

LA ADOLESCENCIA ¿ES UNA ETAPA TAN DIFÍCIL?

CORNELLÀ I CANALS, JOSEP. Pediatra. Medicina del adolescente. Girona.

“La pubertad es un acto de la naturaleza, la adolescencia es un acto del ser humano”. Lo dijo Kant. Y es que, más allá de la acción de las hormonas, la adolescencia supone un largo proceso a través del cual el niño se convertirá en un ser humano adulto y maduro. La adolescencia es un largo camino que cada cual recorre con un ritmo propio.

Durante este período, el adolescente deberá cumplir con unas tareas psicológicas que van a facilitar su inserción en el mundo de los adultos. Se trata de:

Adquirir independencia con respecto a los padres.

Adoptar claves de emparejamiento y estilo de vida.

Asignar una creciente importancia a la imagen corporal, aceptando los cambios que se van produciendo.

Establecer una identidad sexual, vocacional y ética.

Podemos considerar tres etapas en el camino hacia la madurez:

La adolescencia inicial (de los 12 a los 14 años, aproximadamente)

La adolescencia media (de los 15 a los 17 años)

La adolescencia tardía (de los 18 a los 21 años o más).

No se trata de compartimentos estancos. Son etapas que pueden superponerse entre ellas, con oscilaciones en progresión o en retroceso, que es lo normal a esta edad.

La adolescencia inicial es la etapa que más sorprende a los padres. Mientras el cuerpo se estira y se transforma, aparecen unos cambios importantes en la personalidad que hasta entonces aparecía estable. Disminuye el interés por las actividades de los padres, mientras se recela de sus consejos y críticas. Son frecuentes las variaciones en el estado de ánimo y en la conducta. Y, coincidiendo con el inicio de la ESO, puede aparecer una inflexión escolar. La preocupación por el aspecto corporal le puede llevar a sentimientos de inseguridad ante su aspecto y su atractivo, comparándose con sus iguales. Aumenta el interés por la anatomía y fisiología de los órganos sexuales, y puede aparecer ansiedad ante la primera menstruación, la masturbación, las poluciones nocturnas, o el tamaño de los genitales. Del compañerismo se pasa a la amistad. No debe preocupar a los padres la elección de un amigo único, aunque sea del mismo sexo. Pero el proceso más importante del cambio se va a dar en los sentimientos internos que llevan al adolescente a descubrir su propia personalidad. Por ello, a menudo se siente el centro de atracción, suele soñar despierto, y pone a prueba la autoridad de los padres. Los diarios íntimos son la expresión de su necesidad de una mayor intimidad y la exageración de su situación personal es una manifestación de su elevado egocentrismo.

La adolescencia media se caracteriza por la combinación de los sentimientos de omnipotencia (“tengo que probarlo todo”) y de invulnerabilidad (“a mi no me va a pasar nada”). Siguen los conflictos con la familia, mientras el grupo de amigos adquiere mayor relevancia, e influye en los valores, las reglas, las formas de vestir... ¡Pueden más los “pares” que los padres! Del egocentrismo se pasa a un interés creciente por los sentimientos de los demás. Aumenta la capacidad intelectual y la creatividad, mientras disminuye el idealismo vocacional.

Finalmente, con la llegada de la adolescencia tardía, el camino toca a su fin. El joven aprende a vivir con los valores de la madurez y la responsabilidad. Se reconstruyen las relaciones con la familia, se han integrado plenamente los cambios corporales, y los propios valores prevalecen sobre los del grupo. La conciencia es más racional y realista, capaz de conocer los límites del compromiso, y con unos objetivos vocacionales prácticos y concretos. Se concretan los valores éticos, religiosos, sexuales. La madurez está a la vuelta de la esquina.