

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Describir los cambios físicos y cognitivos que ocurren durante la adolescencia.
- Resumir las investigaciones que estudian si la adolescencia es realmente un periodo de “tormenta y tensión” para la mayoría de los jóvenes. El análisis debe incluir el logro de la identidad, la exclusión de la identidad, la moratoria, la difusión de la identidad, las relaciones con los pares y con los padres, la autoestima, la depresión y la violencia.

ADOLESCENCIA

¿La adolescencia se caracteriza sólo por cambios físicos?

La adolescencia es el periodo de la vida comprendido aproximadamente entre los 10 y los 20 años, cuando una persona se transforma de niño en adulto. Este periodo implica no sólo los cambios físicos de un cuerpo en maduración, sino también muchos cambios cognitivos y socioemocionales.

Cambios físicos

¿Cuáles son las consecuencias de atravesar la pubertad de forma temprana o tardía?

Una serie de impresionantes cambios físicos acompañan a la adolescencia.

Los adolescentes tienen una aguda conciencia de los cambios que tienen lugar en su cuerpo. Muchos se tornan ansiosos acerca de si tienen la forma o tamaño “correctos” y se comparan obsesivamente con los modelos y actores que ven en la televisión y las revistas. Cuando se les pregunta qué es lo que más les disgusta de sí mismos, la respuesta más común es la apariencia física (Altabe y Thompson, 1994; Rathus, 2006). Esas preocupaciones pueden dar lugar a graves trastornos alimentarios, como vimos en el capítulo 8, “Motivación y emoción”.

Desarrollo sexual Los signos visibles de la **pubertad**, el inicio de la maduración sexual, ocurren en una secuencia diferente en los niños y en las niñas. En los niños la primera señal es el crecimiento de los testículos, alrededor de los 11 años y medio. Aproximadamente un año después ocurre el agrandamiento del pene. El desarrollo del vello púbico tarda un poco más y el desarrollo del vello facial aún más. La profundización de la voz es uno de los últimos cambios perceptibles de la maduración masculina.

En las mujeres aproximadamente a los 11 años inicia el desarrollo de los pechos y aparece el vello púbico. La **menarquia**, el primer periodo menstrual, ocurre alrededor de un año después (a los 12 años y medio en la niña estadounidense promedio, Sara Anderson, Dallal y Must, 2003). El inicio de la menstruación no significa necesariamente que una niña está preparada para convertirse en madre desde el punto de vista biológico. La fertilidad femenina se incrementa gradualmente en el primer año después de la menarquia. Lo mismo sucede con la fertilidad masculina. Los niños presentan su primera eyaculación en promedio a los 13 años y medio, a menudo durante el sueño. Las primeras eyaculaciones contienen relativamente poco esperma (Tanner, 1978). No obstante, los adolescentes tienen la capacidad biológica para tener bebés mucho antes de contar con la madurez suficiente para cuidarlos.

Los psicólogos solían creer que las primeras manifestaciones de la atracción sexual y el deseo en los jóvenes coincidían con los cambios físicos de la pubertad, pero investigaciones recientes han cambiado esta perspectiva. Cientos de historias de casos recolectadas ubican los primeros indicios del interés sexual en cuarto y quinto grados. Por lo tanto, es probable que la aparición de los cambios físicos evidentes en la pubertad constituya en realidad más el fin que el inicio de un proceso.

Individuos con un desarrollo temprano y tardío Los individuos difieren mucho en la edad en la que pasan por los cambios de la pubertad. Entre los hombres la maduración temprana tiene ventajas psicológicas. Los niños que maduran temprano se desempeñan mejor en deportes y actividades sociales, y también son más respetados por sus pares. En contraste, aunque una niña que madura temprano en ocasiones recibe la admiración de otras niñas, es probable que se sienta muy consciente de sí misma y a menudo insatisfecha con su cuerpo en desarrollo (Ohring, Graber y Brooks-Gunn, 2002). También es más probable que estas niñas se vean más expuestas a las drogas y al alcohol en la escuela secundaria que las niñas que maduran de forma más tardía (Lanza y Collins, 2002).

Actividad sexual de los adolescentes El logro de la capacidad de reproducción es probablemente el único desarrollo más importante en la adolescencia. Pero la sexualidad es un tema confuso para los adolescentes en nuestra sociedad. Hace 50 años se esperaba que los jóvenes pospusieran su sexualidad hasta que fueran adultos responsables y casados. Desde entonces han ocurrido cambios importantes en las costumbres sexuales. Como se observa en la **figura 9-3**, en 2007 el 48% de los adolescentes reportó haber tenido relaciones sexuales y el 15% reportó haber tenido relaciones sexuales con cuatro parejas o más.

Los hombres y las mujeres tienden a juzgar la conducta sexual temprana de manera muy diferente (T. Lewin, 1994). Menos mujeres (46%) que hombres (65%) de bachillerato reportan sentirse bien acerca de sus experiencias sexuales. De manera similar, más mujeres (65%) que hombres (48%) dijeron que deberían haber esperado a ser mayores para tener relaciones sexuales.

pubertad Inicio de la maduración sexual, con el desarrollo físico que lo acompaña.

menarquia Primer periodo menstrual.

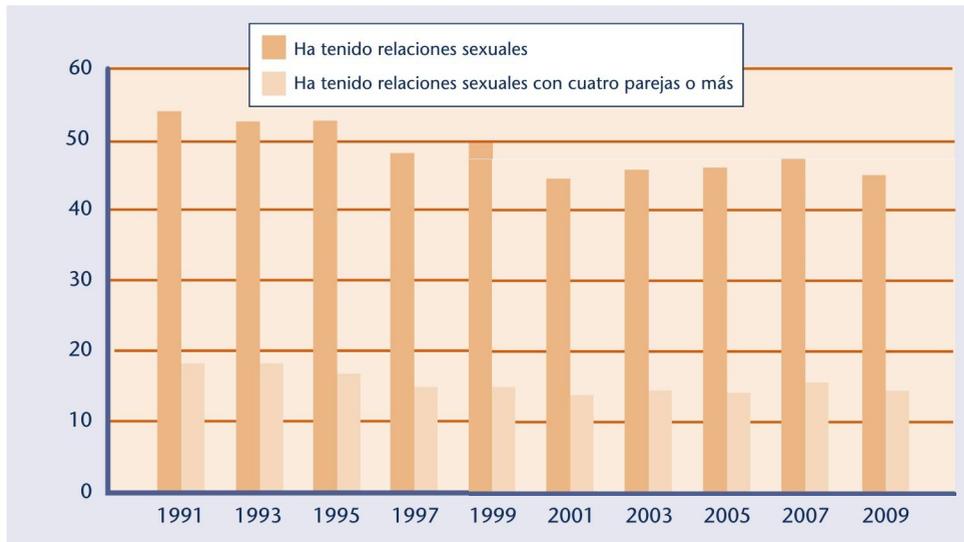


FIGURA 9-3

Sexo entre estudiantes de bachillerato.

El porcentaje de estudiantes de bachillerato que han tenido relaciones sexuales ha disminuido desde principios de la década de 1990.

Fuente: Centers for Disease Control, <http://www.cdc.gov/healthyyouth/sexualbehaviors/>

Embarazo y maternidad en la adolescencia Aun cuando ha disminuido una tercera parte desde principios de la década de 1990, Estados Unidos aún tiene la tasa de nacimientos de madres adolescentes más alta del mundo industrializado: más de cinco veces la tasa de Francia y ocho veces la tasa de Japón (United Nations Statistics Division, 2006).

Cualesquiera que sean las causas de embarazo y la maternidad entre adolescentes, sus consecuencias a menudo son devastadoras. El futuro entero de una joven madre soltera está en riesgo, especialmente si no tiene apoyo de los padres o si vive en la pobreza. En comparación con una mujer que pospone la maternidad, tiene menos probabilidades de terminar el bachillerato, de mejorar su posición económica, y de casarse y permanecer casada (véase Coley y Chase-Lansdale, 1998). Los bebés de las adolescentes son más propensos a tener bajo peso al nacer, lo cual se asocia con trastornos de aprendizaje y problemas académicos posteriores, enfermedades infantiles y problemas neurológicos (Furstenberg, Brooks-Gunn y Chase-Lansdale, 1989; K. A. Moore, Morrison y Greene, 1997). Además, los hijos de madres adolescentes tienen mayor probabilidad de sufrir negligencia y abuso que los hijos de madres mayores (Coley y Chase-Lansdale, 1998; George y Lee, 1997).

Cambios cognitivos

¿Cuáles cambios caracterizan al pensamiento adolescente?

Así como el cuerpo madura durante la adolescencia, también lo hacen los patrones de pensamiento. Como vimos antes en este capítulo, Piaget (1969) consideraba el progreso cognitivo de la adolescencia como una mayor habilidad para razonar de manera abstracta, a la que llamó *pensamiento operacional formal* (véase la **Tabla resumen**: “Etapas del desarrollo cognitivo de Piaget”). Esta habilidad les permite a los jóvenes discutir sobre temas complejos. Sin embargo, no todos los adolescentes alcanzan la etapa de las operaciones formales y muchos de los que lo hacen no logran aplicar el pensamiento operacional formal a los problemas cotidianos que enfrentan (Flavell, Miller y Miller, 2002). Además, el logro del pensamiento operacional formal puede provocar una confianza excesiva en las nuevas capacidades mentales y la tendencia a atribuir demasiada importancia a los propios pensamientos. Algunos adolescentes no logran darse cuenta de que no todos piensan como ellos y que otras personas pueden tener opiniones diferentes. Piaget llamó a esta tendencia el “egocentrismo de las operaciones formales” (Piaget, 1967).

Desarrollo social y de la personalidad

¿Qué tareas importantes enfrentan los adolescentes en su vida personal y social?

Los adolescentes están ansiosos por independizarse de sus padres, pero al mismo tiempo temen las responsabilidades de la vida adulta, lo cual da como resultado que este periodo suponga cierto estrés.

formación de la identidad Término usado por Erikson para referirse al desarrollo de un sentido estable del yo que es necesario para hacer la transición de la dependencia de los demás a la dependencia de uno mismo.

crisis de identidad Periodo de intenso autoanálisis y toma de decisiones; parte del proceso de formación de la identidad.

pandillas Grupos de adolescentes con intereses similares y fuerte apego mutuo.

¿Cuán “tormentosa y estresante” es la adolescencia? A inicios del siglo XX mucha gente veía la adolescencia como una época de gran inestabilidad y fuertes emociones. Por ejemplo, G. Stanley Hall (1904), uno de los primeros psicólogos del desarrollo, describía la adolescencia como un periodo de “tormenta y estrés”, cargado de sufrimiento, pasión y rebeldía contra la autoridad adulta. Sin embargo, investigaciones recientes sugieren que la perspectiva de “tormenta y estrés” exagera mucho las experiencias de la mayoría de los adolescentes (Arnett, 1999; A. R. Hines y Paulson, 2007). La mayoría de los adolescentes no describen su vida como llena de agitación y caos (Eccles *et al.*, 1993). Casi todos se las arreglan para mantener el estrés bajo control, experimentan poca perturbación en su vida cotidiana y por lo general tienen un desarrollo más positivo de lo que suele creerse (Bronfenbrenner, 1986; Galambos y Leadbeater, 2002). Aun cuando la adolescencia está acompañada de manera inevitable por algunas tensiones escolares y familiares, las investigaciones indican que una paternidad eficaz y el apego seguro durante la adolescencia son tan útiles como en la niñez temprana para ayudar a los jóvenes a afrontar los problemas durante las épocas difíciles (Galambos, Barker y Almeida, 2003).

Formación de la identidad Para hacer la transición de la dependencia de los padres a la dependencia de sí mismo, el adolescente debe desarrollar un sentido estable del yo. Este proceso se denomina **formación de la identidad**, un término derivado de la teoría de Erik Erikson, la cual considera que el principal desafío de esta etapa de la vida es el de la *identidad en comparación con la confusión de roles* (Coté, 2006; Erikson, 1968). Según Erikson, el adolescente debe integrar varios papeles diferentes (por ejemplo, estudiante talentoso, deportista y artista) en un todo coherente que se “ajusta” de manera cómoda. La incapacidad para formar este sentido coherente de identidad da lugar a una confusión acerca de los roles.

James Marcia (1980, 2002) cree que la adquisición de la identidad requiere un periodo de intensa autoexploración llamado **crisis de identidad**. Reconoce cuatro resultados posibles de este proceso. Uno es la *adquisición de identidad*. Los adolescentes que alcanzan este estatus pasaron por la crisis de identidad y tuvieron éxito al tomar decisiones personales acerca de sus creencias y metas. En contraste, se encuentran los adolescentes que tomaron la ruta de la *exclusión de la identidad*. Al decidir adoptar de forma prematura una identidad que otros eligieron para ellos, se convirtieron en lo que los demás desean que sean, sin atravesar una crisis de identidad. Otros adolescentes se encuentran en *moratoria* con respecto a la elección de una identidad; se encuentran en el proceso de explorar activamente varias opciones de roles, pero todavía no se han comprometido con ninguno de ellos. Por último se encuentran los adolescentes que experimentan una *difusión de la identidad*. Evitan considerar las opciones de roles de manera consciente. Algunos de ellos, que se sienten insatisfechos con esta situación pero que son incapaces de iniciar una búsqueda para “encontrarse”, recurren a actividades escapistas como el abuso de drogas o del alcohol. Por supuesto, el estado de la identidad de cualquier adolescente puede cambiar a lo largo del tiempo a medida que madura. Asimismo, algunas evidencias sugieren que el proceso del desarrollo de la identidad varía de acuerdo con la clase social o los antecedentes étnicos. Por ejemplo, los adolescentes de familias pobres tienden menos a experimentar un periodo de moratoria de la identidad, en gran parte porque las limitaciones financieras provocan que se les dificulte más explorar muchas opciones de roles diferentes (Forthun, Montgomery y Bell, 2006; C. Levine, 2003).

Relaciones con los pares Para la mayoría de los adolescentes el grupo de pares conforma una red de apoyo social y emocional que le proporciona una mayor independencia de los adultos y facilita la búsqueda de una identidad personal. Pero las relaciones con los pares cambian durante este periodo. Los grupos de amigos en la adolescencia temprana tienden a ser pequeños y con miembros del mismo género llamados **pandillas**, los cuales incluyen de tres a nueve integrantes. Especialmente entre las mujeres, esas amistades del mismo género van consolidándose y se convierten en un espacio para la confidencialidad mutua a medida que los adolescentes desarrollan las capacidades cognitivas para entenderse mejor a sí mismos y a los demás (Holmbeck, 1994). Luego, en la adolescencia intermedia, las pandillas empiezan a formarse de grupos con miembros de ambos géneros. Estos, a su vez, son reemplazados por grupos que constan de parejas. En un principio los adolescentes tienden a formar relaciones heterosexuales a corto plazo dentro del grupo, las cuales satisfacen sus necesidades inmediatas, sin el compromiso de una “relación formal” (Sorensen, 1973). Éste tipo de relaciones no demandan amor y pueden disolverse de un día para otro. Sin embargo, entre los 16 y los 19 años la mayoría de los adolescentes inicia patrones de noviazgo más estables.

Recientemente las nuevas tecnologías de comunicación han tenido un efecto profundo en las relaciones de los adolescentes con sus pares. En particular, los mensajes de texto telefónicos

se han convertido en una verdadera herramienta de redes sociales que permite a los adolescentes estar en contacto con sus amigos de manera instantánea. Las investigaciones revelan que esta facilidad de conexión proporciona un mayor sentido de conectividad y bienestar, en parte porque los adolescentes pueden hablar sobre temas muy personales que no pueden expresar de otras formas. Esta mayor posibilidad de compartir información personal, a su vez, permite establecer amistades más cercanas y de mayor calidad (Valkenberg y Peter, 2009).

Relaciones con los padres Mientras aún buscan su propia identidad y aprenden a reflexionar sobre las consecuencias a largo plazo de sus acciones, los adolescentes requieren orientación y estructura de sus padres. En su lucha por la independencia los adolescentes cuestionan todo y ponen a prueba cada regla. A diferencia de los niños pequeños que creen que sus padres lo saben todo y que son todopoderosos y buenos, los adolescentes están muy conscientes de los defectos de sus padres. Se requieren muchos años para que los adolescentes vean a sus padres como personas reales con sus propias necesidades, cualidades y limitaciones (Woodhouse, Dykas y Cassidy, 2009).

El punto más bajo de la relación entre padres e hijos por lo general ocurre en los primeros años de la adolescencia, cuando se están presentando los cambios físicos de la pubertad, además de algunos cambios neurobiológicos importantes. Al inicio de la adolescencia las regiones límbicas del cerebro están bien desarrolladas y son muy activas. En el capítulo 2 vimos que el sistema límbico es fundamental para experimentar las emociones. A medida que avanza la adolescencia, la corteza prefrontal (involucrada principalmente en el razonamiento y en el autocontrol) continúa madurando, y esto conduce a “un cambio en la conducta que es determinada por impulsos afectivos a una conducta más regulada que es guiada por la consideración de las consecuencias personales y sociales futuras” (Whittle *et al.*, 2008, p. 3652). Las relaciones cálidas y afectuosas con adultos fuera del hogar, como el personal de la escuela o el de un centro comunitario supervisado, son especialmente valiosas para los adolescentes durante este periodo de transición.



A menudo, las relaciones de los adolescentes con sus padres son distantes y conflictivas, lo cual ocasiona alteraciones emocionales en ambos.

Algunos problemas de la adolescencia

¿Cuáles son algunos de los principales problemas que enfrentan los adolescentes en nuestra sociedad?

Disminución de la autoestima Vimos antes que los adolescentes son especialmente proclives a sentirse insatisfechos con su apariencia. Los adolescentes que se sienten menos satisfechos con su apariencia física suelen tener también baja autoestima (Kuseske, 2008). Como las adolescentes muestran más tendencia a sentirse insatisfechas con su apariencia, y puesto que el atractivo percibido y la autoestima están más estrechamente relacionados en las mujeres que en los hombres, no es de sorprender que las adolescentes tengan una autoestima mucho más baja que los adolescentes. En el caso de los hombres, durante la adolescencia experimentan poca o ninguna disminución de la autoestima (Kling, Hyde, Showers y Buswell, 1999).

Depresión y suicidio La tasa de suicidio entre los adolescentes ha aumentado en más del 600% desde 1950, aunque hay señales de que desde mediados de la década de 1990 ha empezado a disminuir, al menos entre los hombres. El suicidio es la tercera causa de muerte entre los adolescentes, después de los accidentes y los homicidios (Goldston *et al.*, 2008; National Mental Health Association, 2006). Aunque la consumación del suicidio es mucho más común entre los varones que entre las mujeres, dos veces más mujeres *intentan* suicidarse (National Adolescent Health Information Center, 2004).

Violencia juvenil En abril de 1999 dos muchachos abrieron fuego contra sus compañeros en la preparatoria Columbine en Littleton, Colorado. Armados con dos escopetas recortadas, un rifle semiautomático y una pistola semiautomática mataron a 13 estudiantes y a un maestro, e hirieron a otros 23 antes de suicidarse.

¿Por qué ocurrió esto? ¿Qué provoca que niños de hasta 11 años maten a otras personas y, con la misma frecuencia, se suiciden? Aunque es tentador buscar respuestas sencillas a estas preguntas, las causas de la violencia juvenil son complejas (Heckel y Shumaker, 2001).

PENSAMIENTO CRÍTICO ACERCA DE ...

Niños que matan

1. Después de leer la revisión de las investigaciones anteriores acerca de la violencia en los jóvenes, ¿cambiaron sus opiniones sobre los factores que provocan que los niños en edad escolar maten a sus compañeros?
2. ¿Qué medidas recomendaría para reducir la incidencia de tragedias como la que ocurrió en la preparatoria Columbine? Sea específico.
3. En casi todos los casos los estudiantes que cometen estos crímenes violentos son niños blancos de clase media que viven en comunidades rurales o suburbanas. ¿Por qué cree que sea así? ¿Qué evidencias aceptaría para respaldar sus hipótesis?

La biología definitivamente desempeña un papel en la violencia juvenil, aunque es cierto que su influencia es mucho más compleja que la simple identificación de un “gen asesino”. Por ejemplo, los investigadores han identificado un gen específico en las personas que exhiben falta de compasión e incapacidad para controlar sus impulsos emocionales desde las primeras etapas de la vida. Durante la adolescencia y la adultez su comportamiento se caracteriza por tasas elevadas de delincuencia, violencia y agresión. Los estudios también han demostrado que los efectos de este gen sobre la conducta pueden amplificarse o reducirse, dependiendo del ambiente en el que el niño crece (Buckholtz y Meyer-Lindenberg, 2008). Otra investigación encontró que los traumas tempranos pueden provocar que una estructura del cerebro se vuelva hiperactiva, lo cual provoca que el individuo se obsesione con un solo pensamiento (como la violencia), al mismo tiempo que la corteza prefrontal se vuelve menos capaz de controlar la conducta impulsiva (Amen, Stubblefield, Carmichael y Thisted, 1996; Schmahl, Vermetten, Elzinga y Bremner, 2004).

El ambiente también interviene. La mayoría de los psicólogos cree que la “cultura de las armas” en la que la mayoría de los asesinos jóvenes crecieron es un factor importante, junto con la relativa disponibilidad de las armas (Cooke, 2004; Duke, Resnick y Borowsky, 2005).

La negligencia o el rechazo graves también contribuyen a la violencia. Todos los asesinos jóvenes han indicado sentirse marginados y abandonados por las personas que debían amarlos. Esta condición, a su vez, les produjo sentimientos de impotencia e injusticia (M. R. Leary, Kowalski, Smith y Phillips, 2003). En otros casos los jóvenes carecieron de supervisión y apoyo adulto, y a menudo no contaron con al menos un adulto amoroso y confiable con el que pudieran desarrollar un apego real (Garbarino, 1999).

¿Cuáles son las señales de advertencia que podrían alertar a la familia y a los amigos de un adolescente sobre el potencial de violencia en éste? La falta de conexión social, el enmascaramiento de las emociones, el retraimiento (que se muestre habitualmente reservado y anti-social), el silencio, la ira, el aumento en la tendencia a mentir, los problemas con los amigos, la hipervigilancia, la crueldad hacia otros niños y animales deben ser causa de preocupación. Esto es especialmente cierto si se presentan en un muchacho que proviene de una familia con una historia de violencia delictiva, que ha sufrido abuso o acoso, que pertenece a una pandilla, que abusa de las drogas o el alcohol, que ha sido arrestado con anterioridad o que ha experimentado problemas en la escuela (Leschied y Cummings, 2002; Newsome y Kelly, 2006).

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

1. En la adolescencia temprana una serie de cambios físicos conducen a la maduración sexual, cuyo inicio se denomina _____.
2. La perspectiva de Erikson sobre el principal desafío de la adolescencia es el de _____ en comparación con _____.
3. Liste los cuatro estados de la identidad descritos por James Marcia.
4. Verdadero (V) o falso (F): el momento más difícil de la relación entre un adolescente y sus padres suele presentarse en la adolescencia tardía, cuando el joven está ansioso por abandonar el “nido” familiar.

Respuestas: 1. Pubertad. 2. Identidad; confusión de la identidad, exclusión de la identidad, moratoria de la identidad, difusión de la identidad. 3. Adquisición de la identidad. 4. (F).

APLIQUE SU COMPRENSIÓN

1. Beth tiene 14 años. En el último año o dos años empezó a disfrutar el hecho de discutir sobre temas complejos como los derechos humanos, la pobreza y la justicia. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones podría ser verdadera?
 - a. Beth adquirió el pensamiento operacional formal.
 - b. Beth está experimentando una exclusión de la identidad.
 - c. Beth está experimentando una difusión de la identidad.
 - d. El pensamiento de Beth demuestra el egocentrismo adolescente.
2. Andrew tiene 18 años y aceptó una identidad que le proporcionaron sus padres y compañeros. En otras palabras, decidió convertirse en lo que los demás quieren que sea. Andrew se ajusta más a la descripción de
 - a. adquisición de la identidad.
 - b. exclusión.
 - c. persona en moratoria.
 - d. difusión de la identidad.

Respuestas: 1. a. 2. b.

Introducción

La adolescencia es la época de la vida que transcurre entre la infancia y la edad adulta. Comienza con la **pubertad**, cuando se empiezan a dar una serie de cambios físicos que modifican el cuerpo humano y lo preparan para la reproducción, y suele finalizar cuando se asumen tareas y responsabilidades propias de la edad adulta o la juventud como el trabajo, la independencia de los padres, etc. Se trata de un período marcado por muchos cambios que se reflejan tanto en la apariencia física como en el pensamiento y la vida social.

Respecto de los cambios físicos, las variaciones hormonales provocan un rápido crecimiento de los órganos sexuales que permiten la reproducción —características sexuales primarias— y de otros rasgos asociados a los hombres y las mujeres aunque no directamente relacionados con la reproducción —características sexuales secundarias. Como hemos mencionado, este período en el que se alcanza la madurez sexual y la capacidad de reproducirse se denomina pubertad y marca el comienzo de la adolescencia. No obstante, la edad de comienzo de la pubertad varía mucho. Puede darse entre los ocho y los catorce años y, en general, aparece uno o dos años antes en las chicas. La nutrición, los factores genéticos y el medio social y familiar son factores que pueden retrasar o acelerar la aparición de la pubertad.

Estos cambios físicos junto con otros cognitivos y sociales marcan el inicio de una etapa compleja, muy distinta de las anteriores y con unos rasgos especiales. La maduración sexual, la importancia de la imagen corporal, las relaciones con padres y amigos y la nueva forma de pensar son algunos de los elementos específicos de la adolescencia. Muchos factores influyen en cómo los adolescentes afrontan tanta novedad: el tipo de relación establecido con los padres, la forma de interactuar con los iguales, la propia aceptación de esa maduración y los valores culturales tienen mucho que ver con la manera de reaccionar. A lo largo de este capítulo describiremos los cambios relacionados con la forma de pensar y razonar del adolescente. Comenzaremos exponiendo la teoría de Piaget sobre la adquisición del pensamiento formal. Después veremos las críticas más importantes que se formularon a la visión piagetiana. Por último, repasaremos algunas características del pensamiento en la adolescencia e intentaremos ligarlas a ciertos cambios comportamentales típicos de esta etapa del desarrollo.

1. La llegada del pensamiento formal

Para comenzar a explicar el tipo de pensamiento que aparece en la adolescencia y se extiende durante toda la vida adulta vamos a plantear una tarea. La tarea consiste en establecer qué factores influyen en la velocidad de un péndulo, es decir, qué hace que un péndulo oscile más rápida o más lentamente. En la Figura 9.1 aparece un péndulo formado por una cuerda y un peso atado al final. En realidad, hay tres cuerdas con longitudes diferentes y cuatro pesos. Además de estos dos elementos, vamos a introducir la altura desde la que lanzamos el péndulo y la fuerza con la que lo lanzamos como variables que podrían estar implicadas en la velocidad. Su tarea consiste en explicar qué tipo de pruebas tendría que realizar para llegar a determinar los factores que influyen en la velocidad del péndulo.

El desarrollo socio-emocional del adolescente

10

INMACULADA SÁNCHEZ QUEIJA

Esquema-resumen

Objetivos

Introducción

1. Modelo del cambio individual: la teoría de Erikson
 - 1.1. Los estatus de identidad: J. Marcia
2. Autoconcepto y autoestima
 - 2.1. Autoconcepto
 - 2.2. La autoestima
3. Relaciones familiares
 - 3.1. El mito de los continuos conflictos familiares
 - 3.2. Continuidad entre las relaciones familiares en la infancia y en la adolescencia
4. Relaciones con los iguales
 - 4.1. La amistad íntima en la adolescencia
 - 4.1.1. La amistad y otras relaciones cercanas
 - 4.2. La influencia de los amigos
 - 4.3. Relaciones de pareja y sexuales
 - 4.3.1. Las relaciones de pareja
 - 4.3.2. Las relaciones sexuales

Lecturas complementarias

Actividades

Soluciones a las actividades

Esquema-resumen

1. Modelo del cambio individual: la teoría de Erikson

Entre los primeros trabajos que analizaron la adolescencia destaca la teoría de Erikson, quien propuso que el principal objetivo del adolescente es encontrar su propia identidad tras los vertiginosos cambios que ocurren en su aspecto físico, y los consiguientes cambios en las demandas sociales, aspectos ambos que desafían el sentido de la identidad del individuo. El peligro que corre el adolescente es adquirir compromisos precipitadamente o no comprometerse en absoluto, cayendo en la confusión de roles ante las diferentes posibilidades que se le presentan. El trabajo de Erikson lo desarrolla Marcia estableciendo 4 etapas en el logro de la identidad: la difusión o etapa previa a la búsqueda de identidad; la moratoria o etapa adolescente por excelencia; la identidad hipotecada o el asumir una identidad que es «de otros» y el logro de la identidad.

2. Autoconcepto y autoestima

Los cambios físicos, cognitivos y sociales que suponen la transición a la adolescencia derivan, necesariamente, en cambios tanto en el autoconcepto como en la autoestima de los chicos y chicas que transitan por esta etapa evolutiva. Así, el desarrollo cognitivo acaecido durante la adolescencia permitirá una mayor diversificación de la idea de uno mismo, que derivará al final de la adolescencia en un autoconcepto que integre a los diferentes roles que han ido surgiendo a lo largo de nuestra vida en un todo cohesionado y jerarquizado que admite la ambivalencia. Respecto a la autoestima, aunque al inicio de la adolescencia suele decrecer, irá aumentando a lo largo de este período evolutivo hasta alcanzar niveles previos. Las diferencias individuales se explican, en parte, por la influencia del contexto familiar y de los iguales durante la adolescencia.

3. Relaciones familiares

La familia continúa siendo un entorno fundamental en el desarrollo del adolescente, que será básico para el desarrollo de la identidad, la búsqueda de autonomía o el ajuste adolescente. A pesar de ello, los rápidos cambios del adolescente supondrán algunos reajustes en el sistema familiar. A pesar del mito de los continuos conflictos familiares, las discusiones en las familias con adolescentes suelen estar relacionados con aspectos de la vida cotidiana del adolescente, suceden más en la adolescencia inicial y no implican la disminución de afecto de los hijos hacia los padres, ni viceversa. Los datos muestran que con la llegada a la adolescencia prevalece la continuidad sobre el cambio y serán aquellos adolescentes que de niños tenían malas relaciones con sus familias quienes mantengan estas relaciones dificultosas con los padres.

4. Relaciones con los iguales

El contexto de los iguales cobra una fuerza especial durante la adolescencia, las relaciones con los amigos adoptarán nuevas características (compromiso, lealtad, autorrevelación, resolución de problemas, etc.) y se convertirán en centrales durante esta etapa evolutiva. Chicos y chicas pasan mucho tiempo con sus amigos y amigas con los que comparten pensamientos y actividades (homofilia conductual). Este hecho no implica que los adolescentes sean presionados por el grupo para ser todos similares, sino que a la hora de escoger amigos seleccionan a aquellos que más se les parecen, y si los parecidos disminuyen se separan de ese grupo. Curiosamente, los adolescentes sobreestiman los parecidos con sus amigos y consideran que se asemejan más a sus amigos de lo que realmente lo hacen.

Existe una continuidad importante entre las relaciones familiares y con los iguales: quienes mejores relaciones familiares describen son también quienes gozan de relaciones con iguales más satisfactorias. Esta continuidad también se da con la relación de pareja, disfrutando de mejores relaciones de pareja quienes en su familia o con los amigos han aprendido las habilidades de cercanía necesarias en las relaciones románticas.

Objetivos

- Adquirir una visión realista y no sesgada de los cambios sociales que ocurren en la vida durante la adolescencia.
- Conceptualizar la adolescencia como un período de búsqueda de la identidad personal.
- Analizar y comprender los cambios que se producen en el autoconcepto y la autoestima durante la adolescencia.
- Valorar la importancia de las relaciones familiares durante la etapa adolescente.
- Conocer y apreciar la relevancia de los vínculos con los iguales en el período adolescente.
- Valorar la importancia que para el adolescente tienen las relaciones de pareja.
- Reconocer al adolescente como persona sexuada que comienza a sentir deseo físico por otros.
- Adquirir conocimientos relevantes sobre el desarrollo normativo que permitan la detección de problemas reales durante la adolescencia.

Introducción

La adolescencia es una etapa que preocupa a padres, profesores, trabajadores y educadores sociales y, en general, a todos aquellos adultos que personal o profesionalmente se relacionan con personas que transitan por esta etapa evolutiva. En cualquier librería podremos encontrar multitud de títulos referidos a este período y que pretenden, con mayor o menor éxito, ayudar a los adultos a enfrentarse con los adolescentes. Aparecen, incluso, programas televisivos que nos alertan sobre la dificultad del trato con adolescentes y cómo afrontarlos. Y es que, si hay una etapa evolutiva con mala prensa, esa es la adolescente (Casco y Oliva, 2005a). Sin embargo, no debemos olvidar que el adolescente no es un ser muy diferente al niño que fue hace unos años, y como intentaremos esbozar en este capítulo, a pesar de que la etapa adolescente es un momento evolutivo de cambios, prima más la continuidad que la ruptura con el mundo anterior del chico o la chica.

El conocimiento sobre el mundo social del adolescente se ha incrementado de forma exponencial en los últimos 20 años, debido fundamentalmente al cambio de paradigma del estudio del adolescente como un ser individual (a nivel emocional, cognitivo o físico) a un paradigma en el que el desarrollo se produce en entornos sociales. El presente capítulo se basará, por tanto, en los avances obtenidos en estos últimos años. Sin embargo, no podemos obviar la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson, enmarcada en el primer paradigma que, con su idea de la búsqueda de identidad, supuso la base para futuras in-

vestigaciones y continúa siendo actualmente un referente teórico para explicar buena parte de los resultados obtenidos en la investigación.

1. Modelo de cambio individual: la teoría de Erikson

Aunque la teoría de Erik Erikson (1902-1994) hace referencia al **ciclo vital** completo de la persona, ha sido su formulación de la etapa adolescente la que más ha calado en los textos sobre psicología evolutiva. Erikson, de formación psicoanalítica, se aparta del psicoanálisis clásico para otorgar un papel primordial a la sociedad en el desarrollo del individuo. En su teoría, el **Yo** debe evolucionar a lo largo del ciclo vital asegurando un comportamiento eficaz de la persona, siendo en todo momento la sociedad quien guía las elecciones que va efectuando el individuo (Erikson, 1968). La sociedad provoca crisis en la persona, y paralelamente, establece medios para superar esas crisis. Cada superación supondrá mayor apertura a la sociedad. Erikson propone el desarrollo de la persona en ocho etapas secuenciadas. Cada etapa supone el afrontamiento de una crisis. En el caso de que la crisis sea resuelta, el Yo saldrá fortalecido e incorporará una nueva cualidad. Cuando la crisis no es superada, irán quedando restos neuróticos en la personalidad del individuo y se dificultará la superación de las nuevas crisis, de forma que será más difícil incorporar nuevas cualidades al Yo de la persona. Por tanto, en cada etapa se establecen dos opuestos: la cualidad a alcanzar y su contraria. Las etapas de Erikson quedan definidas en la Tabla 10.1.

Tabla 10.1. Etapas del desarrollo según Erikson (1980)

Etapa	Descripción	Cualidad desarrollada
Confianza frente a desconfianza básica (0-1 año)	Si hay consistencia en los cuidados que el bebé recibe, adquirirá la expectativa de que aunque las cosas puedan ir mal durante un tiempo, luego mejorarán.	Confianza en los otros
Autonomía frente a vergüenza y duda (2-3 años)	El niño realiza elecciones: retención de heces, comer solo, oposición a los padres, vestirse solo. Debe, sin embargo, compatibilizar su deseo de autonomía con las normas sociales que los padres representan.	Voluntad Libertad dentro de los límites impuestos por la sociedad.
Iniciativa frente a culpa (3-6 años)	El niño toma la iniciativa para intentar conseguir objetivos personales. Pero no siempre lo conseguirá porque chocará con los deseos o normas de otros. Deberá aprender a procurar metas realizables.	Propósito Permite perseguir objetivos significativos.
Diligencia frente a inferioridad (6/7-12 años)	El niño debe aprender a manejar herramientas culturales mientras se compara con el grupo de iguales, con los que debe aprender a trabajar y jugar.	Competencia Capacidad para utilizar las herramientas culturales.
Identidad frente a confusión de roles (adolescencia)	El adolescente se enfrenta a cambios físicos y nuevas demandas sociales que le harán dudar de su identidad, de saber quién es él. Deberá comprometerse a nivel ideológico, profesional y personal.	Fidelidad, lealtad

Etapa	Descripción	Cualidad desarrollada
Intimidad frente a aislamiento (adulto joven)	La persona debe arriesgar su identidad para lograr el vínculo de intimidad con otra persona (la fusión de identidades), pero manteniendo la propia identidad.	Capacidad de amar
Generatividad frente a estancamiento (adulto medio)	Más allá de la identidad y la intimidad, la persona debe comprometerse con los otros, con su trabajo, con los hijos, consiguiendo productividad y satisfacción elevadas.	Productividad, cuidado
Integridad del Yo frente a desesperanza (adulto viejo)	La persona debe estar de acuerdo con las decisiones vitales adoptadas, considerando la propia vida como un todo significativo.	Sabiduría

1.1. Los estatus de identidad: J. Marcia

Desde que Erikson estableciera el logro de la identidad como la tarea fundamental que deben resolver los adolescentes, numerosos teóricos se dedicaron al estudio de este aspecto. Marcia, a partir del estudio sistemático mediante encuestas, sugirió cuatro estatus de identidad que surgen de la combinación de dos dimensiones: por una parte el haber o no atravesado por una **crisis de identidad** entendida como momento de búsqueda y criba de diferentes alternativas y, por otra el haber adoptado **compromisos** vocacionales, ideológicos o personales (véase Tabla 10.2).

Tabla 10.2. Niveles o estatus de identidad según Marcia (1966)

Compromiso	Crisis	
	Sí	No
	Sí	Identidad de logro
No	Moratoria	Identidad difusa

Existe una secuencia habitual para pasar por estas etapas, sin que sea la que necesariamente haya que seguirse. Lo más frecuente es que al inicio de la adolescencia el chico o la chica se sitúe en el estatus de **identidad difusa**, donde ni ha adoptado compromisos ni está explorando las alternativas que se le plantean; para pasar posteriormente a la etapa de **moratoria**, donde el adolescente busca, explora, prueba diferentes opciones o alternativas sin llegar a tomar decisiones sobre cuál es la correcta para él; el chico o la chica está en plena crisis de identidad. Finalmente, se llegará a la **identidad de logro**, estatus en el que tras el proceso de búsqueda y prueba de diferentes opciones, el adolescente se compromete con aquellas alternativas que le hayan resultado mejores. Sin embargo, existen otros posibles tránsitos por estas etapas. Así, alguien puede no pasar la etapa de crisis o moratoria y adoptar compromisos personales posiblemente sugeridos por otros adultos, esta persona tendría una **identidad hipotecada**.

En cualquier caso, la búsqueda de la identidad también puede ser un camino de ida y vuelta, y por ejemplo, un chico que trabaja en la construcción porque sus padres y abuelos lo hicieron sin plantearse qué es lo que quiere realmente y probar/buscar otras opciones (identidad hipotecada), puede entrar en crisis posteriormente (moratoria), y lograr su propia identidad más tardíamente. Esto no implica cambiar de trabajo o que necesariamente el adolescente que logra la identidad lleve sistemáticamente la contraria a sus padres en ideología o aspiraciones de futuro, sino que la decisión final que adopta y el camino a seguir surge de la convicción de qué es lo que quiere hacer después de haber analizado diferentes opciones. De hecho, tal y como veremos en el siguiente epígrafe, es habitual que los adolescentes coincidan con sus padres en ideología o les pidan opinión para saber qué hacer en el futuro.

2. Autoconcepto y autoestima

Los cambios físicos, cognitivos y sociales que suponen la transición a la adolescencia derivan, necesariamente, en cambios tanto en el autoconcepto, como en la autoestima de los chicos y chicas que transitan por esta etapa evolutiva.

2.1. Autoconcepto

Autoconcepto e identidad son dos términos íntimamente relacionados, pero mientras la **identidad** es un fenómeno complejo de naturaleza psicosocial, el **autoconcepto**, en cuanto que es la construcción y elaboración del conocimiento de uno mismo, depende en mayor medida de los cambios cognitivos descritos en el Capítulo 9.

Durante la adolescencia, el autoconcepto que se había elaborado al final de la niñez va a sufrir cambios de estructura y de contenidos. A *nivel estructural*, la capacidad de abstracción permitirá al adolescente inicial relacionar algunas características vinculadas entre sí. Sin embargo, este primer momento del pensamiento formal, con las primeras abstracciones sobre quién es él/ella, no permite detectar incoherencias entre sus diferentes facetas, lo que por otra parte, evita al adolescente el sufrimiento emocional que supondría detectarlas. En una segunda etapa, las abstracciones elaboradas en la primera fase se relacionan entre sí, así como algunos rasgos que en principio parecen opuestos. Para comprender mejor esta etapa es necesario tener en cuenta que el adolescente se relaciona cada vez en más contextos sociales, tal y como veremos en este capítulo: familia, amigos, relaciones de pareja e incluso escuela o trabajo. En cada uno de estos contextos se va a demandar al adolescente un comportamiento y unos valores, que facilitarán la diversificación del autoconcepto. En la tercera etapa de formación del autoconcepto durante la adolescencia, el pensamiento formal ya está asentado, lo que permite relacionar abstracciones entre sí y jerarquizarlas, de forma que se puede lograr un autoconcepto no sólo múltiple y diversificado, sino también integrado, donde los roles opuestos y los diferentes *yo*es no produzcan sentimiento de incongruencia e insatisfacción (véase Tabla 10.3).

Tras los rápidos cambios puberales, el aspecto físico va a ocupar un lugar central en el *contenido* del autoconcepto. No es de extrañar, ya que estos cambios físicos se van a convertir en una de las preocupaciones centrales de los adolescentes, llegando a influir

Tabla 10.3. Ejemplos de autoconcepto (adaptado de Palacios, 1999)

Adolescencia inicial (11-14 años)
«Soy tímido, me corto con los adultos pero también con mis compañeros.» «En mi casa se me ocurren muchas cosas divertidas, pero con mis amigos no.»
Adolescencia media-tardía (15-17 años)
«Soy muy inteligente para unas cosas, pero no para otras.» «No entiendo cómo me llevo tan bien con mis compañeros y tan mal con mis hermanas.»
Adultez emergente (18 - 21 años)
«Soy una chica flexible: seria y formal para trabajar, pero jaranera para divertirme.» «Me interesan muchas cosas, pero soy algo indeciso.»

de forma importante en la autoestima, como veremos más adelante. Sin embargo, el paso del tiempo con el aumento de la capacidad de abstracción que conlleva, y con las horas dedicadas a la introspección, va a permitir que a partir de la adolescencia media el autoconcepto se enriquezca de definiciones relativas al aspecto menos visible de los adolescentes, el psicológico: creencias, filosofía de vida, personalidad, etc.

2.2. La autoestima

La autoestima es el componente valorativo del autoconcepto y uno de los principales predictores de bienestar personal entre adolescentes y adultos. A lo largo de la adolescencia, la autoestima se diversificará al tiempo que el autoconcepto, añadiendo cada vez más componentes, por ejemplo autoestima física, autoestima relacional o autoestima afectivo-sexual. En función de las experiencias y competencias en cada materia, los adolescentes tendrán mayor o menor valoración en cada uno de los componentes. A pesar de esta diversificación, continúa existiendo una **autoestima global** que se verá influida por los diferentes componentes¹ en función de la importancia que tenga para la persona. De esta forma, un chico que obtenga buenas calificaciones y pobre rendimiento en los deportes tendrá mejor autoestima global si valora especialmente las actividades académicas, que si a lo que da importancia es al éxito deportivo.

En lo referente a las diferencias de género encontramos que los chicos suelen tener mejores niveles de autoestima global que las chicas. Sin embargo, estudios que comparan diferentes componentes de la autoestima matizan esta idea, de forma que los chicos tendrán mejor autoestima en las áreas relativas a matemáticas, apariencia física o deportes, y las chicas en las áreas referidas a las competencias verbales y las relaciones interpersonales (Wilgenbush y Merrell, 1999). En cualquier caso, para ambos sexos, aunque más en el caso de las chicas, la apariencia física (y el atractivo para el otro sexo) será un tema central en la consecución del nivel de autoestima. Quizá es la importancia del

¹ Algunos autores prefieren reservar el término autoestima para la autoestima global y utilizan la terminología de percepción de autoeficacia o valoración personal para lo que aquí hemos denominado componentes de la autoestima.

físico, sobre todo en la adolescencia inicial, la que hace que los niveles de autoestima global sean menores en las chicas que en los chicos, ya que los cambios puberales alejan el cuerpo real de las chicas del estereotipo actual de belleza femenina, aunque no faltan autores que apuntan a otras causas: las familias aceptan mejor la autonomía si la demanda un chico que si lo hace una chica; o los profesores atribuyen la disminución de rendimiento académico a falta de motivación en los chicos y a falta de capacidad en las chicas.

Evolutivamente, la autoestima suele decrecer al inicio de la adolescencia. No es de extrañar, pues es el momento en el que chicos y chicas se enfrentan a los mayores cambios: físicos, hormonales, sociales, emocionales y escolares. Posteriormente, según se va aceptando el nuevo cuerpo, se va adaptando a la nueva posición social y se van abordando las relaciones interpersonales de una forma más madura, la autoestima vuelve a subir.

En cuanto a los factores que afectan a la autoestima, los datos nuevamente son congruentes con los de etapas anteriores, un contexto familiar afectuoso y cohesionado, con estilo educativo democrático o relación de apego seguro, así como relaciones de comunicación y confianza con el grupo de iguales favorecen la autoestima positiva de chicos y chicas (Parra, Oliva y Sánchez-Queija, 2004).

3. Relaciones familiares

La familia es un contexto fundamental en el desarrollo de las personas, y esto no cambia en la etapa adolescente. Muy al contrario, es un entorno básico para superar tareas del desarrollo características de la adolescencia, tales como la formación de la identidad, la adquisición de autonomía o el ajuste psicosocial del adolescente (Lila, Van Aken, Musitu y Buelga, 2006). Sin embargo, en la sociedad permanece la idea del adolescente conflictivo que rompe con todas las normas familiares, idea probablemente promovida por la visión psicoanalítica de la adolescencia y, más contemporáneamente, por la visión evolucionista, según las cuales para conseguir la individuación es necesario que el adolescente rompa y se distancie de los vínculos familiares, al tiempo que gira hacia otro tipo de relación más igualitaria que le permite crear nuevos vínculos afectivos (Bloss, 1979). De esta idea de relaciones familiares conflictivas y de distanciamiento durante la adolescencia se pasó a la versión contraria y, durante un tiempo, algunos de nuestros colegas insistieron en que la adolescencia era una etapa más, que no implicaba conflictos en la familia. Actualmente, los datos acumulados en los últimos años de investigación muestran un panorama menos dramático del mito del adolescente conflictivo que desgraciadamente permanece aún en la sociedad, y menos bucólico que aparecía en aquellos textos que se esforzaban en convencernos de que los cambios que ocurren durante la adolescencia no implicaban ningún reajuste en la familia.

3.1. El mito de los continuos conflictos familiares

Cuando un chico o una chica llega a la adolescencia, está sufriendo importantes cambios cognitivos (*véase Capítulo 9*) y físicos, no sólo en la apariencia externa, cada vez más cercana a la de un adulto, sino también internamente con los reajustes hormonales. Las

recién estrenadas capacidades cognitivas van a permitir al adolescente cuestionar las normas familiares que acataba anteriormente, e incluso rebatirlas con argumentos, con el consiguiente desconcierto de sus padres y madres; igualmente, van a permitir desidealizar a los padres y a las madres. Aquellas personas que cuando eran niños consideraban omnipotentes y sabias se convierten ahora en individuos con sus propios deseos, necesidades e incluso errores. Los cambios físicos externos van a suponer que se les exija un comportamiento más maduro en algunas áreas o desde algunos sectores sociales; mientras que los cambios hormonales supondrán algunas alteraciones bruscas de humor que, de nuevo, desconcertarán a quienes viven cerca de ellos. Estos cambios físicos supondrán igualmente un aumento del deseo sexual y de la posibilidad de aliviarlo, lo que provocará en los padres un intento de controlar y restringir el ocio y las amistades de los adolescentes, especialmente en el caso de las chicas (Oliva, 2006; Oliva y Parra, 2004).

El resto de miembros de la familia también está experimentando cambios que pueden sumarse a la transición a la adolescencia del hijo. De esta forma, no es extraño que la pubertad y adolescencia de los hijos coincida —e incluso que la apariencia de adultez de los hijos e hijas desencadene— un momento de reflexión y evaluación de los padres sobre si la vida que están llevando es realmente la que querían o habían imaginado cuando ellos mismos eran jóvenes, lo que se ha denominado **crisis de mitad de vida**.

En este contexto, no es extraño que los primeros momentos de la adolescencia sean un buen caldo de cultivo para que surjan conflictos familiares. Hijos que demandan autonomía, que cuestionan normas, con cambios de humor y padres que se resisten a estos cambios. Sin embargo, un análisis en profundidad y teniendo en cuenta más dimensiones nos muestra que, a pesar de estos conflictos, los adolescentes siguen considerando a su familia como fundamental en sus vidas. El informe *Jóvenes españoles 2005* muestra que la familia es la institución más valorada entre los chicos y chicas de entre 15 y 24 años (González-Blasco, 2006) y, a pesar de los problemas, los adolescentes se consideran queridos en sus casas. Además, estos conflictos no ocurren ante cualquier temática, sino que las discusiones más frecuentes en la familia de los adolescentes tienen que ver con aspectos de la vida cotidiana, aquellos que el adolescente considera de su esfera personal, aunque aún estén bajo la tutela de sus padres, tales como la hora de llegar a casa, la vestimenta o las tareas del hogar (Noller, 1994; Parra y Oliva, 2007). Sin embargo, a la hora de tomar decisiones sobre el futuro como qué estudiar, o en el caso de discusiones sobre temas políticos, chicas y chicos acuden a conocer la opinión de sus mayores, con quienes suelen estar de acuerdo y seguir sus indicaciones.

Estas discusiones que venimos describiendo se producen al inicio de la adolescencia. Comparando datos de preadolescentes y adolescentes encontramos que los adolescentes perciben menor cercanía, compañía e intimidad de los padres y madres que los preadolescentes (Collins y Laursen, 2004) e, igualmente, los padres y las madres consideran que sus hijos adolescentes rompen sus expectativas con más frecuencia que cuando eran preadolescentes, interpretando las disrupciones como intencionadas con mayor frecuencia que cuando eran preadolescentes (Collins, 1989). Esta fotografía de discusiones, afortunadamente, parece que tiende a disminuir gradualmente a medida que transcurre la adolescencia (Laursen, Coy y Collins, 1998), según padres e hijos van encontrando un nuevo equilibrio más igualitario y menos jerárquico que con el que había funcionado el sistema familiar previamente. Además, es importante no ver estos conflictos sólo desde la ver-

tiente negativa del momento, ya que cuando se producen en un clima de afecto y cariño, supondrán un mejor ajuste del adolescente que se dejará ver ya en la adolescencia tardía (Oliva, Parra, Jiménez, Sánchez-Queija, 2005).

En cualquier caso, este patrón como cualquiera en psicología, donde no hay dos personas o dos sistemas de personas iguales, puede tener variaciones y, por ejemplo, en un sistema familiar en el que los padres estén muy preocupados por su carrera profesional, el deseo de autonomía de los hijos e hijas puede ser considerado como «agua de mayo», y por tanto no generar ningún tipo de conflicto familiar (véase Tabla 10.4).

Tabla 10.4. Grupo de discusión con chicos y chicas adolescentes I*.

Sobre los conflictos en la familia y el cambio de la adolescencia (13 años)
<p>Chica 1: tenemos más edad, pensamos diferente...</p> <p>Moderadora: ¿que pensáis diferente?</p> <p>Chica 1: hombre, que cuando éramos chicos, yo qué sé, te gustaba más estar todo el rato con tus padres pegadito, pero ahora te gusta más estar más despegado un poquito.</p> <p>Moderadora: y vuestros padres, ¿qué pasa?, ¿que no os dejan despegaros del todo?</p> <p>Chica 1: quizá, yo qué sé, ellos creen que todavía somos sus niños chicos.</p> <p>Murmullo</p> <p>Chica 3: de grande (ahora) se habla más con ellos, puedes dar tu opinión o algo, cuando eras chico tenías que hacer lo que ellos dijeran, ya ahora puedes decir: «no, esto es que no lo quiero hacer, no me viene bien...»</p> <p>Moderadora: y eso entonces que es un motivo conflicto, o al revés, de mejoría.</p> <p>Chica 3: depende, porque si, por ejemplo, les chillas o les contestas de mala manera, yo creo que es un conflicto. Ahora, si les dices: «es que no me viene bien» y se lo explicas y eso, no creo que sea malo.</p>
Sobre la búsqueda de autonomía (15 años)
<p>Chica: y además, yo por ejemplo soy la más chica de mi casa y mi padre a mí me tiene más protegida que a nadie, mis hermanos son todos mayores y entonces yo no le puedo decir que me voy a este lado: ¡ten más cuidado!, ¡no pases por aquí! Lo típico. Y yo si le cuento algo de chicos pues entonces ya me dice: ¡Carmela, no salgas de aquí!</p> <p>Risas</p> <p>Chico 1: eso me pasa a mí. Yo soy el más chico de mi casa y si le digo a mi madre que voy a algún lado, siempre los veo pasando con el coche, mirando...</p> <p>Chico 2: ¡es verdad!, ¡es verdad! Por eso yo no les digo a mis padres dónde voy.</p> <p>Moderadora: ¿y por qué crees que tu padre se pasa por allí?</p> <p>Chico 1: yo que sé... si es que es siempre... yo como soy el más chico siempre me cuida más y eso... ¡es más pesado!, por eso le digo: ¡papá, yo me vengo a la calle para estar con mis amigos y no contigo! Porque muchas veces me para, me dice: ¡ven aquí! Y se pone a hablar conmigo de —yo qué sé— y me pone la cabeza... ¿sabes?</p>

* Datos obtenidos en la investigación *Cambio y Continuidad en la Adolescencia*, dirigida por el profesor Dr. Alfredo Oliva. (Financiado por Ministerio de Educación, Cultura y Deporte: BS02022-03022.)

3.2. Continuidad entre las relaciones familiares en la infancia y en la adolescencia

No queremos terminar este apartado sin hablar de la continuidad en la relación, tal y como avanzáramos en la introducción. Según la teoría del apego, el tipo de apego es-

tablecido durante la niñez tiende a ser estable, y aquellos chicos y chicas que establecieron un vínculo seguro con sus madres y padres, a priori tienden a mantener ese mismo tipo de apego (*véanse los Capítulos 4 y 8*). En cualquier caso, hay que tener en cuenta que la forma externa de la expresión de las emociones va a variar durante la adolescencia, y en lugar de las muestras de afecto explícito, los adolescentes mostrarán su cariño a los padres de otra forma, como preocupándose por sus asuntos e incluso cuidándoles, bromeando, etc. Durante la adolescencia la familia continúa ejerciendo la función de base segura que permite la exploración en diferentes campos. Estableciendo un paralelismo con otras edades, en la situación del extraño, el bebé con apego seguro jugará tranquilamente en la sala cuando su madre está presente. Ha formado un Modelo Interno de Trabajo (MIT) que le permite confiar en que si ocurre algo, su madre está allí, por lo que explora la sala con total tranquilidad. En el caso del niño, no es necesario que la madre esté presente porque su capacidad de representar le permite saber que la madre vendrá cuando él la llame. En la adolescencia, esta función de base segura se concretará de otra forma, y el chico o la chica con apego seguro tendrán más confianza para explorar en las relaciones con los iguales, con la pareja, e incluso en otras áreas diferentes a las interpersonales. Han formado un modelo mental en el que son dignos de ser queridos, y saben que cuando necesiten a sus padres, estarán ahí para ayudarles. En cualquier caso, lo que queremos destacar es la idea de **continuidad**, y que aquellas familias que mejor se ajustan a la transición adolescente de sus hijos, son las que previamente mantenían relaciones más cálidas con ellos. A pesar de que las muestras de afecto explícito disminuyan y de que al principio de la adolescencia aparezcan algunos conflictos, sólo el 5% de los niños que durante la infancia mantienen relaciones positivas con sus padres se convierten en adolescentes conflictivos (Steinberg, 2001), por lo que las familias que quieran promover una adolescencia de buenas relaciones con sus hijos, deberán comenzar por establecer un clima de confianza y cariño durante la niñez.

4. Relaciones con los iguales

La familia es el primer y probablemente principal contexto de desarrollo durante toda la vida. Sin embargo, durante la adolescencia cobra especial importancia otro contexto, el del grupo de amigos o iguales, con el que se pasa cada vez más tiempo, se disfruta del tiempo libre, se experimentan nuevas alternativas y se comparten aquellas cuestiones que los adolescentes consideran inapropiadas o incomprensibles para el mundo adulto.

De hecho, para muchos autores es en la preadolescencia (Sullivan, 1953) o en la adolescencia (Savin-Williams y Berndt, 1990) cuando surge la verdadera amistad, aquella que es diferente al simple compañerismo. Estemos o no de acuerdo con esta idea, en la adolescencia surge un tipo de amistad con características propias (Buhrmester, 1996):

1. La amistad pasa de estar centrada en el juego a estar centrada en *la conversación*.
2. Los amigos y amigas salen de los confines del recreo (o patio de juego) y de la clase. Ahora surgen iniciativas de conversar sobre las inquietudes, aumentan las llamadas de teléfono y se hacen muchos *planes* para pasar *juntos* el tiempo.

3. Los amigos y amigas se convierten en un importante foro de *autoexploración* y de apoyo emocional. Esto requiere aprender a pensar sobre ellos mismos, a *auto-revelarse* o lo que es lo mismo, a compartir con el amigo las cosas más íntimas del adolescente, a ser capaces de *empatizar* para dar apoyo emocional al otro.
4. Al necesitar más de los amigos y amigas para satisfacer ciertas necesidades, es frecuente que tengan que «trabajar» con los conflictos y desacuerdos. Ahora se requiere del adolescente que sea capaz de *resolver los conflictos* con el amigo o amiga de forma que se reduzca la tensión sin perder la intimidad de la relación.

4.1. La amistad íntima en la adolescencia

No es extraño escuchar a los padres quejarse de que sus hijas —e incluso hijos— pasan horas hablando por teléfono o chateando con sus amigos, preguntándose qué se contarán si acaban de estar juntos en el instituto o en la calle. Y es que sin duda, el concepto estrella para describir la intimidad en la relación de amistad durante la adolescencia es el de **autorrevelación**. Con este concepto estamos haciendo referencia al hecho de que el adolescente confía (o revela) espontáneamente al amigo aquellas cuestiones que realmente le preocupan, sus sentimientos y deseos más profundos (Berndt y Keefe, 1995), y el compañero responde positivamente a estas revelaciones, comprendiendo y apoyando a quien expone sus problemas (Laurenceau, Barret, y Poietromonaco, 2004). Hablar con los amigos de cuestiones personales como sexualidad, la familia o los problemas económicos promueve cercanía en la relación. Este comportamiento puede haber sido el desencadenante de que, como explicamos anteriormente, desde algunas posturas se considerara normativo el distanciamiento familiar y el acercamiento a los iguales. Sin embargo, ya hemos mostrado que la separación familiar durante la adolescencia no es más que una simple apariencia, y de hecho, son aquellos hijos e hijas de familias con apego seguro, o que combinan las normas familiares con un clima de afecto y cariño (*véase Capítulo 7*) quienes mejores relaciones establecen con sus amigos (Furman y Wehner, 1994; Sánchez-Queija y Oliva, 2003). No es de extrañar, ya que en un entorno cercano como es la familia han aprendido los patrones conductuales, habilidades relacionales y sociales necesarias para establecer un clima de cercanía en la relación.

En nuestro país, el 88,2% de chicos y 94,6% de chicas de entre 11 y 17 años dicen tener un amigo o amiga especial, alguien en quien confiar, a quien contarle sus cosas, que le hace sentir bien y le ayuda cuando lo necesita (Moreno *et al.*, *en prensa*). Durante la adolescencia, tener amigos cercanos se convierte en una necesidad. Al comparar adolescentes con preadolescentes, se ha encontrado que el desarrollar amistades íntimas y recíprocas se relaciona con el bienestar emocional y la competencia relacional cuando los chicos y chicas son adolescentes, pero no cuando son preadolescentes. Además, los adolescentes con buenos amigos tienen un mejor ajuste emocional (Brown y Klute, 2003), mientras que la ausencia de amigos deriva en soledad, malestar psicosocial y alienación (Buhrmester, 1990).

Sin embargo, parece que chicos y chicas cubren esta necesidad de forma diferente. Mientras que ellas charlan con las amigas de sus cuestiones personales, ellos prefieren hacer cosas juntos. Dicho de otra forma, las chicas basan la amistad en la autorrevelación y la intimidad, y los chicos en compartir actividades y en la instrumentalidad. Estas diferencias no surgen en la adolescencia, sino que ya desde pequeños, los niños juegan en grupo y no suelen tener un mejor amigo, jugando a competiciones con reglas claras,

mientras que las niñas tienen una mejor amiga con la que hablan y comparten secretos (véase Capítulo 8). Por tanto, mientras los chicos aprenden a negociar, cooperar y competir con el grupo, las niñas aprenden a comunicarse, a escuchar y a buscar la continuidad de la relación (Coleman y Hendry, 1990). Durante la adolescencia, por tanto, se mantienen los diferentes roles que ya se han aprendido antes. Sin embargo, no parece que estas diferencias se basen en cuestiones inmodificables. Por ejemplo, Jones y Dembo (1989) mostraron que chicos y chicas andróginos (que puntúan alto en las cuestiones típicamente masculinas y en las típicamente femeninas) forman parte de un mismo grupo de chicos y chicas con niveles elevados de intimidad en las relaciones de amistad (véase Tabla 10.5).

Tabla 10.5. Grupo de discusión con chicos y chicas adolescentes II*

Sobre la comunicación con padres y amigos (15 años)
<p>Moderadora: pero aparte de las relaciones así con chicos/as, ¿qué cosas no podéis contarles a los padres?</p> <p>Chica 1: las cosas que se pueden hacer fuera de casa, yo qué sé, como a lo mejor que vas a hacer un bottellón, o si bebes o cualquier cosa, o si fumas... eso no se lo vas a decir: ¡oye papá, que ayer cogí una borrachera! (risas).</p> <p>Moderadora: y si por ejemplo un día os sentís mal por cualquier cosa, porque una amiga os ha hecho algo que os ha dolido o lo que sea ¿a quién se lo contáis?</p> <p>Chico 1: a mi madre.</p> <p>Chica 2: yo se lo cuento a mi madre.</p> <p>Chico 2: yo también.</p> <p>Chica 1: yo a mi madre y a mi hermana.</p>
Sobre la importancia de los amigos (13 años)
<p>Moderadora: vamos a ver, ¿qué ocurriría si un día te quedas sin amigos?, ¿en qué cambiaría la vida?</p> <p>Chico 1: en que tendrías que estar todo el día en tu casa aburrido, no hacer nada, estar solo en tu casa, aburrido y todo.</p> <p>Moderadora: ¿y vosotras?, ¿en qué cambiaría la vida si un día os quedáis sin amigos?</p> <p>Chica 2: en todo.</p> <p>Moderadora: en todo, ¿por qué?</p> <p>Chica 2: porque si tú no puedes estar con tus amigos por la tarde, no les puedes confiar nada, no puedes hablar con ellos...</p> <p>Chico 2 (interrumpiendo): no puedes divertirte con ellos.</p>

* Datos obtenidos en la investigación *Cambio y Continuidad en la Adolescencia*, dirigida por el profesor Dr. Alfredo Oliva (BS02022-03022).

4.1.1. La amistad y otras relaciones cercanas

El contexto de la amistad bebe del contexto familiar como ya hemos mostrado, pero también aporta a dicho contexto, siendo dos entornos que se influyen mutuamente. Con los amigos se pueden aprender estrategias de resolución de problemas o algunos aspectos de la intimidad relacional en un contexto de igualdad que posteriormente se trasladen a las relaciones familiares, ayudando a mejorarlas según se van convirtiendo en relaciones más igualitarias, menos jerarquizadas y asimétricas (véase Figura 10.1).



Figura 10.1. Un ejemplo de homofilia conductual en un grupo de adolescentes.

Ahora bien, probablemente, los aprendizajes que se dan en la relación de amistad durante la adolescencia, afectarán más a la posterior relación de pareja. Las relaciones de amistad son simétricas, entre iguales, horizontales, frente a las relaciones con los adultos en la familia que son verticales o asimétricas. Con el amigo íntimo se aprende a resolver problemas en un contexto de cercanía y cariño, solventando las dificultades sin perder la relación, se aprende a no tener miedo a la intimidad relacional, a confiar en la otra persona, todos ellos aprendizajes necesarios en la relación de pareja.

Desde la teoría del apego, algunos autores estudian cómo se trasvasa la relación de apego de los padres a los iguales y de estos a la pareja. En general, los estudios hablan del siguiente patrón en función de los cuatro componentes básicos del vínculo de apego: ansiedad ante la separación, base segura que permite la exploración, búsqueda de proximidad y refugio emocional (véase Capítulo 4). Niños y niñas buscan la proximidad de los padres y acuden a ellos a solicitar refugio emocional ante las adversidades. Durante la preadolescencia se comienza a compartir entre padres y amigos el deseo de *proximidad*, para ya en la adolescencia, preferir la proximidad de los amigos a la de los padres. Habrá que esperar también a la adolescencia, aproximadamente los 14 años, para que utilicen a los amigos como *refugio emocional* ante aquellas cuestiones que preocupan al adolescente. Al final de la adolescencia, con la llegada de la adultez emergente, los cuatro componentes del apego se traspasarán a la relación de pareja, sin que en ningún momento de este tránsito, los padres hayan dejado de ser *base segura* ante la que explorar el mundo y sin que los adolescentes hayan dejado de sentir *ansiedad* ante el miedo de *una separación* de los padres no voluntaria, lo que nos vuelve a mostrar lo desacertado de la idea de separación emocional de los padres durante la adolescencia.

4.2. La influencia de los amigos

A pesar de que hasta ahora hemos descrito la relación de amistad como algo positivo, cuando en la vida cotidiana se habla de la influencia de los amigos en el adolescente suele hacerse desde el punto de vista negativo, y se considera que los chicos y las chicas quedan alienados ante el grupo, que presiona a quien hasta entonces había sido un niño «modelo» hasta convertirlo en un adolescente conflictivo. De nuevo, y aunque esta afirmación estuvo apoyada por autores conocidos como Bronfenbrenner e incluso en textos técnicos se explican aspectos como el consumo de drogas debido a la influencia de los iguales, los estudios que se han dedicado a analizar dicha influencia controlando otras variables, no apoyan esta idea intuitiva (Berndt, 2002), aunque tampoco la desmienten. De hecho, los datos muestran que los amigos del adolescente son en la mayor parte de las ocasiones los mismos que durante la niñez, cuando el mundo adulto no veía problemáticas estas relaciones. Más del 85 % de los adolescentes de entre 13 y 17 años españoles dicen conocer a sus amigos desde hace años o de «toda la vida» (Moreno *et al.*, 2008).

Hace ya décadas que Kandel (1978) describió la homofilia conductual y los procesos de selección activa, desección y socialización recíproca. Por **homofilia conductual** entendemos el hecho de que los y las adolescentes que forman parte del mismo grupo de amigos tengan similares patrones de comportamiento, vestimenta y aficiones. Esta homofilia conductual es la que ha motivado que desde la sociedad y desde entornos profesionales se considere que el grupo de amigos presiona al adolescente a realizar las conductas típicas del grupo. Sin embargo, chicos y chicas se acercan para entablar amistad a aquellos otros que más se les parecen, con los que comparten aficiones, ideas, gustos o intereses, fenómeno conocido como **selección activa**, escogiendo a aquellos que se asemejan a ellos en las cuestiones que consideran más importantes. De esta forma, una chica a la que le gusta practicar deporte y le dedica tiempo a ello, escogerá como amigas a otras chicas a las que también les guste el deporte. De hecho, cuando por alguna causa el adolescente no se encuentra a gusto con el grupo de amigos, no encuentra parecidos con tal grupo o, por algún motivo las semejanzas han desaparecido, puede dejar de ir con esas personas, aspecto que se ha llamado **desección**. Ahora bien, llegado el momento en el que se ha entablado una relación con un grupo con el que el adolescente comparte intereses, y una vez que se forma parte de dicho grupo, unos y otros acabarán **socializándose recíprocamente**, de forma que se formarán unas normas de grupo, un estilo común de pandilla y cada vez se parecerán más unos a otros.

Estudiando el consumo de drogas durante la adolescencia, se describió un nuevo fenómeno, la **sobreestimación de semejanzas**, es decir, los adolescentes tienden a pensar que sus amigos se parecen a ellos más de lo que realmente lo hacen. Por este motivo, los estudios que preguntan al adolescente por la conducta de sus amigos encuentran más parecidos o más homofilia conductual que aquellos que toman medidas directamente del adolescente y del amigo. A pesar de ello, tanto en investigación como en la actividad profesional, se sigue preguntando al adolescente por la conducta de los amigos y tomando su respuesta como una verdad fehaciente, con lo que los profesionales continuamos fomentando la idea de la influencia negativa de los iguales.

De esta forma, cuando un adolescente consume, por ejemplo, cannabis, y dice que sus amigos consumen más que él, la interpretación fácil y habitual sería concluir que el

grupo de amigos le ha presionado para consumirlo y ser «cool», cuando la investigación muestra que el adolescente *seleccionó* a un grupo de amigos que se parecen a él y, si consumen, probablemente, es que él tampoco considera que sea un error consumir. Si no estuviera a gusto en ese grupo y se sintiera incómodo, lo más probable sería que lo dejara (*deselección*). De hecho, sería conveniente preguntar a los propios amigos si consumen u observar la conducta de esos chicos y chicas, porque existe la probabilidad de que el adolescente esté *sobreestimando* las semejanzas y sus amigos no consuman o lo hagan en pequeñas dosis, y sea «nuestro» adolescente quien esté *socializando* a los amigos en el consumo.

Por tanto, consumo de sustancias (alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas), sexualidad asumiendo riesgos, conducción temeraria, y otras conductas de riesgo se realizan en presencia de los amigos y no de los padres, pero el grupo más que presionar al adolescente, parece que ejerce de facilitador, en el sentido de que ofrece el entorno de ocio sin presencia de adultos que permite la realización de estas conductas. Un último apunte en este apartado: los trabajos que han analizado el sentido de la influencia de los iguales, muestran que chicos y chicas se sienten más presionados por su grupo de amigos y amigas para realizar las conductas que desde el mundo adulto se consideran adaptativas (estudiar ante los exámenes o no beber en caso de estar tomando medicamentos, por ejemplo) que hacia conductas desajustadas (Berndt, 1979, Sánchez-Queija, 2007). A veces, los adolescentes mantienen estos comportamientos desajustados porque simplemente no perciben que lo son o porque son conductas motivantes por sí mismas (Sim y Koh, 2003).

4.3. Relaciones de pareja y sexuales

De entre las relaciones con los iguales habría que destacar aquellas que se establecen con la pareja. Poco conocemos sobre las relaciones de pareja durante la adolescencia, probablemente porque desde la mirada adulta se consideran estas relaciones esporádicas y poco importantes, a pesar de que el interés en el sexo opuesto² suele ser una de las principales preocupaciones de chicos y chicas adolescentes, que pasan horas hablando sobre la persona que *les gusta*, y sufren desmesuradamente cuando una relación se rompe. Si escasos son los estudios sobre las relaciones de pareja, más aún lo son aquellos que analizan las relaciones sexuales desde un punto de vista no patológico. Desde la aparición del SIDA en los años noventa, buena parte de la investigación o los recursos sobre las relaciones sexuales han sido destinados a prevenir las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS), centrándose en las relaciones sexuales de riesgo con datos sociológicos (edad de inicio de las relaciones, uso de métodos anticonceptivos, etc.), y mostrando interés casi exclusivamente en la prevención de ETS y embarazos no deseados, olvidando que la adolescencia es el momento de construcción de la identidad sexual (con lo que ello comporta de búsqueda y exploración activa, tal y como indicamos en el apartado de identidad).

4.3.1. Las relaciones de pareja

En el epígrafe anterior hablamos de las relaciones con los iguales e incluso de cómo se traspan los componentes del apego de unas figuras a otras. Efectivamente, parece que

² Debido a la limitación de espacio nos referiremos exclusivamente a las relaciones heterosexuales.

las relaciones con los amigos y con la pareja tienen mucho que ver, al ser ambas relaciones horizontales y no verticales como puedan ser las que se establecen entre adulto y adolescente. Al inicio de la adolescencia, chicos y chicas se relacionan en pequeños grupos unisexuales de unos 5 a 9 miembros. Generalmente son los mismos amigos de la infancia, que se ven con frecuencia y hacen planes para otros momentos. Poco después estos grupos se juntan para formar pandillas heterosexuales que quedan los fines de semana o en algunas excursiones, generalmente de forma esporádica. A partir de estos encuentros se va a formar la gran pandilla mixta, que puede incluir hasta 25 miembros de ambos sexos. Es en el seno de esta gran pandilla donde comienzan a aparecer las *parejas*. En un primer momento serán los chicos o chicas con mayor estatus quienes se emparejen, y más adelante el resto de los miembros de las pandillas. Las primeras parejas serán «rollitos» de entre 3 y 8 meses de duración. Estos «rollitos» son más una forma social que un contexto real en el que compartir intimidad, aunque en algunas ocasiones son auténticos precursores de las posteriores relaciones de pareja estable. En general, en estos «rollitos» no hay la expectativa de mantener relaciones sexuales, sino un apoyo maduracional (aumentan la autoestima) y afectivo, aunque a mayor duración de la pareja mayor probabilidad de que efectivamente aparezcan las primeras relaciones sexuales.

Además de facilitar el entorno donde encontrar pareja, la relación de amistad tiene otros vínculos con la de pareja. Según la teoría del apego, la relación de pareja se verá influida por el modelo representacional o modelo interno de trabajo formado en la relación con la principal figura de apego, ya que es en la relación familiar donde se aprende la cercanía emocional y los intercambios físicos que se darán, eso sí con otro significado, en la relación de pareja (véase Capítulo 4). Sin embargo, no faltan autores que apuntan a la idea de que la relación romántica se parece más a la relación con el amigo íntimo, y que es en esta relación con un/a amigo/a del mismo sexo donde uno se prepara para relaciones intensas y cargadas emocionalmente (Sullivan, 1953). A nivel empírico se ha mostrado que la calidad en la relación de amistad predice mejor las características de la relación de pareja durante la adolescencia que el tipo de relación familiar; que tener amigos en la infancia media predice el tener relaciones de pareja en la adolescencia inicial o media y relaciones románticas más saludables en la adolescencia tardía; o que quienes tienen amigos del sexo opuesto en la adolescencia inicial son más proclives a iniciar relaciones de pareja en la adolescencia media (Brown, 2004).

El inicio de las relaciones de pareja durante esta etapa también tiene su vertiente negativa. Así, y fundamentalmente entre las chicas, el inicio de una relación provoca fuertes sentimientos de abandono y resentimiento en la amiga que sufre porque su lugar privilegiado lo ocupa ahora otra persona, y la persona que se empareja que puede tener dificultades a la hora de manejar los sentimientos de culpa por haber «abandonado» a su amiga íntima. Asimismo, la ruptura de la relación, aunque fuera una relación superficial, puede conllevar sentimientos de tristeza y desolación que habrá que intentar paliar sin restar importancia a lo que implica la relación de pareja en la adolescencia.

Brown (1999) establece cuatro fases en la formación de las relaciones de pareja:

1. **Iniciación.** Con la pubertad y el surgimiento del deseo sexual, aparece una nueva dimensión en las interacciones con el otro sexo. Sin embargo, esta fase inicial no está centrada en la relación de pareja, sino en uno mismo. El objetivo fundamen-

tal de esta fase sería incluir en el autoconcepto del adolescente la probabilidad de ser *pareja* y conseguir tener confianza en la capacidad de uno mismo para relacionarse con una pareja potencial. En el caso de que aparecieran relaciones de pareja, éstas serían superficiales y cortas.

2. **Estatus.** Una vez que se ha conseguido tener confianza en la habilidad para interactuar eficazmente con la pareja, se pasa de estar centrado en uno mismo a la relación con los otros. En esta etapa, las relaciones de pareja estarán socialmente pautadas. Es decir, la relación es una forma de conseguir popularidad o estatus en el grupo de iguales.
3. **Afectividad.** El objetivo de la relación de pareja ha cambiado. Se pasa de querer tener una relación a dar importancia a la relación en sí misma. El adolescente ha ganado suficiente confianza en su habilidad y su orientación sexual como para arriesgarse a mantener una relación más profunda. Las relaciones son ahora más reconfortantes sexual y emocionalmente, y se convierten en una fuente de satisfacción y de preocupaciones. La importancia de la relación de pareja aumenta, a expensas de otros vínculos sociales. Aunque los amigos siguen siendo importantes, ahora no ejercen control sobre la relación de pareja que tenían previamente.
4. **Vínculo.** En esta etapa, donde la relación es ya madura, se superponen los afectos a la pasión, y el compromiso de duración sobre las cuestiones personales. Esto ocurre al final de la adolescencia o en la adultez temprana.

4.3.2. Las relaciones sexuales

Por si hacía falta que se explicara, no existe relación alguna entre la ausencia de relaciones sexuales en la adolescencia y un mejor ajuste en la adultez (Bogart *et al.*, 2007). Sin embargo, desde 1998 la política de educación en Estados Unidos va encaminada a promover la abstinencia basándose en datos de investigación que apoyan la idea de que la abstinencia sexual promueve ganancias sociales, psicológicas y de salud entre los jóvenes. El propio *Handbook of Adolescent Psychology* (Adams y Berzonsky, 2003), aporta el dato de que tener una relación de pareja durante más de 18 meses es un *factor de riesgo* para mantener relaciones sexuales, por lo que implícitamente está considerando tales relaciones como un riesgo. No traeríamos a colación estos datos norteamericanos si no coincidieran con la idea intuitiva generalizada en la sociedad española de que no es positivo mantener relaciones sexuales durante la adolescencia y, por tanto, se debe intentar retrasar lo máximo posible tales incursiones (López, 2005). La postura que defendemos en este apartado es que depende, como en casi todos los tópicos relacionados con la psicología, del momento, forma y motivo por el que se mantienen esas relaciones sexuales, lo que intentaremos argumentar en los siguientes párrafos. Comenzaremos rebatiendo la idea de que la abstinencia promueve salud: efectivamente, si se correlaciona relación sexual temprana durante la adolescencia con salud mental, la relación es negativa, mostrando que aquellos chicos y chicas que mantuvieron relaciones de forma temprana tienen una salud mental pobre durante la adultez. Estos datos son tan engañosos como lo eran aquellos que correlacionando altura e inteligencia mostraban que los niños más altos son los más inteligentes. Obviamente, un niño de 11 años resuelve mejor las tareas de un test de inteligencia que uno de 8 años, y es más alto, pero si se controla la variable edad, la altura y la inteligencia son variables que no están relacionadas. Igualmente, cuando se

controlan variables como el ajuste escolar, los vínculos familiares o conductas de riesgo, la relación entre conducta sexual en la adolescencia y salud mental desaparece. Chicos y chicas adolescentes con un pobre ajuste escolar, vínculos familiares negativos y que realizan conductas de riesgo tendrán una pobre salud mental hayan, mantenido relaciones sexuales durante la adolescencia o no, y viceversa aquellos que tienen aspiraciones académicas, con buenas relaciones familiares y que no se embarcan en conductas de riesgo tendrán buen ajuste mental tanto si han mantenido como si no relaciones sexuales durante la adolescencia (Bogart *et al.*, 2007).

Las primeras relaciones sexuales realmente no lo son. Hacen referencia a comportamientos masturbatorios, más frecuentes en chicos que en chicas, y que aparecieron antes de la pubertad, y a fantasías sexuales que son en principio inespecíficas (sin escenario ni pareja concreta) y posteriormente cada vez más definidas. Estas fantasías tienen diferentes funciones: activan el placer, son un sustituto de las necesidades sexuales no atendidas y sirven para que el propio adolescente conozca sus preferencias y necesidades sexuales. En algún momento, chicos y chicas tendrán alguna relación que les permitirá explorar sus cuerpos, besarse, explorar sus genitales, y posteriormente aparecerán las relaciones sexuales completas. Esta secuencia no es normativa, y algunos adolescentes pueden saltarse alguno de los pasos. De hecho, a pesar de algunas noticias alarmistas sobre la precocidad de las relaciones sexuales y las conductas de riesgo asociadas, la mayoría de los chicos y las chicas no mantienen relaciones sexuales completas durante la adolescencia: el 56,7% de las chicas y el 55,4% de los chicos **no** han tenido relaciones sexuales a los 17/18 años, estadísticas que aumentan al 74,5% de las chicas y el 67% de los chicos de 15/16 años (Moreno *et al.*, 2008). Entre los propios adolescentes españoles no se tiene la expectativa de mantener relaciones sexuales antes de los dieciséis años y medio (Casco y Oliva, 2005b), y el considerar una conducta como normativa es uno de los principales factores que llevan a realizarla.

Aunque la doble moral que consideraba el sexo prematrimonial permitido para los chicos y prohibido para las chicas parece estar desapareciendo, continúa habiendo importantes diferencias entre chicos y chicas en lo relativo al sexo. Para los chicos el sexo es un objetivo en sí mismo, mientras que las chicas entienden el sexo vinculado a las relaciones afectivas, como una parte más de ellas. Por este motivo, es más fácil que los chicos tengan su primera relación sexual completa preocupados de que el aparato fisiológico funcione, y las chicas por compartir un momento de intimidad con la pareja (Zani y Cicognani, 2006). Ellos comienzan antes a tener impulsos en intereses sexuales, dicen tener activación sexual con mayor frecuencia y, sobre todo, lo consideran más intenso y les producen más distracciones que a las chicas. Si estas diferencias de género son debidas a la biología o a los factores sociales que hacen que ellas repriman su deseo sexual con mayor frecuencia para ajustarse a las normas sociales, continúa siendo un debate, considerándose que ambas cosas influyen e interactúan (Savin-Williams y Diamond, 2004) (véase Tabla 10.6).

En lo referente a la transición al coito, algunos estudios muestran que quienes comienzan antes a mantener relaciones sexuales completas son los chicos y chicas de familias no convencionales, con madres y padres separados o solteros, probablemente porque tienen cerca un modelo en el que los progenitores buscan pareja y mantienen relaciones sexuales (Crockett, Raffaelli y Moilanen, 2003). También a quienes sus padres no controlan y a los que controlan en exceso; los adolescentes que maduran antes que sus com-

Tabla 10.6. Condiciones para desarrollar intervenciones efectivas sobre la sexualidad en los adolescentes (adaptado de López, 2005)

Intervenciones eficaces (López, 2005)
Reconocimiento social de que numerosos adolescentes son, de hecho, sexualmente activos.
Romper el silencio familiar. Los padres pueden y deben darles criterios sobre estas relaciones, incluso si son contrarios a ellas, pero sean cuales sean sus consejos deben: <ul style="list-style-type: none"> • Aumentar la conciencia de riesgo si se tienen prácticas inseguras. • Informar de las prácticas seguras.
Generar la educación sexual en las escuelas, de forma que se reciban: <ul style="list-style-type: none"> • Informaciones adecuadas. • Visión positiva de la sexualidad. • Reconocimiento de las diferentes biografías (tanto de quien tiene relaciones como del que no). • Conocer los riesgos reales de embarazo, ETS, etc. • Entrenarles en prácticas simuladas, en prácticas sobre sexo seguro (p. ej., cómo poner un preservativo). • Poner a su disposición información sobre los recursos materiales y asistenciales (p. ej., centros de asesoramiento a jóvenes).
Conseguir que la comunidad ponga al servicio de los adolescentes medios, como el preservativo, y centros de asesoramiento en planificación.
Los adolescentes deben aprender que tienen derecho a tener biografías sexuales diferentes, sin relaciones sexuales o con ellas, que la familia, la escuela y la sociedad están dispuestas a ayudarles a vivir su biografía sexual sin riesgos y que para ello es necesario que se reconozcan (si es el caso) como sexualmente activos.

pañeros; y quienes tienen menores aspiraciones académicas o menor estatus social (Zani y Cicognani, 2006).

Finalmente, nos gustaría comentar los motivos que llevan a los adolescentes a mantener relaciones sexuales (Savin-Williams y Diamond, 2004; Zani y Cicognani, 2006): El primero de ellos es quizá el más obvio, la *necesidad de satisfacer el deseo sexual* que, como hemos mencionado anteriormente, en muchos casos esta necesidad se resuelve a través de conductas masturbatorias; el segundo es una fuerte *curiosidad*, que aumenta debido a la influencia de los medios de comunicación, donde se describe y discute abiertamente sobre la sexualidad. Diferentes culturas harán frente a esta curiosidad de diversas formas. En algunos casos se evita el contacto entre los jóvenes para no propiciar la actividad sexual; en otros, se permite a los chicos y las chicas que jueguen con sus cuerpos advirtiendo de que se debe evitar el sexo premarital; un tercer motivo sería el *logro de estatus social* entre los compañeros o de un *estatus adulto*. En el caso de las chicas, este estatus se lograría más a través de una relación afectiva que de relaciones sexuales propiamente dichas; el cuarto motivo es tener una *relación de pareja*, que obviamente propicia la activación del deseo y promueve la aparición de relaciones sexuales. En este caso la pareja quiere fundirse completamente. Finalmente, el quinto motivo consiste en utilizar el sexo como un *mecanismo de regulación emocional* que ayuda a los adolescentes a afrontar emociones negativas o sucesos estresantes. Afortunadamente este es el caso menos frecuente o normativo, pero al que se debe prestar especial atención, ya que estos chicos y chicas tienden a tener mayor número de parejas y a implicarse en relaciones sexuales de riesgo.

INTENTO DE SUICIDIO Y EMBARAZO NO DESEADO

LORENA repite tercero de Secundaria. Nunca ha ido bien en sus estudios, tanto por falta de motivación como a causa de sus problemas personales y familiares. De hecho, cursó segundo de la misma etapa por el programa de Compensación Educativa, dadas sus profundas lagunas académicas y su problemática sociocultural. Sus padres se hallan separados, a consecuencia de los malos tratos infligidos a la madre por parte de su ex marido, quien, además, abusa del alcohol. Esta situación tan dramática ha incidido muy negativamente en la personalidad de Lorena, que se proyecta como una chica recelosa, malhumorada, agresiva, exhibiendo en ocasiones malos modales, distraída, pesimista, insegura e inestable emocionalmente, aunque también sincera, sociable y alegre.

Su comportamiento en el aula ha sido con frecuencia incorrecto, si bien ha mejorado notablemente en este campo a lo largo del presente curso. Falta con frecuencia a clase, alegando como disculpa enfermedades imaginarias u otras circunstancias nada convincentes. Hasta hace poco tiempo resultaba frecuente verla envuelta en riñas y trifulcas con sus compañeras de instituto, debido a su carácter pendenciero y poco propenso al diálogo, quizá por imitación del entorno familiar. No estudia en casa y raramente trae los deberes hechos a clase. Pasa la tarde en la calle con compañías nada recomendables.

Fruto de tales influencias es su reciente embarazo, que de momento sigue adelante. Tan mal se ha sentido y tantos problemas se le han acumulado a la vez, que se ha visto desbordada por los acontecimientos y ha intentado suicidarse tomando una caja entera de pastillas de su madre. Afortunadamente, la cogieron a tiempo y un lavado de estómago evitó la catástrofe. A finales de curso se ha puesto a trabajar por las tardes como cajera en un supermercado, si bien ha decidido seguir en el instituto por la mañana, a pesar de sus pobres resultados académicos, quizá porque ha llegado a darse cuenta de que el trabajo no es ese mundo idealizado donde se gana mucho dinero sin esfuerzo.

Interpretación psicológica

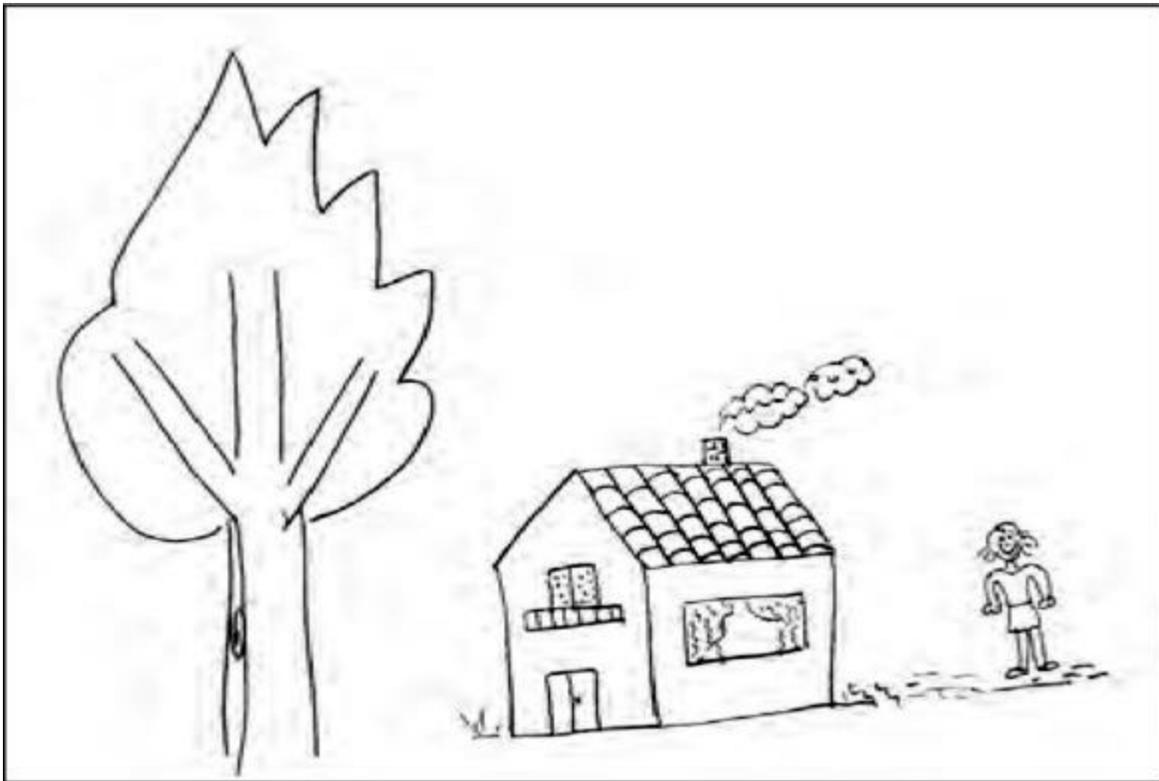
Lorena ha crecido en un ambiente familiar violento y nada propicio al desarrollo de una personalidad sana psíquicamente; por el contrario, esta situación tan conflictiva la ha vuelto insegura y agresiva, en un intento de imponerse a circunstancias hostiles no controlables.

El hogar en el que crece cualquier niño debería brindar cariño, seguridad, amor, tranquilidad y estabilidad emocional, sintiéndose querido por sus progenitores y protegido frente a las adversidades de la vida.

Si, por el contrario, sólo halla conductas agresivas, padres bravucones y salvajes, borrachos e irracionales, madres desprotegidas, maltratadas y asustadas, incapaces de transmitir aquellos valores que se les arrebatan a ellas mismas, su personalidad sufrirá daños irreparables.

¿Cómo podrá respetar a un padre maltratador? ¿Cómo podrá sentirse seguro en un entorno de miedo y confusión? Lo normal es que desarrolle conductas de huida y autoprotección o comportamientos agresivos, como mecanismo de defensa contra quienes aparecen ante él bajo el disfraz de enemigos peligrosos.

De ahí que nuestra adolescente evidencie un carácter desconfiado, rebelde, nervioso, inconstante y pasivo. Está defendiendo su territorio, como lo haría un animal en peligro, acorralado por poderosos atacantes.



Un padre dominante (árbol) se sitúa por encima de la familia (casa) e impone su ley de la selva.

¿Cómo podría concentrarse en sus estudios en una situación de constante tensión y violencia? Ello explica su pasividad, su tendencia a rehuir frustraciones, tan frecuentes

en el hogar y tan dolorosas para las víctimas inocentes.

Se ha juntado con compañeros poco recomendables, porque cree sentirse protegida frente a posibles agresiones.

Estos «amigos» pendencieros y prontos a actuar ante la más mínima afrenta, reproducen, por una parte, el modelo familiar rechazado, quizá inconscientemente; pero, por otra, le proporcionan seguridad y sensación de protección frente a quienes pudieran agredirla.

En el fondo, es lo que desearía haber encontrado en el hogar: personas fuertes y poderosas, que hubiesen sido capaces de enfrentarse a ese individuo agresivo que tiene por padre y que ha destruido la libertad y la felicidad familiar.

Quizá busca en esos chicos a los vengadores de su progenitor y a los salvadores de una madre agredida e incapaz de defenderse por miedo a las consecuencias, consciente de que una personalidad débil es fácilmente manejable.

Su embarazo puede interpretarse como un descuido lamentable, pero quizá también evidencie deseos inconscientes de contar con su propia familia y su propio hogar, un hogar que se halle bajo su control y que aporte ese cariño y esa protección de los que siempre ha carecido, al menos por parte paterna.

Y el intento de suicidio se debe a su falta de madurez psicológica para afrontar los problemas de la vida con espíritu valiente. Cuando las dificultades se agolpan, uno puede verse desbordado, y más en la adolescencia.

Por eso resulta frecuente este comportamiento entre chicos y chicas inmaduros e inseguros, incapaces de asumir las frustraciones cotidianas como retos que hay que superar, y no como fracasos irremediables.

El trabajo le aportará una visión más realista de su entorno y una oportunidad para aprender a valorar la utilidad de una preparación profesional adecuada de cara a un futuro más prometedor y más estable.

Caso 37

¿TIENE PROBLEMAS O LOS BUSCA? (deseo de llamar la atención)

ANGÉLICA acaba de abandonar segundo de Bachillerato tras repetirlo y fracasar de nuevo en dicho curso. La vengo siguiendo desde tercero, siempre con sus asuntos personales y familiares a cuestas, siempre con su deseo constante de llamar la atención. Ha repetido al menos dos veces en Secundaria: tercero y cuarto; además del ya mencionado segundo de Bachillerato. Apenas estudia, escudándose en sus muchos problemas, unos reales, otros imaginarios, fruto de su carácter conflictivo, histérico y derrotista.

Su madre acaba de morir. Era alcohólica. Se había casado a los 18 años, se había separado poco después y de nuevo se había vuelto a casar, pero nunca fue feliz. Se volvió alcohólica en un intento de evadirse de la dura realidad. No se trataba de una esposa maltratada, sino de una mujer inadaptada, inestable emocionalmente y con tendencias depresivas. Angélica tiene dos hermanos mayores, que viven independientes. Se lleva bien con el pequeño. Con el padre no se entiende, porque la paciencia no es su principal virtud y no tolera la forma de ser de su hija. Angélica se muestra nerviosa, depresiva, obsesiva, distraída, desorganizada, independiente, sociable, alegre, impulsiva, manipuladora, muy sensible y fantasiosa. Carece de sentido de la realidad. Tiende a fabular con frecuencia y no asume responsabilidades. No estudia apenas, pero luego se siente presa de la ansiedad ante los exámenes.

Sigue la táctica de provocar lástima contando a todo el mundo sus asuntos familiares. Utiliza dicha estrategia especialmente con los profesores, que tienden a compadecerla y, en consecuencia, intentan ayudarla y favorecerla en su marcha escolar, aun conscientes de que poco pone de su parte. Acomplejada con su físico, inclinado al sobrepeso en demasía, rehúye relacionarse con chicos de su edad y busca el afecto de que carece en adultos que casi le doblan la edad. Ahora, concretamente, sale con un hombre de unos 40 años. Lo ignora casi todo de su vida, pero lo considera su novio. Nos tememos que pueda estar casado, porque lo ve periódicamente, sólo cuando él puede y su trabajo se lo permite. Ella acepta la situación, porque se siente protegida y porque en el fondo se halla constantemente demandando afecto.

Además, se siente inadaptada al entorno, sea el familiar, sea el escolar, e incluso el social. Sus escasas amigas se alejan de ella, molestas por sus constantes ansias de protagonismo. Sólo existen sus males y los demás deben escuchar día tras día lo

desgraciada que se siente, lo mal que la trata la vida y lo exigentes que son los profesores. Tan pronto se muestra alegre y contenta como deprimida e infeliz. Sus tendencias maníaco-depresivas parecen ser sus fieles aliadas en medio de una existencia falta de rumbo y de orientación.

Se ha inscrito dos años seguidos en el programa de «Ayuda psicológica individual», pero obtiene poco provecho porque falta cuando se le antoja, no pone en práctica las tareas que se le proponen ni los hábitos inculcados, busca soluciones rápidas, pero sin implicarse en ellas, fabula con facilidad, hasta el punto de que le cuesta discernir entre fantasía y realidad. Tampoco se esfuerza por atenuar los problemas de relación con su familia, convencida de que la culpa es de los demás, no de ella, si bien reconoce que en seguida pierde los nervios y «monta el número».

Ha titulado en Secundaria con dos pendientes a fuerza de repetir, aprobando unas en junio, otras en septiembre, ayudada por profesores compasivos, que conocían su problemática personal y familiar; dejó atrás primero de Bachillerato con dos pendientes porque se lo tomó más en serio, exultante con su graduado en el bolsillo, pero se atascó en segundo, lo repitió con los mismos errores de planteamiento y acabó abandonándolo para ponerse a trabajar. Era un final cantado, tras su desidia y su fuerte absentismo del último año. Ha madurado, pero sus problemas básicos de personalidad persisten, por no querer abordarlos con seriedad. Ha contado con recursos y con ayuda suficiente para ello, pero siempre ha jugado a esforzarse lo mínimo indispensable, creyendo que la estrategia de provocar pena siempre iba a funcionar. Pero todo lo que vale cuesta y exige esfuerzo para alcanzarlo. Su próximo objetivo consiste en superar las pruebas de acceso a ciclos formativos de grado superior, con las miras puestas en cursar en su momento «Anatomía patológica y citología». Esperamos que lo consiga. De momento, ha suspendido en la convocatoria de mayo.

De todos modos, un ejemplo más de su alejamiento de la realidad lo constituye su aspiración a estudiar medicina, meta hoy por hoy lejana, dado su escaso interés por el esfuerzo, su tendencia al desánimo, sus «lagunas educativas» kilométricas y la larga duración de la carrera, cuando no logra salir adelante en un segundo de Bachillerato. Experta en soñar despierta, los duros choques con la realidad no le devuelven esa cordura que hasta nuestro inmortal Quijote recobró al final de su vida. Si lograrse cursar el ciclo formativo mencionado, podríamos hablar de un éxito clamoroso. ¡Ojalá se cumplan sus expectativas!

Interpretación psicológica

Si el caso anterior incitaba a confiar en la capacidad de regeneración humana, éste constituye un ejemplo de lo que no se debe hacer, del fracaso que aguarda a quienes convierten el soñar despiertos en el único esfuerzo que están dispuestos a asumir.

«Consigue más el que quiere que el que puede», reza el dicho popular; pero cuando no se quiere y el poder no anda sobrado, las posibilidades de éxito se reducen drásticamente.

Nuestra alumna se ha visto condicionada por serias dificultades familiares. Nadie lo niega. Sin embargo, ella misma ha contribuido a acrecentarlas con su personalidad nerviosa, despreocupada e impulsiva.

Por otro lado, poco ha puesto de su parte para resolver su problemática personal. Ha contado con ayuda psicológica, con la comprensión y la dedicación de sus tutores y profesores, con compañeras sensatas y colaboradoras, con un entorno escolar favorable.

Pero ha preferido ir de víctima por la vida, en vez de tomarse en serio sus estudios, de seguir las pautas de su terapeuta, de cambiar de actitud en casa, de alejarse de fantasías vanas.

Ha recurrido a mecanismos de defensa tales como la proyección y la fantasía para culpar a los demás de sus males y para convencerse de que bastaba con desear algo para alcanzarlo.

Ha confundido realidad y deseo, fabulación y esfuerzo, egocentrismo y motivación, soluciones mágicas y trabajo diario, y el resultado ha sido el esperado: abandono de los estudios, desorientación personal y profesional, infrutilización de la ayuda prestada...

No se pueden lograr objetivos estables pasando las tardes en la calle y atiborrando la mente las vísperas de los exámenes. Se trata de una costumbre extendida entre un sector amplio de estudiantes.

Aun sirviendo para aprobar a duras penas, la superficialidad de los conocimientos adquiridos no justifica su uso. El estudio, al igual que cualquier otra actividad humana, requiere ejercicio, reflexión y práctica diaria de hábitos correctos.

Pensemos en un deportista que tan sólo se entrenara la víspera de una prueba clasificatoria. Los resultados serían desalentadores. Igual sucede con nuestra protagonista y su huida del trabajo cotidiano.

Estamos tolerando la aparición de una juventud pasiva, conformista, ajena al esfuerzo, consentida cual niños pequeños, sin más ideal que el pasárselo bien ni más aspiración que vivir el día a día.

Lógicamente, se trata de un sector juvenil, no de toda la juventud; pero acabaremos pagando las consecuencias de nuestra dejadez. De chicos inmaduros e irresponsables no podemos esperar avances sociales relevantes el día de mañana.

¿En qué condiciones tomarán el relevo como generación que nos sustituirá? Nos solemos consolar pensando que ya madurarán, pero el sexismo, el racismo, la intolerancia, la creciente agresividad en las relaciones humanas son frutos de la falta de compromiso.

En el caso de Angélica, sus problemas personales no derivan tanto de su problemática familiar cuanto de su falta de voluntad para afrontar la realidad y asumir sus responsabilidades. Es más fácil culpar al destino de nuestros males que trabajar por neutralizarlos.

La tendencia a relacionarse afectivamente con hombres maduros significa la búsqueda del padre que siempre rechazó, quizá por influencia materna, quien ahogó sus penas en alcohol, en vez de buscar ayuda para solucionar sus conflictos personales y conyugales.

Muchos matrimonios fracasan porque uno de los consortes busca en el otro padre y marido o madre y esposa en la misma persona, y un padre o una madre pueden aportar protección y cariño, pero no podrán desempeñar el papel de esposo de la hija o de esposa del hijo.

Tras tales búsquedas estériles subyacen complejos de Peter Pan, adultos que se niegan a crecer, porque en el fondo continúan siendo eternos niños inmaduros, inseguros, que anhelan al padre o a la madre que les daba todo hecho, que les resolvía todas sus dificultades.

Dichos comportamientos son frecuentes entre hijos superprotegidos, mimados en exceso, que se sienten indefensos ante las duras exigencias de la vida diaria, y entonces desearían volver al seno materno para sentirse protegidos cual bebés que reciben cuanto precisan a través del cordón umbilical, sin la menor aportación por su parte.

Otro punto débil de Angélica era su tendencia a generar conflictos en sus relaciones con sus compañeras, reproduciendo así inconscientemente su ambiente familiar. Su carácter nervioso e impulsivo le jugaba malas pasadas.

Su predisposición a culpar a los demás de sus problemas, probablemente ocultara sus propios complejos de culpabilidad. Si los culpables eran los demás, ella no precisaba sentirse tal. Los demás obraban mal, ella bien.

¿De dónde podrían proceder sus complejos de culpabilidad? De sus relaciones con sus padres, de su vagancia en el estudio, de falta de colaboración con sus terapeutas, de sus relaciones sentimentales rechazadas por sus progenitores...

De entornos familiares conflictivos o superprotectores surgen hijos agresivos,

inseguros, inmaduros afectivamente, porque carecen de confianza en sí mismos y de pautas claras de comportamiento, bien por falta de modelos adecuados de imitación, bien por personalidades débiles y dependientes, que precisan ir cogidos de la mano de los adultos para sentirse protegidos en su caminar por la vida.

Pero de este modo no desarrollan adecuadamente su autonomía ni adquieren hábitos de responsabilidad ni maduran afectivamente, porque no se les ofrecen oportunidades de poner en práctica aprendizajes básicos para su futuro personal y profesional, académico y social.

Angélica adoptó siempre la estrategia de esconder la cabeza bajo el ala. No viendo sus propios problemas, no existían. Los generaban los demás: sus padres con sus conflictos, sus profesores suspendiéndola, sus compañeros negándole ayuda, la sociedad con sus comportamientos violentos...

En todo caso, siempre contaba con el recurso de la huida, que utilizó cuando no encontró salida a sus estudios. Entonces los abandonó y de nuevo aparecieron las soluciones mágicas: superaría las pruebas de acceso (cosa que no sucedió en mayo) y continuaría estudiando.

Nunca es tarde. Esperamos que lo intente de nuevo con mayor preparación y mayor éxito. De todos modos, en tanto no modifique sus hábitos de estudio y su motivación, le esperan serias frustraciones. La lotería raramente toca. Por eso no constituye una solución a corto plazo.

Asimismo, debe buscar parejas afectivas próximas a sus intereses y a sus necesidades psicológicas, en vez de empeñarse en el más difícil todavía. Su inestabilidad emocional no se neutralizará dando palos de ciego.

Haría bien en proseguir otro programa de ayuda psicológica similar al que le proporcionamos en nuestro centro, a fin de encontrar la fuerza suficiente para trabajar los puntos débiles de su personalidad. Si no madura a estas alturas, difícilmente logrará diseñar un futuro estable y beneficioso para sus intereses vitales.

Caso 44