



1. CONCEPTO DE ADOLESCENCIA

Los primeros estudios sobre la adolescencia aparecen en 1904.

¿Qué entendemos por adolescencia?

Etimológicamente “adolescencia” proviene del verbo latino “adolecer” = crecer, desarrollarse. De este modo, el adolescente (presente) sería aquel que está creciendo y el adulto (pasado) quien ya ha crecido.

Tradicionalmente se define la adolescencia como los años que transcurren desde el inicio de la **pubertad** (13 años) hasta los 17/18 años.

En los últimos años se ha ampliado esta etapa desde los 10 hasta los 22 años.

Por otra parte, diferentes autores defienden una nueva etapa de desarrollo denominada “**Adulthood emergente**” que hace referencia a la 3ª década de la vida (veintitantos), edad en la que se es ya adulto aunque no se adopten responsabilidades que corresponden a dicha etapa. (Arnett)

Sus características fundamentales son:

- 1- Retraso en el compromiso de pareja
- 2- Asunción de responsabilidades y estilo de vida adulto
- 3- Posibilidad de continuar explorando diferentes facetas de la vida
- 4- La inestabilidad
- 5- Estar centrado en uno mismo
- 6- Sensación de vivir entre la adolescencia y la adultez

Algunos autores defienden que la etapa de Arnette (Adulthood Emergente, responde a diferentes ritmos de adopción de responsabilidades provocados por unas circunstancias sociales determinadas.

2. CAMBIOS PSICOBIOLOGICOS

Las diferencias sexuales entre niños y niñas comienzan en la 12ª semana de embarazo. Tras el nacimiento, solo se diferencian por los órganos sexuales. Al llegar la pubertad, las gónadas sexuales estimuladas por las hormonas gonadotróficas producidas en la hipófisis y que a su vez son elicitadas por la hormona liberadora de gonadotropina producida por el hipotálamo van a comenzar a producir cambios en el cuerpo de los chicos y las chicas marcando grandes diferencias y madurando.

El crecimiento en estatura es uno de los principales cambios de la pubertad. Comienza en las extremidades y acaba en el tronco. Las chicas dan el estirón y maduran antes que los chicos.

Cambios externos en la pubertad (Alsaker y Flammer):



CHICOS:

- 1º- crecimiento de testículos, escroto y la aparición de vello púbico.
- 2º- crecimiento de pene, vello facial e incremento de la musculatura
- 3º- eyaculación o polución espontánea.
- 4º- estirón, vello en axilas y voz más grave.

CHICAS:

- 1º- crecimiento de pechos, vello púbico
- 2º- aumento de grasa corporal
- 3º- modificación de órganos sexuales (agrandan el útero, la vagina, el clítoris y los labios) al mismo tiempo el estirón llega a su fin, la menarquía y la madurez sexual.

2.1. Diferencias en el desarrollo puberal

La pubertad es un hecho biológico e influenciado por aspectos psicosociales.

2.1.1. Tendencia Secular del Crecimiento

Se define como el adelanto de la edad de maduración sexual provocada por la mejora en la alimentación, la salud y los hábitos de vida. En la actualidad, la edad media de la menarquía está en los 13 años en Europa y en los 12 en EEUU.

2.1.2 Alimentación, peso corporal y actividad física

Existe una clara relación entre el peso y el inicio de la maduración, mediada por la hormona Leptina. Alimentación y actividad física son elementos principales en el inicio de la maduración sexual. Por ejemplo: la anorexia provoca amenorrea. La actividad física extrema provoca el retraso de la menarquía.

2.2. Algunas implicaciones psicológicas de los cambios puberales

La pubertad tiene una importante repercusión en la psique de los chicos y chicas. La adolescencia tiene como finalidad la adaptación a roles adultos.

A nivel micro, los cambios físicos supondrán una apariencia externa adulta. Esto provocará que los adultos traten al adolescente como adulto y no como niño lo que provocará un impacto psicológico.

El aspecto físico en la adolescencia tiene un peso específico en la autoestima. En la cultura occidental existe un impacto NEGATIVO de la pubertad temprana en las chicas.

Un estudio longitudinal (Attie y Brooks-Gunn) mostró desordenes alimenticios en chicas con un peso normativo no obesas.



2.2.1. Timing Puberal

Momento relativo de maduración en el que algún chico o chica adolescente se encuentra respecto a sus compañeros y compañeras.

CHICOS: el madurar antes que sus compañeros supone una ventaja. Se ven más atractivos que los demás , más populares y preparados.

CHICAS: el madurar antes acarrea problemas. Se produce ánimo depresivo y pobres estrategias de afrontamiento. En casos extremos: depresión consumo de drogas y desórdenes de conducta. También muestran trastornos de alimentación y precoz inicio de las relaciones sexuales. Los estereotipos culturales sobre la belleza y los roles son claves que explican la inconsistencia en los estudios sobre timing.

Quien madura tarde puede tener problemas en el centro escolar, de tipo **interno** (ansiedad, depresión), de consumo de tabaco o alcohol. Estos chicos tendrán apariencia añorada.

2.2.2. Teorías explicativas de la influencia del Timing Puberal

Existen dos grandes hipótesis:

- 1- La desviación madurativa
- 2- El desarrollo temprano

Desviación madurativa: los adolescentes que van a un ritmo diferente al de sus compañeros experimentan más estrés asociado a esos cambios que los que van a tiempo.

El desarrollo temprano: implica una difícil adaptación en las chicas. Se verán más presionadas para adoptar normas y comportamientos adultos, incluidas las relaciones sexuales, ser maduras emocionalmente, precoces en el desarrollo cognitivo y en resolución de tareas.

Las chicas que provienen de familias conflictivas tendrán mayores dificultades en este periodo que se agravaran cuanto menor sea la edad.

3. TEORÍAS SOBRE ADOLESCENTES

3.1. Los antecedentes. Stanley Hall

Su obra "Adolescence" basada en hipótesis tuvo mucha influencia durante años. En ella defiende la tradicional hipótesis de Haeckel sobre recapitulación : el desarrollo ontogenético recapitula el filogenético. Las etapas del desarrollo son paralelas a las que ha desarrollado la especie humana a lo largo de su evolución desde las especies inferiores. La adolescencia sería un periodo ontogenético.

3.2. Las aportaciones del psicoanálisis: Anna Freud, Peter Blos y Erik Erikson

Freud: la adolescencia es una etapa secundaria del desarrollo de la personalidad teniendo que solucionar el complejo de Edipo o de Electra.

Anna Freud: aclara que existen dos tipos de **mecanismos de defensa** : intelectualización o racionalización y ascetismo.



CAPÍTULO 11: LA ADOLESCENCIA

Intelectualización o racionalización: se minimiza la ansiedad no implicándose personalmente en aquellas cuestiones que les afectan directamente. Ej: pensando y analizando en profundidad las ideas, causas de algo o las cuestiones éticas.

Ascetismo: minimiza la ansiedad rechazando las tentaciones, renunciando a estar con sus compañeros, no participando en actividades de tiempo libre y rechazando relaciones sexuales.

Peter Blos (Mr. Adolescente) realizó dos aportaciones:

- 1- La división de la adolescencia en etapas
- 2- El proceso de individuación

La división de la adolescencia en cinco etapas:

1ª Pre-adolescencia

2ª Adolescencia temprana: el **chic@** vuelve a verse atraído por el progenitor del sexo contrario intentando tener relaciones de amistad íntima con personas de su mismo sexo.

3ª Adolescencia propiamente dicha: relaciones de amistad relegadas por las relaciones amorosas

4ª Adolescencia tardía: consolidación de la identidad sexual del individuo como del yo

5ª Post-adolescencia

Individuación: implica desvinculación afectiva de los padres, del logro de la autonomía y la confianza en sí mismos. El adolescente logrará la sensación de tener sus propias ideas sin depender de los padres. Para conseguirlo el adolescente se rebela contra las ideas de los padres poniéndolas entre paréntesis. Tras este paréntesis acepta las normas de los padres o por el contrario, adopta normas y ética diferentes.

Erikson: estudió el desarrollo global de las personas, convirtiéndose en uno de los grandes precursores de las teorías del ciclo vital. En su concepción del desarrollo de la identidad durante la adolescencia establece 8 etapas que suponen su evolución del YO. Cada uno de los estadios está formado por dos polos: uno positivo y otro negativo. Estos polos los genera la sociedad y la elección de un polo u otro depende de esta sociedad. El paso de un estadio a otro sucede cuando el individuo supera una crisis o dialéctica entre distintos polos.

En la adolescencia los **chic@s** deben enfrentarse a la dicotomía entre Identidad y Confusión de roles.

Identidad: sentido integrado de continuidad y coherencia a lo largo de la vida

Confusión de roles: no tener muy claro quién se es y qué papel se desempeña en la vida.



CAPÍTULO 11: LA ADOLESCENCIA

Moratoria: tiempo que necesita el adolescente para realizar la integración de los logros adquiridos en etapas anteriores.

El siguiente periodo: Intimidad frente a Aislamiento se construirá sobre el primero. Estas etapas son paralelas en el caso de las chicas.

Tabla 11.1 ESTADIOS DEL DESARROLLO SEGÚN ERIKSON. VER PAGINA 337

3.2.1. Desarrollo de la teoría de la identidad adolescente: James Marcia

Desarrolla la teoría de Erikson bajo la premisa de que el logro de la identidad consiste en la ambivalencia entre el polo de la confusión o la identidad resuelta y en el grado en que los chic@s han explorado el mundo y han logrado comprometerse en diferentes dominios de la vida: política, religión, trabajo, relaciones íntimas, amistad y rol de género.

Marcia sugiere 4 estatus de identidad que surgen de la combinación de dos dimensiones: crisis de identidad y compromiso vocacional, ideológico o personal.

Los cuatro niveles son:

Identidad de Logro: Sí compromiso, Sí crisis

Moratoria: NO compromiso, Sí crisis

Identidad hipotecada: Sí compromiso, NO crisis

Identidad difusa: NO compromiso, NO crisis

Al inicio de la adolescencia el chic@ se sitúa en el estatus de difusión de la identidad. Posteriormente pasa a la moratoria y finalmente se logrará la identidad. Los que no pasan la etapa de crisis o moratoria tendrían una identidad hipotecada.

3.3. Tareas evolutivas: Robert Havighurst

Elabora una teoría que abarca todo el ciclo vital. En las diferentes etapas del desarrollo se debe hacer frente a una serie de tareas evolutivas provenientes de tres fuentes:

- 1- La maduración física
- 2- Las presiones culturales o expectativas de la sociedad sobre la persona
- 3- Los valores y las aspiraciones individuales

Algunas de estas tareas son paralelas a las que ya hemos descrito en autores anteriores (independencia emocional de los padres o la formación de relaciones maduras.

TABLA 11.3. ALGUNAS TAREAS DEL DESARROLLO PROPUESTAS POR HAVIGHURST



CAPÍTULO 11: LA ADOLESCENCIA

Primer año: Maduración de los sistemas sensoriales y motores. Desarrollo emocional y apego. Inteligencia sensoriomotora y permanencia del objeto.

2-3 años: Lograr la independencia de movimientos. Conseguir autocontrol. Desarrollar fantasía, el juego. Lograr comunicarse efectivamente.

3-6 años: Identificación de género. Desarrollo moral temprano. Jugar en grupo. Desarrollo de autoestima.

6-12 años: Establecer relaciones de amistad con iguales. Lograr una imagen de sí mismo compleja y estructurada. Lograr un pensamiento operatorio concreto. Aprender habilidades académicas básicas. Jugar en equipo.

12-18 años: Aceptar el propio cuerpo y aprender a usarlo. Formar relaciones más maduras con iguales de ambos sexos. Adoptar un rol social masculino o femenino. Independizarse emocionalmente de los padres. Prepararse para el mundo profesional. Prepararse para la vida de pareja y la familia. Adquirir valores y sistema ético. Desear y lograr una conducta socialmente responsable.

18-30 años: Integrarse en el mundo laboral. Selección de pareja. Aprender a vivir en pareja. Tener familia propia. Criar a los hijos. Aprender a ser un ciudadano responsable. Encontrar un grupo social estable.

30-60 años: Favorecer la asunción de responsabilidades y felicidad de los hijos. Alcanzar y mantener cotas profesionales satisfactorias. Desarrollar actividades de ocio adultas. Relacionarse con la pareja en tanto persona. Aceptar y ajustarse a los cambios fisiológicos de la mediana edad. Aceptar y adaptarse al envejecimiento de los padres.

Más de 60: Adaptarse a fuerza física y salud en declive. Adaptarse a la jubilación y reducción de ingresos. Adaptarse a la muerte de la pareja y viudedad. Adoptar y adaptarse a roles sociales de manera flexible. Establecer un hábitat físico de vida satisfactoria.

3.4. La situación actual: J. C. Coleman

Coleman dividió el estado de la situación de la adolescencia en dos visiones:

1º- La idea de la adolescencia como **tormenta y drama** defendida por Hall y Anna Freud.

2º- Los estudios de tipo sociológico que se empeñaban en demostrar que la adolescencia pasaba sin mayores problemas.

Acercandonos a la Teoría focal de Coleman vemos 3 cuestiones que hace que no esté conforme con ninguna de las dos visiones anteriormente descritas:

- 1- La tormenta y drama es una teoría con poca base puesto que los psicoanalistas utilizaban muestras sesgadas.
- 2- Las conductas delictivas, consumo de drogas...son noticia saliente para los medios
- 3- Las investigaciones con grandes muestras sobreestiman las respuestas que los adolescentes dan sobre su buen ajuste y sentimientos internos



CAPÍTULO 11: LA ADOLESCENCIA

positivos, ya que alguien que lo esté pasando mal no lo va a transmitir tan fácilmente.

Coleman si ve problemas con los padres, problemas cotidianos.

Coleman realizó un estudio empírico con chicos de 11, 13, 15, 17 años en el que se incluían cuestiones referidas al autoconcepto, relaciones con los padres, soledad, relaciones heterosexuales, amistades y situaciones de grupo. Ratificó que las actitudes ante estas cuestiones evolucionaban con la edad pero no al mismo tiempo. A partir de esta investigación y evidencias empíricas acumuladas elaboró la **Teoría focal**, que defiende:

1. La resolución de un aspecto no es requisito imprescindible para el paso al siguiente estadio.
2. No existen límites claros entre un estadio y el siguiente.
3. La secuencia de desarrollo no es única ni inmutable.

En resumen, la Teoría focal defiende la idea de que en su desarrollo, los adolescentes deben enfrentarse a diversos cambios, pero no todos al mismo tiempo.