientes a un grupo étnico. Debido a las diferentes presiones que ellos viven. Por una parte tienen los mensajes de la cultura del hogar, los mensajes de sus amigos y finalmente los mensajes de la sociedad nueva a la que se tienen que adaptar, a pesar que es una gran oportunidad para su desarrollo a veces, el adolescente se encuentra como atrapado entre las creencias y valores étnicos de sus padres, de su grupo de amigos, así como también de la sociedad. Quizás la tarea más importante de la adolescencia consiste en la búsqueda (o más bien la construcción) de la propia identidad; es decir, la respuesta a la pregunta "quién soy en realidad". Los adolescentes necesitan desarrollar sus propios valores, opiniones e intereses y no sólo limitarse a repetir los de sus padres. Han de descubrir lo que pueden hacer y sentirse orgullosos de sus logros.

El joven adolescente logra su identidad mediante un proceso de identificación con los demás, haciendo suyos los valores e ideas de otros. Los adolescentes, en cambio, han de formar su

propia identidad y ser ellos mismos. Uno de los aspectos más importantes de esta búsqueda de identidad consiste en decidir que profesión o carrera desean tener. La confusión de la identidad típica de la adolescencia, los lleva a agruparse entre ellos y a no tolerar bien las diferencias, como mecanismos de defensa ante dicha confusión. A veces también muestran su confusión actuando de maneras más infantiles e irresponsables para evitar resolver conflictos o actuando de manera impulsiva y sin sentido.

Las relaciones familiares

Los adolescentes deben sentirse aceptados y apoyados por sus padres, aun y cuando esta etapa es de distanciamiento, las relaciones entre adolescentes y padres son cruciales, los progenitores deben brindarles amor y aliento para que su autoestima aumente. Los padres son la cuna de la identidad y deben abrazar y responsabilizarse de sus hijos.

Los padres pueden ayudar a los adolescentes a alcanzar niveles más altos de desarrollo moral si les dan la oportunidad de hablar, presentar e interpretar conflictos morales y exponerlos. Cuando se hace esto, los jóvenes y adolescentes que externalizan sus opiniones más son aquellos cuyos padres emplean el humor y ponderan las intervenciones de sus hijos, los escuchan, les preguntan sus opiniones y les animan a participar de otras formas.

Los jóvenes que menos avanzan son aquellos cuyos padres hacen un discurso de sus propias opiniones o desafían las de sus hijos con preguntas o contradicciones, haciendo que los adolescentes se pongan a la defensiva. Los adolescentes se dan cuenta de que sus padres no saben todas las respuestas, ni tienen siempre razón y se los hacen saber con frecuencia.

Por su parte, mencionan Moreno, A. y del Barrio, C. (2000) la adolescencia de los hijos es también una etapa de crisis para los padres ya que éstos tendrán que vivir junto con el adolescente estos cambios: el hijo que tienen frente a sí no es un niño pero tampoco es un adulto, no será de extrañar sus cambios en el comportamiento mostrándose opositor y desafiante, pareciera que está peleado con todos y con todo, se muestra inconforme con todo lo que antes era aceptado.

El adolescente siente la necesidad de estar menos tiempo con sus padres, lo que le va a permitir desprenderse de ellos y estar en posibilidad de establecer nuevas relaciones principalmente con otros adolescentes hombres y mujeres; el adolescente desarrolla modas en el vestir, en el saludo, en el lenguaje, en el arreglo o desarreglo personal, se obsesiona con ideas radicales manifestándose o bien como ateo o como comunista, situaciones que van a repercutir de una u otra forma, en mayor o menor medida en la actitud y en el comportamiento de esos padres hacia sus hijos adolescentes, y es así como también con aportación de los padres el adolescente va conformando su identidad.

Se identifican una serie de rasgos en el estilo educativo de los padres asociados a una alta autoestima y son, entre otros: expresar los sentimientos positivos hacia el adolescente, estar pendiente de su vida, de su estado de ánimo y de sus preocupaciones, dialogando y llegando a acuerdos, organizar salidas en familia a comer, asumir el rol de padre o madre y no de amigo, ser objetivos y claros al tratar de proporcionar ayuda, establecer reglas claras y justas junto con los hijos, dar libertad conforme a los límites establecidos debe quedar claro que la libertad se gana o se pierde conforme el adolescente demuestre ser responsable y maduro al tomar decisiones.

Etapa vocacional en el adolescente

Los adolescentes pueden entrar en una etapa de crisis de identidad. Durante esta etapa analizan sus opciones y buscan llegar a comprometerse con algo en lo que puedan tener fe. Jensen, (2008) señala la dificultad que se genera si el adolescente no logra manejar la discrepancia entre su yo real y su yo ideal, llegando a estados depresivos; pero también comenta sobre lo positivo cuando el adolescente se siente motivado a alcanzar su yo ideal y alejarse del torturante yo temido. Estos compromisos de carácter ideológico o personal ayudan a formar la identidad y moldean la vida en los años siguientes.

El nivel de confianza que los adolescentes tengan en sus compromisos influye en su capacidad para resolver sus crisis de identidad. El saber que desean hacer en su futuro y el fijarse metas para realizar lo que quieren es muy importante en un adolescente ya que le brinda una estabilidad emocional. El adolescente se encuentra con una serie de dificultades porque le es difícil ser objetivo debido a la crisis propia de su edad. Los adolescentes suelen poner por delante sus intereses para elegir una carrera sin tomar en cuenta las aptitudes y habilidades, sin buscar la ayuda del orientador para el desarrollo de estas habilidades que son importantes en el desempeño dentro de la carrera.

Conclusión

Es un hecho que la etapa de transición entre la infancia y la edad adulta, llamada adolescencia, es una etapa especialmente difícil y complicada debido a los cambios físicos, mentales, afectivos y emocionales por los que atraviesan los adolescentes.

El desarrollo del adolescente compone una etapa importante ya que en esta se producen procesos claves de desarrollo, contando por primera vez, con la propia capacidad para conducir el proceso, completar vacíos y reenfocar situaciones tanto de la niñez, como de su presente. Los cambios físicos, hormonales, sexuales, emocionales e intelectuales desencadenan necesidades, riesgos, respuestas individuales, sociales e interactivas. La elaboración de la identidad pone a prueba las fortalezas y debilidades propias y del entorno. Con la adolescencia las personas nacen para la sociedad más amplia y por lo tanto se inicia un desprendimiento del sistema familiar que lleva a una valoración de las relaciones. Se desencadenan procesos que van concretando las bases para la construcción de los roles y perspectivas de la vida en el contexto de las demandas, recursos y limitaciones que ofrecen las sociedades en sus entornos específicos y en un momento histórico político dado.

El desarrollo de la personalidad del adolescente culmina con la concepción del mundo, es una formación racional de la personalidad y está constituida por un sistema de puntos de vista y de las convicciones más generales y fundamentales e importantes que el sujeto elabora sobre el mundo, la sociedad, el hombre, la cultura y la propia vida individual. La concepción del mundo se va conformando a lo largo de la vida, pero alcanza su primera formulación significativa en la adolescencia y viene siendo el núcleo rector de la personalidad que orienta la conducta del sujeto en los diversos sectores de la vida.

Bibliografía

Erikson, E. (1974). Psicología de la adolescencia. Barcelona: Ed. Alfaomega. Identidad juventud y crisis. Paidós.

Jensen, J. (2008). Adolescencia y adultez emergente: Un enfoque cultural (3a. ed). Naucalpan de Juárez, México: Pearson Prentice Hall.

Moreno, A. y del Barrio, C. (2000) La experiencia Adolescente: A la búsqueda de un lugar en el mundo. Buenos Aires: Aique.

Psicología y Psicopedagogía Publicación virtual de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la USAL Año II N° 7 Septiembre 2001. Recuperado el 9 de Febrero 2011.
<http://www.salvador.edu.ar/psic/ua1-9pub02-7-03.htm>

Teoría de los estados de la Identidad. Desarrollo de la Identidad en Adolescentes: consideraciones teóricas adicionales. Consultado el 10 de Febrero 2011.

<http://www.geocities.com/ResearchTriangle/Thinktank/4492/noticias/estados.htm>