

**PSICOLOGÍA DEL
DESARROLLO HUMANO II**

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

COMPILACIÓN

©Comp. Socorro Armida Sandoval Mora

©Universidad Autónoma de Sinaloa

©Dirección General de Escuelas Preparatorias

Primera edición, enero de 2018

Diseño de edición, Leticia Sánchez Lara

Cuidado de la edición

Socorro Armida Sandoval Mora

ISBN: 978-607-9128-51-7

Esta edición es con fines académicos, no lucrativos.

Impreso en Culiacán, Sin., México

Printed in México

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA
DIRECCIÓN GENERAL DE ESCUELAS PREPARATORIAS**

**PSICOLOGÍA DEL
DESARROLLO HUMANO II**

COMPILACIÓN

**COMPILADORA
SOCORRO ARMIDA SANDOVAL MORA**

Culiacán, Sinaloa, enero de 2018

AGRADECIMIENTOS

Agradezco la valiosa colaboración de ENA BELLA ARMENTA LÓPEZ, por sus valiosos comentarios y sugerencias para el diseño del presente texto.

Presentación

En la Dirección General de Escuelas Preparatorias, nos hemos preocupado por acompañar las propuestas programáticas de materiales bibliográficos; que cubran las necesidades de aprendizaje de los estudiantes, lo cual nos compromete en la elaboración de libros de texto y compilaciones para cada una de estas propuestas y así dar respuesta a esas necesidades.

Por otra parte, el bachillerato universitario alberga en sus aulas una población estudiantil heterogénea cuyas necesidades de apoyo académico son diversas y la existencia de bibliografía pertinente en cada asignatura es tarea obligada. Nuestro bachillerato se imparte en todas las zonas del estado de Sinaloa y la diversidad de condiciones tanto económicas como sociales, da como resultado que en algunas localidades haya bibliotecas disponibles, donde pueden realizar consultas y tareas pero están aquellos que carecen de todo esto y la posibilidad de acercarse a la lectura es para ellos limitada; lo cual implica un doble motivo para que en la Dirección General de Escuelas Preparatorias asumamos la responsabilidad de elaborar dichos materiales, que además de cubrir las necesidades del sustento bibliográfico para el trabajo pedagógico, acerca a los estudiantes al conocimiento y la cultura.

Por ese motivo, la razón de elaborar una selección de culturas descansa en nuestro interés por acercar a los estudiantes al conocimiento del desarrollo del hombre, mediante la lectura, elemento fundamental en el proceso de enseñanza – aprendizaje; y sobre todo que tengan acceso a los autores que han elaborado textos cuyo contenido es lo más cercano a los clásicos que han desarrollado las teorías que dan sustento al estudio del desarrollo humano y aquellos que resultan más apropiados para el nivel de los estudiantes de bachillerato.

En el caso, particular, de la asignatura de Psicología del Desarrollo Humano la preocupación es compartida y para ese fin se ha realizado esta selección de lecturas; la cual está conformada por textos seleccionados expresamente para cubrir cada uno de los contenidos programáticos que componen la asignatura.

La estructura del libro se asemeja a la del programa de PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II, por lo que la estructura es de cuatro unidades temáticas las cuales están conformadas de la siguiente manera:

I. La adolescencia. En esta unidad se trata al desarrollo de esta etapa desde sus diversos aspectos; biológico, psicológico y social. Y el propósito de la unidad es el siguiente: Explica el desarrollo del adolescente comprendiendo la dinámica de integración de la personalidad, al analizar los elementos que la conforman; estableciendo así un proceso autogestivo de evolución socio-afectiva que le permita una interacción propositiva con su medio y las personas que lo rodean.

II. La adultez temprana. Donde tratamos el desarrollo de esta etapa en sus diversos aspectos;

ARMIDA SANDOVAL MORA

biológico, psicológico y social. Cuyo propósito es el siguiente: Explica el desarrollo del adulto joven, al estudiar los elementos que lo conforman; comprendiendo la dinámica de integración de su personalidad, reconociéndolo así en los adultos jóvenes con quienes interactúa y estableciendo un proceso de reconstrucción o fortalecimiento de sus relaciones.

III. La madurez. El tratamiento del desarrollo de esta etapa es también desde sus diversos aspectos; biológico, psicológico y social. El propósito de la unidad es: Aplica los conocimientos adquiridos sobre la etapa de la madurez, en la comprensión del mundo de los adultos maduros con quienes interactúa para construir o reconstruir relaciones cordiales y respetuosas.

IV. La vejez. Donde tratamos el desarrollo de esta etapa en sus diversos aspectos; biológico, psicológico y social. El propósito de la unidad es el siguiente: Analiza la etapa de la vejez, a partir del conocimiento de los aspectos teóricos fundamentales, de sus fortalezas, carencias y necesidades de cuidado y compañía; para fortalecer así los procesos sociales de su desarrollo y contribuir en su bienestar, mejorando así sus condiciones de vida.

En cada unidad tratamos de atender los elementos centrales de cada aspecto, dando énfasis a los elementos más importantes de la etapa que estamos revisando.

Cubriendo en cada unidad los contenidos planteados en el programa.

Los textos utilizados y adaptados para la elaboración de este material fueron los siguientes:

- Callabed, Joaquín. (2004). Cómo puedo ayudar a un adolescente.
- Cornachione; Larrinaga María. (2006) Psicología de desarrollo. Vejez: aspectos biológicos, psicológicos y sociales.
- Chong y otros. (2007), Taller de desarrollo humano II
- Delval, Juan. (2007) El desarrollo humano. Jensen, A. Jeffrey. (2008) Adolescencia y adultez emergente. Un enfoque cultural.
- Moreno, A y Del Barrio, C. (2005). La experiencia adolescente. A la búsqueda de un lugar en el mundo.
- Oblitas G. Luis (2010) psicología de la salud y calidad de vida.
- Papalia, D.E. y Wendkos, S. (1994) Desarrollo Humano.
- Papalia (2017) Desarrollo Humano
- Rice, P. (1997) Desarrollo humano. Estudio del ciclo vital.
- Rice, P. (2000) Adolescencia.

El presente material está elaborado para los estudiantes, como elemento principal en su proceso de aprendizaje, de la asignatura de PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II; el cual debe ser acompañado de investigación personal de otras fuentes y de realización de observación y actividades didácticas, que enriquezcan el conocimiento de esta disciplina.

Esperamos que la presente selección de lecturas sea de utilidad en el trabajo pedagógico-didáctico de los maestros y acerque a los estudiantes al conocimiento del desarrollo humano, estimulando así su interés tanto por la asignatura como por el arribo a un entendimiento de los procesos de desarrollo propios y de los sujetos que los rodean.

PSIC. SOCORO ARMIDA SANDOVAL MORA.

Enero 2018

COMPETENCIAS GENÉRICAS QUE SE PROMUEVEN EN LA ASIGNATURA.

- 1.1. Valora sus limitaciones, fortalezas y motivaciones personales como referentes básicas en el proceso de construcción y reconstrucción de su proyecto de vida.
- 1.2. Muestra un desarrollo socio-afectivo acorde con la etapa evolutiva en la que se encuentra, y canaliza sus inquietudes de tipo emocional con las personas e instituciones adecuadas.
- 1.3. Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.
- 1.7. Adopta actitudes equilibradas, de seguridad en sí mismo y elevada autoestima.
- 3.2. Decide y actúa de forma argumentada y responsable ante sí mismo y los demás frente a los dilemas éticos que implica el uso de sustancias que afectan la salud física y mental.
- 3.3. Establece relaciones interpersonales que favorecen su potencial humana, con un sentido ético individual y social.
- 5.6. Utiliza las tecnologías de la información y comunicación para procesar e interpretar información.
- 6.1. Selecciona, interpreta y reflexiona críticamente sobre la información que obtiene de las diferentes fuentes y medios de comunicación.
- 7.3. Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.
- 8.2. Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.
- 8.3. Asume una actitud constructiva al intervenir en equipos de trabajos, congruente con los conocimientos y habilidades que posee.
- 9.5. Actúa de manera propositiva frente a fenómenos de la sociedad y se mantiene informado.

COMPETENCIAS DISCIPLINARES EXTENDIDAS DEL ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES QUE SE PROMUEVEN EN LAS ASIGNATURAS.

5. Aplica principios y estrategias de crecimiento personal apoyado en las diversas disciplinas sociales y humanísticas de acuerdo a los objetivos y metas de su proyecto de vida.
7. Propone alternativas de solución a problemas de convivencia, y derivados de su desarrollo personal, de acuerdo a la naturaleza propia del ser humano de su contexto social.
8. Valora las repercusiones de los procesos y cambios en su desarrollo individual, modificado positivamente sus relaciones interpersonales y con su entorno.
9. Explica sus ideas respecto al desarrollo propio y de los demás, mediante procedimientos teórico-metodológicos sustentados en diversas teorías psicológicas.
10. Distingue la integralidad del ser humano, entendiéndolo como una entidad compleja y socio-históricamente determinada, al estudiarlo desde diversas perspectivas psicológicas y socio-humanísticas.
12. Determina conscientemente sus preferencias vocacionales a partir de la valoración de sus habilidades académicas, destrezas personales y sus contextos, tanto familiar como socioeconómico para tomar una acertada decisión respecto a sus estudios profesionales.

Índice

PRESENTACIÓN	7
--------------------	---

UNIDAD 1 LA ADOLESCENCIA



1. DESARROLLO FÍSICO EN LA ADOLESCENCIA.....	19
Cambios físicos en la adolescencia	15
DIFERENCIACIÓN ENTRE ADOLESCENCIA Y PUBERTAD.....	15
MADURACIÓN SEXUAL	18
<i>Maduración y funciones de los órganos sexuales masculinos</i>	18
<i>Maduración y funciones de los órganos sexuales femeninos</i>	19
EL FUNCIONAMIENTO DEL SISTEMA ENDRÓCRINO.....	21
<i>Glándulas endócrinas e hipotálamo</i>	21
DESARROLLO FÍSICO, MORFOLOGÍA CORPORAL Y FUNCIONES FISIOLÓGICAS	25
DESARROLLO FÍSICO Y SU CONTEXTO	26
Problemáticas relacionadas con la salud del adolescente	27
LA ALIMENTACIÓN	27
<i>Trastornos alimenticios</i>	27
USO Y ABUSO DE DROGAS	30
ENFERMEDADES TRANSMISIBLES SEXUALMENTE (ETS)	37
2. DESARROLLO INTELECTUAL EN LA ADOLESCENCIA.....	45
Desarrollo cognoscitivo, el periodo del razonamiento formal.....	45
LAS CARACTERÍSTICAS DEL PERIODO DEL RAZONAMIENTO FORMAL.....	46
LOS ADOLESCENTES COMO RAZONADORES LÓGICO-CIENTÍFICOS	46
Los cambios en la capacidad reflexiva	50
El razonamiento social.....	52
EL CONOCIMIENTO DEL YO Y LOS OTROS.....	53
LAS HABILIDADES PARA DESENVOLVERSE EN SITUACIONES SOCIALES.....	54
LA COMPRESIÓN DEL FUNCIONAMIENTO DEL MUNDO SOCIAL.....	56

ARMIDA SANDOVAL MORA

LOS JUICIOS MORALES	57
El desarrollo intelectual y su contexto	59
La etapa de la elección profesional	61
LA ELECCIÓN PROFESIONAL.....	61
LAS INFLUENCIAS EN LA ELECCIÓN PROFESIONAL.....	61
CÓMO INFLUYE LA FAMILIA EN EL ÉXITO ESCOLAR	63
3. DESARROLLO SOCIAL Y DE LA PERSONALIDAD EN LA ADOLESCENCIA.....	65
Desarrollo de la personalidad	65
COMPRENSIÓN DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD	65
LA BÚSQUEDA DE LA IDENTIDAD	66
PERIODO PREPARATORIO PARA EL INGRESO A LA SOCIEDAD ADULTA.....	70
EL LOGRO DE UNA IDENTIDAD SEXUAL.....	74
Las relaciones sociales de los adolescentes	75
RELACIONES FAMILIARES.....	75
<i>Relaciones con los padres</i>	75
<i>Relaciones con los hermanos</i>	78
RELACIONES CON SU GRUPO DE IGUALES.....	79
<i>Con los amigos(as)</i>	79
<i>El(la) novio(a) El noviazgo</i>	82

UNIDAD 2 LA ADULTEZ TEMPRANA



1. EL DESARROLLO FÍSICO Y LA SALUD EN ESTA ETAPA DEL DESARROLLO	93
El estado de salud en la etapa del adulto joven	94
Las influencias sobre la salud y el buen estado físico	95
LAS INFLUENCIAS DIRECTAS	96
LAS INFLUENCIAS INDIRECTAS	104
2. EL DESARROLLO INTELECTUAL DEL ADULTO JOVEN	107
Aspectos del desarrollo intelectual en los adultos jóvenes.....	107
INTELIGENCIA Y CONOCIMIENTO	107
<i>Aproximaciones teóricas</i>	109
El desarrollo moral en esta etapa.....	112
La asistencia a la universidad.....	116

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

La importancia del desarrollo de una carrera (profesión)	118
Las actitudes que asume el adulto joven	119
LAS ACTITUDES RELACIONADAS CON LA EDAD Y LA CONDUCTA.....	119
LAS ACTITUDES RELACIONADAS CON EL SEXO Y LA CONDUCTA	121
3. EL DESARROLLO SOCIAL Y DE LA PERSONALIDAD EN EL ADULTO JOVEN	123
El estudio del desarrollo social desde dos modelos teóricos	123
MODELO DE CRISIS Y NORMATIVA.....	123
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE EVENTOS.....	127
Los diferentes estilos de vida y de relaciones íntimas de los adultos jóvenes	129
EL AMOR.....	129
RELACIONES MATRIMONIALES	130
EL DIVORCIO.....	130
LA VIDA DE SOLTERO.....	132
LA COHABITACIÓN (UNIÓN LIBRE)	133
LA SEXUALIDAD	134
LA PATERNIDAD O MATERNIDAD Y LA NO PATERNIDAD O NO MATERNIDAD.....	135
RELACIONES DE AMISTAD	141

UNIDAD 3 LA MADUREZ



1. DESARROLLO FÍSICO EN LA MADUREZ.....	145
Cambios físicos en esta etapa	145
Enfermedades más comunes en esta etapa.....	148
El climaterio.....	149
EL CLIMATERIO FEMENINO.....	149
El climaterio masculino.....	152
2. DESARROLLO INTELECTUAL EN LA MADUREZ	155
Funciones de la inteligencia.....	156
Pensamiento formal en la adultez	157
El desempeño laboral	158
La elección profesional en la adultez	160
3. EL DESARROLLO SOCIAL Y DE LA PERSONALIDAD EN LA MADUREZ.....	163
Los cambios en esta etapa.....	164
Erik Erikson y los estadios psicosociales.....	165
Neugarten y los cambios intrapsíquicos.....	167

ARMIDA SANDOVAL MORA

Crisis de la mitad de la vida.....	168
Las relaciones interpersonales en esta etapa	170

UNIDAD 4 LA VEJEZ



1. DESARROLLO Y ENVEJECIMIENTO	187
Elementos centrales en la explicación del envejecimiento	187
2. DESARROLLO FÍSICO	192
El envejecimiento biológico: teorías	192
El envejecimiento como proceso fisiológico	195
Cambios físicos	195
Cambios neurobiológicos	198
La sexualidad	201
3. DESARROLLO COGNOSCITIVO Y ENVEJECIMIENTO	204
Inteligencia y envejecimiento	204
Las diversas inteligencias.....	210
4. DESARROLLO SOCIAL Y DE LA PERSONALIDAD Y ENVEJECIMIENTO	217
Desarrollo de la personalidad y envejecimiento	217
Desarrollo social y envejecimiento	221
La familia	221
Relaciones sociales	226
El trabajo y el envejecimiento en el contexto actual.....	227
Trabajo y envejecimiento	227
La jubilación.....	229
Bibliografía	235

UNIDAD I

La adolescencia



ARMIDA SANDOVAL MORA

La adolescencia es un estadio diferenciado en el desarrollo de la personalidad, dependiente de cambios significativos en el estatus biosocial del niño. Como un resultado de estos cambios, que suponen una discontinuidad con las condiciones de crecimiento biosocial anteriores, se requieren extensas reorganizaciones de la estructura de la personalidad. Nuestra tesis es que estos procesos de reorganización muestran ciertas uniformidades básicas de una cultura a otra -a pesar de muchas diferencias específicas en el contenido y en el grado de tensión- debidos a varios elementos comunes dependientes de la psicología general de transición y de las implicaciones psicológicas de la madurez sexual, del papel del sexo biológico y de los nuevos rasgos de personalidad asociados con los papeles adultos y el estatus en la comunidad.

Desde la Antigüedad, la juventud se ha tomado como una etapa de la vida, y a lo largo de toda la historia se han producido muchos escritos en los que se habla de las dificultades de los adolescentes. Uno de los textos más notables se debe a Aristóteles, el gran pensador griego que formuló por vez primera ideas que continúan debatiéndose desde entonces. En varios lugares de su obra, como en la *Política* o en la *Ética* a Nicómaco, se ocupa Aristóteles de la educación de la juventud. Pero en el capítulo 12 del libro 2.0 de su *Retórica*, escrito 330 años antes de nuestra era, mientras se va ocupando de los caracteres de las distintas edades del hombre, Aristóteles hace una descripción de las características de los jóvenes, que reproducimos en el cuadro 1.1., que resulta completamente actual y que viene a coincidir con muchas de las ideas que se siguen manteniendo acerca de la adolescencia. Si no fuera por las expresiones que utiliza, lo que dice podría pasar por un escrito actual. Quizá se trata sólo de los lugares comunes o de los tópicos acerca de esta edad, pero la exposición que hace demuestra una gran penetración pues muestra que las cosas no han cambiado tanto en los últimos 2 300 años. Aristóteles contrapone el carácter de los jóvenes con el de los ancianos y luego describe el del hombre maduro, al que sitúa entre los dos.

Aunque aparentemente las concepciones de la adolescencia puedan verse como contradictorias o incompatibles, se encuentran algunos rasgos comunes en todas ellas, y lo que las diferencia es un énfasis mayor en unos o en, otros aspectos. La adolescencia está caracterizada porque durante ella se alcanza la etapa final del crecimiento, con el comienzo de la capacidad de reproducción y, junto con ello, se inicia la inserción en el grupo de los adultos y en su mundo. El sujeto tiene que realizar una serie de ajustes más o menos grandes según las características de la sociedad y las facilidades



o dificultades que proporciona para esa integración. De ello dependerá el que ese tránsito sea más o menos difícil y se realice de una forma traumática o sin muchas dificultades.

Hemos venido señalando en repetidas ocasiones que en los aspectos más generales de nuestra conducta hay siempre determinaciones últimas de carácter biológico, que interaccionan con las influencias ambientales. No podemos olvidar que somos una especie animal más, sometida a las mismas regulaciones que las otras especies animales y con características parecidas a las de nuestros parientes más próximos, los otros primates, de cuyo estudio podemos sacar un gran partido para comprendernos a nosotros mismos. Nuestras características animales determinan, pues, muchos aspectos de nuestra conducta, pero ésta es mucho más compleja que la de los animales, y la cultura ha añadido a las necesidades y determinaciones básicas múltiples variaciones que la hacen, sobre todo en apariencia, muy diferente. Lo que venimos sosteniendo es que tenemos que satisfacer nuestras necesidades biológicas más primarias de mantenernos con vida y de reproducirnos, pero que esas necesidades elementales en el hombre se han complicado de manera extraordinaria y nuestra conducta responde a ellas de formas complejas y aparentemente desviadas de su fin inicial. Pero aunque no podemos reducir nuestra conducta a lo biológico, tampoco conviene que lo olvidemos y pensemos que lo que determina nuestra conducta son motivos completamente diferentes de los de los animales, (Delval, 2007).

“Es también una etapa de plena vitalidad, de entusiasmo, de deseos de reconocerse como seres autónomos independientes de la familia a la que se pertenece, de deseos de conocer todas las oportunidades que el mundo ofrece. El niño de la etapa anterior descubre un mundo lleno de oportunidades: la oportunidad de descubrir la amistad, de enamorarse, de disfrutar del tiempo libre con los amigos elegidos y de acuerdo con sus gustos

personales, de crear un espacio íntimo dentro de casa para vivir su soledad, de decidir lo que se decida estudiar.

La adolescencia es también una etapa de inestabilidad emocional. El adolescente busca su propia identidad, y esa búsqueda le provoca sentimientos contradictorios. Siente que su cuerpo y todo su ser se transforman en adulto, y, aunque se da cuenta de que todavía no lo es, ya no se siente niño. Quiere crecer. Algo en su interior le impulsa a ser independiente, a dejar de pertenecer al mundo infantil, a dar los pasos necesarios para integrarse en la sociedad adulta. Desea ser reconocido como un ser con personalidad propia, capaz de tener una opinión personal y de discrepar de la opinión de los adultos, capaz de asumir sus propias decisiones.

Necesita el apoyo de los adultos para avanzar seguro. Realizar su proyecto de vida le va a costar, tendrá que esforzarse para asumir sus responsabilidades. Va a necesitar límites, también refuerzos. Si no encuentra

apoyo dentro de casa, lo buscará fuera. Buscará a alguien que crea en él, en su capacidad para opinar y tener un criterio propio, alguien que le valore, que le refuerce. Se refugiará en su grupo de amigos o en cualquier grupo en el que se sienta aceptado.

Necesita que le tengamos en cuenta, que le escuchemos. Si no se siente comprendido, dejara de comunicarse con nosotros, viviremos una relación amarga cargada de incomprensión, incomunicación y peleas frecuentes; se volverá inconformista y retador. Pero si sabemos apoyarle, su rebeldía no provocará enfrentamientos agresivos.

La adolescencia puede ser una etapa costosísima si no estamos preparados para afrontarla, si no sabemos cómo ayudar a nuestro adolescente, cómo actuar. Pero si aceptamos los cambios que se van a producir en su vida y nos preparamos para ayudarlo a afrontar su adolescencia, aunque en ocasiones nos cueste comunicarnos, podremos disfrutar de esta etapa” (Vallet, 2010).

■ CUADRO 1.1 LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS JÓVENES SEGÚN ARISTÓTELES

Los jóvenes son por carácter concupiscentes y decididos a hacer cuanto puedan apetecer. Y en cuanto a los apetitos corporales son, sobre todo, seguidores de los placeres del amor e incontinentes en ellos. También son fácilmente variables y enseguida se cansan de sus placeres, y los apetecen con violencia, pero también se calman rápidamente; sus caprichos son violentos, pero no grandes, como, por ejemplo, el hambre y la sed en los que están enfermos. También son los jóvenes apasionados y de genio vivo, y capaces de dejarse llevar por sus impulsos. Y son dominados por la ira, ya que por punto de honra no aguantan ser despreciados, antes se enojan si se creen objeto de injusticia. Y aman el prestigio, pero más aún el vencer, porque la juventud tiene apetito de excelencia, y la victoria es una superación de algo. Y son más estas cosas que no codiciosos, y son menos avariciosos porque aún no han experimentado la indigencia [...].

Y no son mal intencionados, sino ingenuos, porque todavía no han sido testigos de muchas maldades. Y son crédulos, porque todavía no han sido engañados en muchas cosas. Y están llenos de esperanza, porque, de manera semejante a los alcohólicos, los jóvenes están calientes por la naturaleza y al mismo tiempo porque aún no han sufrido desengaños en muchas cosas. Y así viven la mayoría de las cosas con la esperanza; porque la esperanza mira a lo que es futuro, mientras que el recuerdo mira al pasado, y para los jóvenes lo futuro es mucho y lo pretérito, breve; ya que el primer día de nada puede acordarse y, en cambio, pueden esperar todo. Y son bastante animosos, porque están llenos de decisión y de esperanza, de lo cual lo uno les hace no temer y lo otro les hace ser audaces, porque ninguno teme cuando está enojado y el esperar algún bien es algo que inspira resolución. También son vergonzosos, porque aún no sospechan la existencia de otros bienes, antes han sido educados solamente por la ley de lo convencional. Y son magnánimos, porque aún no han sido humillados por la vida, antes son inexpertos en las cosas necesarias, y la magnanimidad consiste en estimarse, y eso es propio del que tiene esperanza.

Y prefieren realizar las cosas que son hermosas que las que son convenientes, porque viven más según su manera de ser que según la razón, y la razón calculadora se nutre de lo conveniente; la virtud, en cambio, de lo bello. Y son más amantes de los amigos y compañeros que los de otras edades, porque gozan con la convivencia y porque todavía no juzgan nada de cara a la utilidad y el lucro, y así tampoco a los amigos.

Y en todas estas cosas pecan por exceso y por la violencia contra el dicho de Quilón, ya que todo lo hacen en exceso: aman demasiado y odian demasiado, y todo lo demás de semejante manera. Y cometen las injusticias por insolencia, pero no por maldad.

Y son compasivos, por suponer a todos virtuosos y mejores, ya que miden a los que están cerca de ellos según su propia falta de maldad, de manera que suponen que éstos padecen cosas inmerecidas. También son amantes de la risa, y por eso también son propensos a la burla, porque la mofa es una insolencia educada.

Así pues, tal es el carácter de los jóvenes (En Delval, 2007).

1. Desarrollo físico en la adolescencia

DIFERENCIACIÓN ENTRE PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

La pubertad es el largo proceso de cambios biológicos diversos que desembocan en la maduración completa de los órganos sexuales y, por tanto, en la capacidad de reproducción, y cuyo comienzo entre los 9 y 16 años, marca el inicio de la adolescencia. El término en su origen debió referirse a la aparición del vello púbico, ya que está emparentado con los términos latinos *pubertas* [vello/barba; pubertad/ mocedad] y *pubes* [pubis; juventud] (Diccionario Ilustrado Latino-Español VOX), cada uno de los cuales reúne en sus dos acepciones un elemento anatómico y una etapa del ciclo vital, lo que indica que ya desde antiguo, el final de la niñez era claramente marcado por hechos fisiológicos.

Pero en la pubertad no sólo se producen cambios en las características sexuales primarias y secundarias, sino también en las distintas estructuras y fisiología general del individuo: así, en el tamaño del cuerpo, en su forma –debido a una nueva proporción relativa entre músculo, grasa y huesos y en diversas funciones vitales. La pubertad es un acontecimiento correspondiente a la vida física de la persona con implicaciones más o menos profundas en su vida psíquica. (Moreno, 2005)

Los cambios físicos que se producen en la pubertad son muy importantes, porque hacen posible la participación de las muchachas y muchachos en las actividades adultas, y porque al ser tan rápidos e inesperados para los que los experimentan les obligan a ajustes considerables que el medio social puede hacer más fáciles o difíciles. Por ello, para entender la adolescencia hay que tener muy presentes todos esos cambios físicos. Pero, al mismo tiempo, no debe identificarse, sin más, la adolescencia con la pubertad: porque mientras que ésta es semejante en todas las culturas, la adolescencia es un período de la vida más o menos largo que presenta variaciones en los diferentes medios sociales. La adolescencia es un fenómeno psicológico que se ve determinado por la pubertad, pero no se reduce a ella. (Delval, 1994).

CRECIMIENTO FÍSICO DURANTE LA PUBERTAD

Los incrementos de las concentraciones de las hormonas sexuales, dan por resultado una serie de cambios

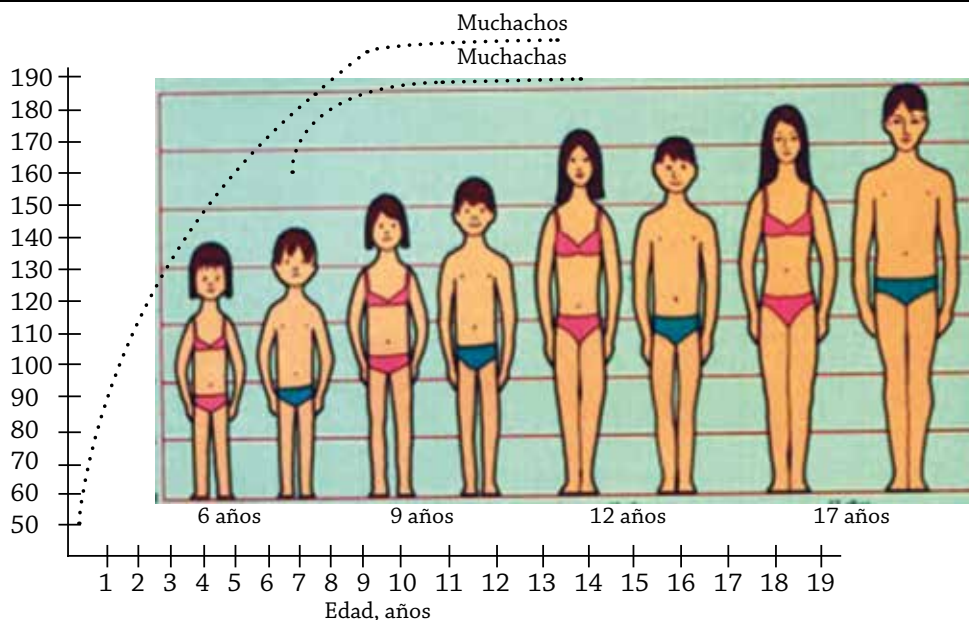
impresionantes en el cuerpo de los adolescentes. Uno de esos cambios es la tasa de crecimiento físico. Después de avanzar a un ritmo uniforme desde la niñez temprana, al llegar la pubertad el crecimiento se acelera de manera repentina. De hecho, una de las primeras señales de la pubertad en niñas y niños es el estirón del crecimiento adolescente. En el punto de crecimiento más rápido, cuando el estirón de crecimiento adolescente está en su punto máximo, las niñas crecen alrededor de 9.0 cm por año y los niños crecen alrededor de 10.5 cm por año (Tanner, 1971). Tanto en las niñas como en los niños, la tasa de crecimiento en el punto de crecimiento más rápido es el más alto desde que tenían dos años de edad.

Las niñas empiezan el estirón del crecimiento y llegan al punto de crecimiento más rápido unos dos años antes que los niños. Esto también es cierto en relación con otros aspectos del desarrollo físico en la pubertad (las niñas maduran alrededor de dos años antes que los niños). Hasta que empieza el estirón del crecimiento, durante la niñez los niños suelen ser ligeramente más altos que las niñas de la misma edad (Marshall, 1978). En la adolescencia temprana, las niñas son en promedio más altas durante dos años, de los 11 a los 13 años, los dos años en que han alcanzado su estirón del crecimiento y los niños no.

Sin embargo, la maduración más temprana de las niñas contribuye a su menor estatura adulta, ya que el estirón del crecimiento adolescente también señala el inicio del final de su crecimiento. Debido a que las niñas empiezan más temprano el estirón del crecimiento, también alcanzan más pronto su estatura final, en promedio alrededor de los 16 años, comparado con una edad aproximada de 18 años para los muchachos (Archibald *et al.*, 2003). Los niveles más altos de testosterona también contribuyen a que, en promedio, la estatura final de los muchachos sea mayor (Underwood y van Wyk, 1981).

Durante el estirón del crecimiento adolescente, no todas las partes del cuerpo crecen al mismo ritmo. Cierta asincronía en el crecimiento durante esta época explica por qué algunos adolescentes tienen una apariencia “desgarbada” al inicio de la pubertad, a medida que algunas partes del cuerpo crecen con mayor rapidez que otras.

■ Diferencias del crecimiento en talla de Hombre y Mujeres



Curvas típicas de la talla alcanzada en niños y niñas (De Tanner, Whitehouse y Takaishi, 1996)

Las extremidades pies, manos y cabeza- son las primeras en alcanzar el estirón del crecimiento, seguidas por los brazos y las piernas (Archibald *et al.*, 2003). Algunas partes de la cabeza crecen más que otras. La frente se hace más alta y más ancha, la boca se ensancha, los labios se hacen más llenos y el mentón, las orejas y la nariz se hacen más prominentes (Mussen *et al.*, 1990). El torso, el pecho y los hombros son las últimas partes del cuerpo en alcanzar el estirón del crecimiento, y por ende son las últimas en llegar al final de su crecimiento.

Además del estirón del crecimiento, durante la pubertad ocurre un estirón en el crecimiento muscular (Tanner, 1971), debido sobre todo al incremento de la testosterona. Como los muchachos experimentan mayores incrementos de testosterona que las niñas, también presentan mayores incrementos de crecimiento muscular (Grumbach *et al.*, 1974). Como se muestra en la figura 1.1., antes de la pubertad la masa muscular de las niñas y los niños es muy similar.



Figura 1.1. Antes de la pubertad la masa muscular de las niñas y los niños es muy similar.

LA MADURACIÓN SEXUAL

MADURACIÓN Y FUNCIONES DE LOS ÓRGANOS SEXUALES MASCULINOS

Una serie de cambios importantes ocurren en los órganos sexuales masculinos primarios: los testículos, el escroto, el epidídimo, las vesículas seminales, la próstata, las glándulas de Cowper, el pene, los conductos deferentes y la uretra; durante la adolescencia (Fig.1.2)

El desarrollo de los testículos y del escroto (la bolsa de piel que contiene los testículos) se acelera, comenzando en torno a los 11 años y medio con un rápido crecimiento hasta los 13 años y medio, volviéndose después más lento. Estas edades son promedios. Un rápido crecimiento puede empezar entre los 9 años y medio y los 13 años y medio, finalizando entre los 13 y los 17 años. Durante este tiempo, los testículos aumentan dos veces y medio su tamaño y unas ocho veces y medio su peso. El epidídimo es un sistema de conductos, que corren desde los testículos a los conductos deferentes, donde el esperma madura y es almacenado. Antes de la pubertad, el epidídimo es relativamente grande, en comparación con los testículos; tras la maduración, el epidídimo es sólo la novena parte de los testículos.

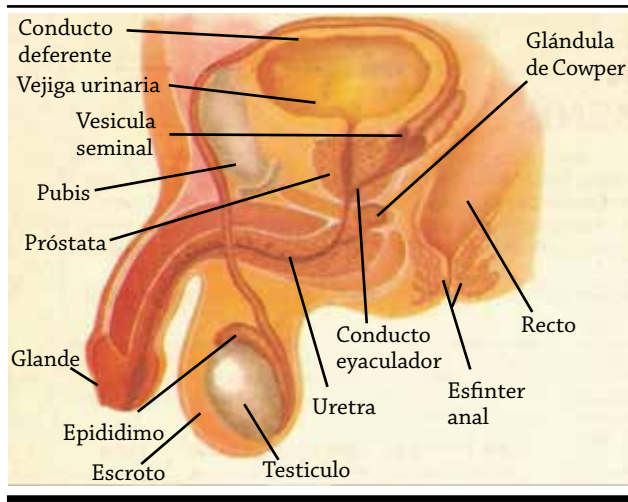
El cambio más importante en los testículos es el desarrollo de células de esperma maduras. Esto ocurre cuando la hormona estimulante del folículo y la hormona luteinizante (HEF y HL) desde la hipófisis estimulan

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

su producción y desarrollo. El proceso total de la espermatogénesis, desde el tiempo del espermatogonio primitivo, hasta que se convierte en esperma maduro, dura unos 10 días (McCary y McCary, 1982).

Siguiendo la espermatogénesis, el esperma migra por la contracción de los conductos seminíferos para alcanzar al epidídimo, donde pueden permanecer hasta 6 semanas. El esperma es entonces transportado por medio de la acción ciliar a través del epidídimo a los conductos deferentes, donde se almacena. Ahí es conducido por la acción ciliar y a través de los conductos deferentes, alcanzando ocasionalmente la vesícula seminal y la glándula prostática. Aquí se hace más móvil por la adición del fluido seminal, pasando a través de la uretra y fuera del pene en cada eyaculación. El fluido seminal -un fluido altamente alcalino, lechoso- mantiene el esperma vivo, sano y móvil, y sirve como vehículo para transportar el esperma fuera del pene. Cerca del 70 por ciento del fluido seminal proviene de las vesículas seminales; el restante 30 por ciento proviene de la próstata (Spring-Mills y Hafez, 1980).

■ FIGURA 1.2 APARATO REPRODUCTOR MASCULINO



El pene duplica su longitud y su diámetro durante la adolescencia, teniendo lugar el cambio más rápido entre los 14 y los 16 años. El desarrollo genital se toma generalmente 3 años para alcanzar el estadio maduro, pero algunos varones completan su desarrollo de 1 a 8 años ya otros les lleva de 4 a 7 años. En un adulto varón, el pene flácido tiene una longitud media entre 3 y 4 pulgadas, y cerca de 1 pulgada de diámetro. El pene erecto, en promedio, mide entre 5 y media y 6 y media pulgadas, con un diámetro de 1,5 pulgadas; los tamaños varían enormemente de un hombre a otro (Gebhard y Johnson, 1979).

La cabeza del pene (glande) está cubierta por un pliegue de piel suelto, el prepucio, el cual es eliminado con frecuencia quirúrgicamente en la circuncisión por razones médicas o religiosas. La circuncisión no es una medida de higiene obligatoria hoy día, dado que el prepucio se puede retractar y mantener el pene limpio, si el prepucio no se baja y no se lavan las glándulas, se segrega una sustancia llamada esmegma, pudiendo ser la causa de irritaciones y enfermedades. (Rice, 1997)

MADURACIÓN Y FUNCIONES DE LOS ÓRGANOS SEXUALES FEMENINOS.

Los órganos sexuales internos femeninos fundamentales son los ovarios, las trompas de Falopio, el útero y la vagina. Los órganos sexuales femeninos externos son conocidos colectivamente como la vulva. Estos son el monte de Venus (monte púbico), los labios mayores (labios externos mayores o grandes), los labios menores (pequeños labios internos), el clítoris y el vestíbulo (la región hendida rodeada por los labios menores). El himen es un pliegue de tejido capilar que cierra parcialmente la vagina en la mujer virgen. Las glándulas de Bartholin, situadas a uno y otro lado del orificio vaginal, secretan unas gotas de fluido durante la excitación sexual. (La figura 1.3., muestra los órganos sexuales femeninos).

La vagina madura en la pubertad de muchas formas. Aumenta en tamaño y las mucosas se hacen más gruesas, más elásticas y toman un color más intenso. Las glándulas de Bartholin comienzan a secretar sus fluidos, las propias paredes de la vagina cambian su secreción de la reacción alcalina de la niñez a la reacción ácida de la adolescencia.

Los labios mayores, prácticamente inexistentes en la niñez, se agrandan enormemente, así como también los labios menores y el clítoris. El monte de Venus se hace más prominente gracias del desarrollo de un tejido graso.

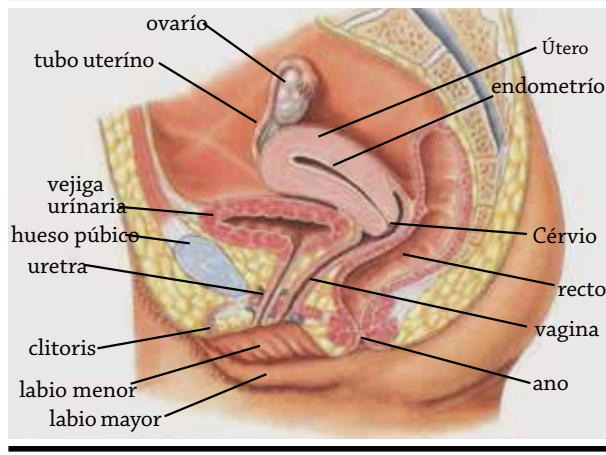
También tiene lugar un cambio drástico en el útero, aumenta su tamaño al doble, mostrando un progresivo aumento desde los 10 a los 18 años de edad. El útero de la mujer madura no embarazada es un hueco, de paredes gruesas, con forma de pera, de unas 3 pulgadas de largo, midiendo 2,5 pulgadas en su parte superior y 1 pulgada de diámetro en el cérvix (McCary y McCary, 1982).

Los ovarios aumentan grandemente en tamaño y en peso. Muestran generalmente un crecimiento bastante constante desde el nacimiento hasta los 8 años de edad. Desde los 8 años hasta el momento de la ovulación (12 o 13 años), el ritmo de crecimiento se acelera un tanto, pero el aumento más rápido sucede una vez que se alcanza la madurez sexual. Esto es debido, sin duda, a la

maduración de los folículos dentro del propio ovario.

Cada niña nace con cerca de 400.000 folículos en cada ovario. En torno a la pubertad, este número se ha reducido a 80.000 en cada ovario. Generalmente, un folículo madura dentro de un óvulo (huevo) cada 28 días por un período de 38 años aproximadamente, lo que implica sólo unos 495 óvulos maduros durante los años fértiles de la mujer (McCary, McCary, 1982b). Las trompas de Falopio transportan los óvulos desde los ovarios hasta el útero.

■ FIGURA 1.3 APARATO REPRODUCTOR FEMENINO



MENARQUÍA

En promedio, la adolescente comienza su ciclo menstrual a los 12 o 13 años, aunque madura considerablemente tanto antes como después (entre los 9 y los 18 años en un caso extremo). La menarquía (comienzo de la menstruación) no sucede generalmente hasta que se han conseguido unas tasas de desarrollo máximo en altura y peso. Debido a la mejor nutrición y el cuidado de la salud, las chicas comienzan la menstruación hoy día antes que en anteriores generaciones. Un aumento en la grasa corporal puede estimular la menarquía; el ejercicio vigoroso tiende a retrasada (Stager, 1988).

CICLO MENSTRUAL

El ciclo menstrual puede variar en duración entre 20 y 40 días, con un promedio de 28 días. Sin embargo, existe una diferencia considerable en la duración del ciclo cuando se comparan dos mujeres, y una misma mujer puede mostrar amplias variaciones. Un ciclo regular es bastante raro. El ciclo mens-

trual tiene cuatro fases: folicular o fase proliferadora, fase ovuladora, fase lútea o secretora y fase menstrual. La fase folicular abarca desde justo después de la menstruación hasta que un folículo madura (en ocasiones madura más de uno) y un huevo (u óvulo) madura.

EL FUNCIONAMIENTO DEL SISTEMA ENDOCRINO

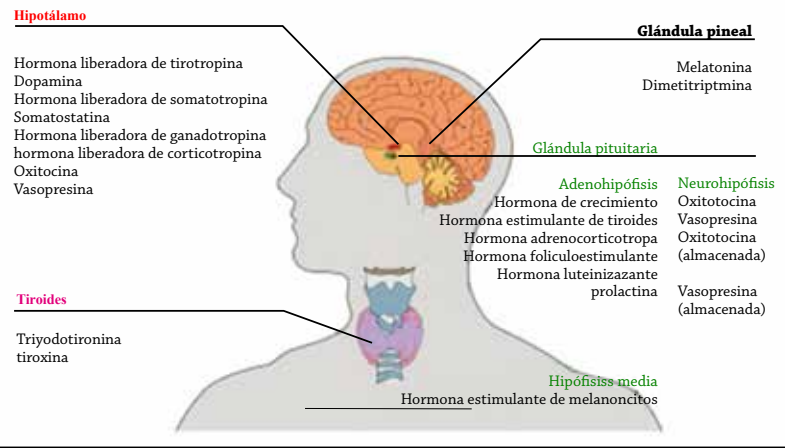
El sistema endocrino está formado por glándulas que se localizan en diversas partes del cuerpo. Esas glándulas liberan en el torrente sanguíneo sustancias químicas llamadas hormonas, que afectan el desarrollo y funcionamiento del cuerpo. Demos una mirada a cada una de las glándulas que son parte del sistema endocrino y a las hormonas que liberan durante la pubertad (véase la figura 1.4)

EL INICIO DE LA PUBERTAD EN EL HIPOTÁLAMO

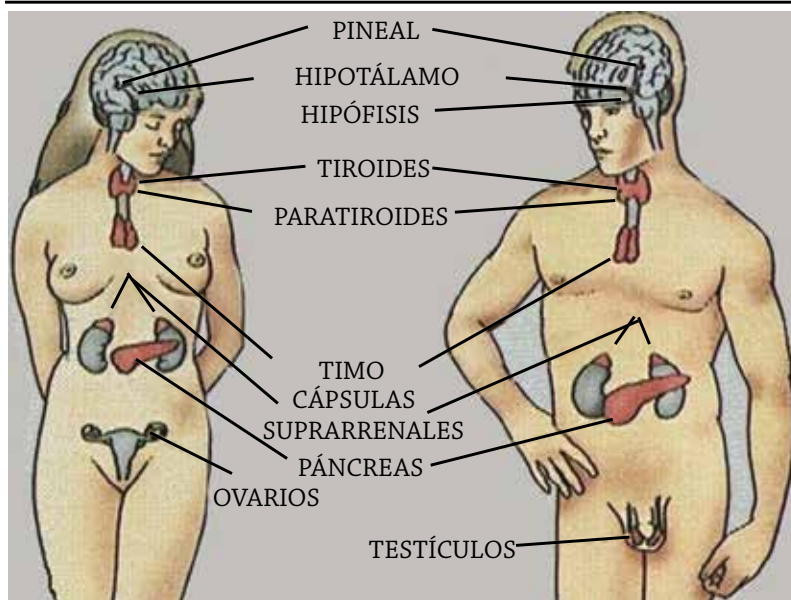
Los cambios hormonales de la pubertad empiezan en el hipotálamo, que se localiza en la parte inferior del cerebro, debajo de la corteza. El hipotálamo tiene efectos profundos y diversos sobre la motivación fisiológica y psicológica y el funcionamiento en áreas como comer, beber y la experiencia de placer, incluyendo el placer sexual. Además de esas funciones, el hipotálamo estimula y regula la producción de hormonas en otras glándulas (Petersen, 1988). Para iniciar la pubertad, el hipotálamo empieza a incrementar gradualmente su producción de la hormona liberadora de gonadotropina (GnRH), que segrega a intervalos de alrededor de dos horas.

El incremento en la GnRH empieza en la niñez media, al menos uno o dos años antes de los primeros cambios corporales de la pubertad.

■ FIGURA 1.4 SISTEMA ENDOCRINO. ALGUNAS HORMONAS QUE SE AGREGAN DURANTE LA PUBERTAD.



■ FIGURA 1.5 APARATO REPRODUCTOR FEMENINO



LAS GÓNADAS Y LAS HORMONAS SEXUALES.

Los ovarios y los testículos también se conocen como las gónadas o glándulas sexuales. En respuesta a la estimulación de la hormona estimulante del folículo y de la hormona luteinizante liberadas por la hipófisis, las gónadas incrementan su producción de las hormonas sexuales. Existen dos clases de hormonas sexuales, los estrógenos y los andrógenos. En lo que concierne al desarrollo de la pubertad, el estrógeno más importante es el estradiol y el andrógeno más importante es la testosterona (Villem, 1975). Los incrementos en esas hormonas son causa de la mayor parte de los cambios corporales que se observan en la pubertad, como el crecimiento de los senos en las mujeres y del vello facial en los hombres.

Pero ¿qué causa que el hipotálamo incremente la producción de GnRH? Evidencia reciente indica que ocurre cuando se alcanza un umbral de grasa corporal. Durante la niñez media la proporción de grasa en el cuerpo se incrementa gradualmente, y una vez que se alcanza el nivel umbral, se dispara en el hipotálamo el incremento de la GnRH. Las células adiposas producen una proteína, leptina, que proporciona la señal al hipotálamo (Mantzoros, 2000; Shalatin y Philip, 2003; Spear, 2000). En consecuencia, la pubertad se demora en los adolescentes que son extremadamente delgados debido a enfermedades, ejercicio excesivo o alimento insuficiente. La genética, el estrés, la posición socio económica (PSE) y las toxinas ambientales son otros factores que influyen en el inicio de la pubertad (Finkelstein, 2001 a; Kipke, 1999).

La hipófisis y las gonadotropinas El incremento de la GnRH influye en la hipófisis, una glándula que mide poco más de un centímetro y que se localiza en la base del cerebro. El nombre de *hormona liberadora de gonadotropina* es el correcto, porque eso es lo que hace cuando llega a la hipófisis: hace que la hipófisis produzca hormonas llamadas gonadotropinas. Las dos gonadotropinas son la hormona estimulante del folículo (FSH, por sus siglas en inglés) y la hormona luteinizante (LH, por sus siglas en inglés). Estas dos hormonas estimulan el desarrollo de los gametos óvulos en los ovarios y espermatozoides en los testículos (Villem, 1975) e influyen en la producción de hormonas sexuales por los ovarios y los testículos, las cuales serán descritas con más detalle abajo.

El estradiol y la testosterona son producidos tanto por los hombres como por las mujeres, y a lo largo de la niñez sus concentraciones son aproximadamente iguales en ambos sexos (Money, 1980). Sin embargo, una vez que empieza la pubertad, el equilibrio cambia notablemente: las mujeres producen más estradiol que los hombres y éstos producen más testosterona. A mediados de la adolescencia, la producción de estradiol es alrededor de ocho veces más alta en las mujeres que antes de la pubertad, pero en los hombres es sólo alrededor de dos veces mayor (Nottelmann *et al.*, 1987; Susman, 1997). De igual modo, a mitad de la adolescencia la producción de testosterona en los hombres es alrededor de 20 veces más alta de lo que era antes de la pubertad, pero en las mujeres sólo es alrededor de cuatro veces más alta (Nottelmann *et al.*, 1987; Susman, 1997).

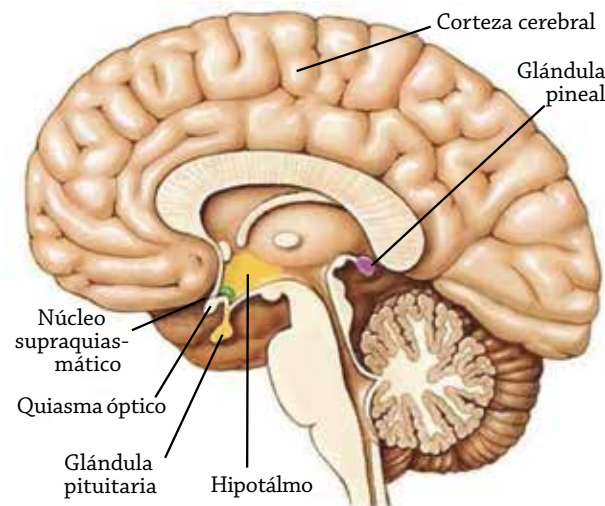
Los andrógenos son producidos no sólo por las glándulas sexuales, sino también por las glándulas suprarrenales. En la pubertad, la hipófisis incrementa la producción de una hormona conocida como hormona adrenocorticotrópica (ACTH) la cual causa que las glándulas suprarrenales incrementen la producción de andrógeno (Archibald, Graber, Brooks-Cunn, 2003). Los andrógenos liberados por la glándula suprarrenal tienen los mismos efectos que los andrógenos liberados por los testículos, contribuyendo a cambios como el desarrollo de mayor vello corporal.

EL CICLO DE RETROALIMENTACIÓN EN EL SISTEMA ENDOCRINO

Desde la infancia se produce un ciclo de retroalimentación entre el hipotálamo, la hipófisis, las gónadas y las glándulas suprarrenales que controla y ajusta los niveles de las hormonas sexuales. El hipotálamo supervisa las concentraciones de andrógenos y estrógenos en el torrente sanguíneo y cuando las hormonas sexuales alcanzan un nivel óptimo, llamado el punto de regulación, el hipotálamo reduce su producción de GnRH. La hipófisis responde a la reducción de la GnRH disminuyendo su producción de FSH, LH y ACTH; a su vez, las gónadas y las glándulas suprarrenales responden a la baja de FSH y LH y reducen la cantidad de hormonas sexuales que producen.

Cuando empieza la pubertad, los puntos de regulación para los andrógenos y los estrógenos se elevan en el hipotálamo, lo que aumenta todavía más el punto de regulación para los andrógenos en los hombres que en las mujeres, mientras que el punto de regulación para los estrógenos se eleva más en las mujeres que en los hombres. En otras palabras, durante la niñez las gónadas producen una cantidad relativamente pequeña de las hormonas sexuales antes de que se alcance el punto de regulación del hipotálamo y éste señale a las gónadas que disminuyan la producción de hormonas sexuales. Sin embargo, a medida que empieza la pubertad y se elevan en el hipotálamo los puntos de regulación para las hormonas sexuales, las gónadas pueden producir una cantidad creciente de las hormonas sexuales antes de que el hipotálamo les dé la instrucción de disminuir la producción.

■ 1.6 UBICACIÓN DE HIPOTÁLAMO, GLANDULA



■ CUADRO.1.2. FUNCIONAMIENTO DE ALGUNAS HORMONAS.

Hormona	Características y funciones
GnRH o LHRHt	Es la hormona liberadora de gonadotropina. Se encarga de regular la síntesis y secreción de FSH y LH. La GNRH endógena madura es un péptido de 10 aminoácidos. Es secretada por el hipotálamo.
FSH	Es la Hormona Estimuladora del Folículo. Tanto en hombres como en mujeres, la FSH estimula la maduración de las células germinales. Es una hormona gonadotropina sintetizada y secretada por las células gonadotropas en la glándula pituitaria anterior
LH	Es la hormona luteinizante. La LH y la FSH actúan de forma sinérgica en la reproducción de ovocitos en las mujeres y en los hombres la producción de espermatozoides. La hormona luteinizante es producida por las células gonadotrópicas del lóbulo anterior de la hipófisis
ACTH	La hormona adrenocorticotropa, también conocida con el nombre de corticotrofina o corticotropina. Su función biológica es estimular la secreción de cortisol. El análisis de ACTH se usa como indicador de la función hipofisaria y es útil en el diagnóstico diferencial de: Enfermedad de Addison. La ACTH plasmática (adrenocorticotropina o corticotropina) se produce por la hipófisis anterior.

DESARROLLO FÍSICO Y SU CONTEXTO

El desarrollo físico y sus relaciones con la esfera psicológica, se ve claramente afectado por el contexto en el que se produce. El momento de aparición de algunos cambios relacionados con la pubertad, especialmente la llegada de la primera menstruación, no sólo depende de factores genéticos sino también de factores ambientales. Las condiciones de vida en los diferentes lugares del planeta son en parte responsables de las diferencias de edad media, respecto a la menarquia. Así, las jóvenes que viven en países donde la salud y una dieta cuidada, están aseguradas, tienen su primera menstruación antes que aquéllas que habitan en lugares donde se corre el riesgo de sufrir malnutrición y diversas enfermedades.

Igualmente, el fenómeno de la tendencia secular (1) nos habla de factores históricos en relación con la maduración física. Ésta se ha alcanzado más tempranamente conforme avanzaba el siglo XX, fundamentalmente, en los países industrializados. Igualmente, en el curso de la historia han ido cambiando el conocimiento de los adolescentes respecto a la sexualidad y algunos de sus comportamientos en este campo.

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

Pero quizás el impacto principal del contexto, desde el punto de vista del adolescente, se relacione con la forma en que se viven estos cambios biológicos. En este sentido, el medio social más amplio, así como las reacciones específicas de los compañeros y la familia, determinan en buena medida la representación que los adolescentes elaboran de la pubertad y el significado que le confieren.

Respecto al medio social, ya hemos aludido a las concepciones sobre la menstruación, a lo largo de la historia y en las diversas culturas, y a cómo éstas dejan su impronta (2) en el modo en que las chicas pueden reaccionar ante este hecho. Las campañas publicitarias actuales sobre compresas y tampones podrían servir como reflejo por un lado de algunos cambios en la presentación de la menstruación, fenómeno ahora privado de incomodidad y necesidad de ocultamiento, y por otro de la duración de otros aspectos negativos asociados, como son la suciedad o el mal olor.

Igualmente, los medios de comunicación ocupan un importante papel en la transmisión de patrones y valores relacionados con la apariencia física y la sexualidad. Todas estas normas siguen conteniendo, por lo general, diferentes mandamientos para ambos géneros. Este hecho se refleja en el acoso que sufren especialmente las chicas para que se atengan a un modelo de atractivo físico muy restrictivo, representado a veces por mujeres con aspecto casi preadolescente, longilíneas y con un peso inferior al saludable. Junto a esto, nuestro medio nos suele presentar a través de la publicidad mujeres hipersexualizadas y reducidas a la categoría de objetos.

Las adolescentes interiorizan estos parámetros a la vez que se rebelan contra ellos. Estas contradicciones las pueden llevar muchas veces a la frustración, la baja autoestima y la depresión, y, en un número menor de casos pero en proporción actualmente preocupante, a enfermedades mentales -en las que incurrir otros factores- como la anorexia y la bulimia. El que estos estándares relacionados con el físico, y con ello el aumento de problemas de alimentación, se extiendan a los chicos añade nuevos motivos de preocupación.

En estos primeros años adolescentes sabemos que la presión del grupo de compañeros ocupa un papel muy destacado. Tanto la apariencia física como los comportamientos relativos a la sexualidad se juzgan -y a veces de forma muy rígida-, se crean y se refuerzan dentro del propio grupo. Así surgen muy diferentes estéticas ligadas a las diversas procedencias sociales e ideológicas de cada grupo juvenil.

Aun contando con la gran influencia de los coetáneos, la forma en que se experimentan estas transformaciones y los comportamientos a que dan lugar podría

verse positivamente influida por la familia, la institución educativa y las demás instituciones públicas. En primer lugar, los adultos deberían conceder la importancia que tiene a la pubertad y así entender la relevancia que con razón le otorgan los propios adolescentes. La pubertad significa madurez biológica, desarrollo de la identidad, nuevas formas de relación con los otros, asunción de nuevos papeles. Estas tareas implican retos importantes para los adolescentes en cuyo logro no se participa tratándoles de "pavos"*, superficiales, feos o bellísimos. Sí serviría de gran apoyo tratar seriamente en el currículum escolar estos aspectos tanto en sus facetas más conceptuales como en aquellas afectivas y sociales. Por otro lado, la existencia y el buen funcionamiento de centros de salud para adolescentes posibilitarían el acceso de éstos a fuentes de información y ayuda privilegiados en donde los chicos y chicas pueden plantear confidencialmente sus dudas y recabar apoyo para sus problemas. (Moreno, 2005).



SALUD FÍSICA Y MENTAL DEL ADOLESCENTE



LA ALIMENTACIÓN

“Una dieta saludable es aquella que minimiza el riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con la nutrición (Hegsted, 1984).

Las dietas saludables proporcionan una cantidad adecuada de todos los nutrientes esenciales para cubrir necesidades metabólicas del organismo. Además de agua, los alimentos contienen cinco tipos de componentes químicos que aportan nutrientes específicos para el buen funcionamiento del organismo: carbohidratos, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales (Holum, 1987)

Cabe señalar que entre los hábitos alimenticios más recomendables se encuentra la disminución del consumo de grasas animales, el aumento de la ingesta de leche, patatas y especialmente verduras, frutas y alimentos con alto contenido de fibra y la reducción del consumo de azúcar, dulces y harinas refinadas así como de alcohol. Esto es, una dieta equilibrada debe aportar todos los nutrientes básicos y la fibra necesarios para cubrir las necesidades, es decir, debe estar compuesta por diversos alimentos de los cuatro grupos básicos: cereales, frutas y vegetales, productos lácteos y carnes y pescados (Nelson, 1984)” (Oblitas, 2010)



Bulimia y Anorexia

TRASTORNOS ALIMENTICIOS

La relación del adolescente con su cuerpo cobra una dimensión enfermiza en los denominados trastornos de la alimentación: la anorexia nerviosa y la bulimia. Sobre todo el primero se produce quince veces más en chicas que chicos. Desde el inicio de la adolescencia, y debido a las necesidades de energía que requiere el organismo para afrontar los cambios puberales, el adolescente come

más, por ejemplo, las mujeres de modo especial entre los 11 y 14 años. Una vez producido el estirón, esas necesidades energéticas en una adolescente disminuyen, pero si sigue comiendo de la misma forma, absorberá energía que le sobra y que se convertirá en grasa, y engordará. Sea porque quiera adaptarse a las normas culturales reinantes que mitifican una figura estilizada o porque rechace las mismas porque disfrute comiendo y encuentre en la comida una liberación emocional, puede desarrollar conductas (dictas o comilonas, respectivamente) que la hacen vulnerable, por un lado, a la anorexia o a la bulimia nerviosas y, por el otro, a la obesidad. En el caso de las primeras, la cultura de la delgadez como equivalente de la belleza, sobre todo en la mujer, desde los años veinte, con brotes sucesivos en la década de los cuarenta y de los sesenta, hasta imponerse en el momento actual, ha influido en la negación del cuerpo en la que incurre un buen número de adolescentes, fundamentalmente chicas.

Al ayuno, frente a las anoréxicas restrictivas, con una mayor capacidad de control de la conducta de comer, que perciben desviada. El resultado es que a pesar de estar demacrados, los pacientes, que en un 90-95% de los casos son chicas, siguen percibiéndose obesos. Los datos estadísticos señalan un inicio de la recuperación en la mayoría de los casos a los cuatro o cinco años del comienzo del trastorno. La recuperación a los diez años se cifra en un 60-65%; entre un 15-30% de los casos, la enfermedad se vuelve crónica, quedando los casos de recuperación con secuelas. La mortalidad, no inmediata, sino a lo largo de los veinte años que siguen al comienzo de la enfermedad, es de un 5%, que contempla casos de suicidio, en el caso de la bulimia nerviosa, hay por el contrario un descontrol en la ingesta de alimentos: no hay ay uno, sino episodios de atracones o comilonas (al menos dos por semana) que, junto con un temor al aumento de peso, producen un sentimiento angustioso de culpa que lleva a la persona a provocarse vómitos y a ingerir laxantes. No hay generalmente pérdida de peso, salvo cuando cursa con anorexia, lo que empeora el pronóstico de la paciente.

Dadas las terribles repercusiones tanto físicas como psicológicas y sociales de la anorexia, que se llegan a percibir como un castigo o maltrato por los familiares de la paciente, en distintos países se han puesto en marcha procedimientos encaminados a evitar su aparición en los adolescentes.

En una reciente encuesta hecha por la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, se señala que desde los 13 años se tiene claro que es una enfermedad psicológica que lleva a la autodestrucción de la persona. No siempre son las chicas.

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

■ CUADRO.1.3. AUMENTAN 15 VECES CASOS DE BULIMIA Y ANOREXIA EN MÉXICO: UNAM 04 DE JULIO DE 2011

Los trastornos alimenticios son difíciles de medir debido a que son conductas que las personas niegan hasta que la enfermedad no se puede ocultar
En el país, la <u>anorexia</u> y la <u>bulimia</u> , padecimientos que afectan sobre todo a las mujeres, aumentan de manera “preocupante”, muestra de ello es que en 10 años la demanda de atención por estas enfermedades en el Instituto Nacional de Psiquiatría creció 15 veces, informó el investigador de la UNAM Rodrigo León Hernández.
De acuerdo con el especialista en el tema, un dato que permite medir el aumento de la anorexia y la bulimia es que el Instituto Nacional de Psiquiatría registró que de 1992 al 2002 la demanda de tratamiento por estas enfermedades se incrementó 15 veces.
<i>Los trastornos alimenticios afectan sobre todo a las mujeres.</i> En el país nueve de cada 10 casos de anorexia corresponden a mujeres, mientras que uno de cada seis casos de bulimia lo padece un hombre. La edad en la que la mayoría presenta ambas enfermedades es entre los 12 y 17 años de edad.
Los trastornos de la alimentación se presentan en mujeres y hombres de todos los niveles socioeconómicos: “Tenemos registro de casos de anorexia o bulimia en comunidades marginadas o indígenas, y en estratos sociales muy altos”.
Quienes padecen este tipo de enfermedades tienen características comunes: “Son perfeccionistas, tienen bajo control sobre sus impulsos, provienen de familias disfuncionales, donde hay sobreprotección, control sobre las adolescentes y abuso físico y emocional”. De igual modo, dijo Rodrigo León, son más vulnerables de sufrir estos trastornos las personas que provienen de familias en las que se pone mucha atención en la imagen física.
Otra constante en las mujeres con anorexia o bulimia es que han sido víctimas de violencia. Entre el 70 y 80 por ciento ha sufrido violencia física o psicológica y alrededor de 20 por ciento padeció agresiones sexuales.
<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias <p>La anorexia provoca desnutrición severa que deriva en la pérdida de memoria y daños físicos irreversibles. Mientras que con la bulimia se producen alteraciones cardiovasculares que pueden llevar a un paro cardíaco, la pérdida de piezas dentales y daño al sistema digestivo.</p>
Quienes padecen estos trastornos llegan a perder 50 por ciento de su peso. Con la desnutrición, el organismo trabaja al 50 por ciento porque hay poca o nula alimentación.
A decir del investigador de la UNAM, el 50 por ciento de las personas con bulimia o anorexia se cura, un 20 por ciento sobrevive pero con recaídas, otro 20 por ciento mejora y un 10 por ciento muere. Su recuperación depende de que la enfermedad se detecte a tiempo y de que reciban un tratamiento multidisciplinario.
“Hay pacientes que llegan después de 20 años de evolución de la enfermedad; son mujeres en cama todo el tiempo, ya no tienen contacto con la realidad y lo único que se puede hacer es tratarlas para que se mantengan con signos vitales y se puedan integrar un poco a la sociedad, pero ya no se curan”, ejemplificó.
<ul style="list-style-type: none"> • Focos rojos <p>Entre los “focos rojos” para identificar que una persona padece bulimia o anorexia, está la pérdida de peso en poco tiempo: “entre 10 y 12 kilos en tres meses”.</p>
También es una señal de alerta cuando las personas se preocupan por su silueta: “piden opiniones acerca de su aspecto, pasan mucho tiempo frente al espejo, entablan pláticas sobre productos para adelgazar, sobre las dietas, se pesan todos los días, acuden a clínicas para bajar de peso y no van con profesionales de la salud” . En los casos de bulimia es común que vayan al baño justo después de comer. (www.universia.net).

■ CUADRO.1.4. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS DE LA ANOREXIA.

Los especialistas en anorexia como los Dres. Gonzalo Morandé, Eduardo Paolini (Unidad de Anorexia del Hospital del niño Jesús de Madrid) tienen claras ciertas actuaciones preventivas en la preadolescencia:
<p>Trabajar la autoestima;</p> <p>Trabajar la toma de decisiones para mejorar la disciplina mental;</p> <p>Trabajar el cuerpo, en relación con una auténtica educación física, una disciplina física que proporcione además una pauta de salud;</p> <p>Comprobación médica cada seis meses a partir del estadio 1 de Tanner; no dejar autoalimentarse precozmente, sino intervenir responsabilizándose un adulto de la alimentación; la desorganización de las comidas debida frecuentemente a la ausencia de padre y madre en esas horas por motivos laborales va en contra de las pautas sanas de alimentación.</p> <p>Los padres, aun en estas condiciones, son los responsables de definir lo que se come, para lo cual se recomiendan turnos o dejar preparada la comida con antelación; Son más útiles las charlas a los padres que a los escolares en los centros educativos; En los centros educativos, si se sospecha por parte de las compañeras o el profesorado que una niña está jugando con una dieta y se le va de las manos el asunto, hay que comunicado a la familia inmediatamente. (En: Moreno, 2005)</p>

Aunados a estos desórdenes encontramos en algunos países, el desorden más común en la comida el cual es la obesidad, definida como un sobrepeso del 20% sobre el peso ideal. Problema de salud con el cual se enfrenta la juventud en los últimos años, la modificación en la dieta; el exceso de consumo de comida rápida (comida chatarra) de las sociedades industrializadas y dependientes lo han convertido en un problema de salud, no únicamente en los Estados Unidos sino en México y en algunos países de América Latina; fenómeno que va en aumento. Con este patrón 15 % de los adolescentes son obesos. Existiendo el riesgo de que al llegar a la edad adulta los adolescentes se conviertan en adultos obesos.

Se presume que la obesidad es generalmente el resultado de comer más de lo necesario, y se estima en gran parte que los adultos y adolescentes obesos sufren de debilitamiento de la "voluntad". Sin embargo, hay factores de riesgo, que parecen hacer a alguna gente más propensa a la obesidad que otra. Estos factores pueden ser regulación genética del metabolismo del cuerpo (la obesidad se da frecuentemente en algunas familias), historia del desarrollo (algunos niños no pueden distinguir las claves que les da su cuerpo del hambre y el hartazgo, y algunas personas desarrollan anormalmente un gran número de células de grasa durante la infancia), inactividad física, estrés emocional y lesión cerebral.

Aún en la adolescencia, la obesidad es un riesgo para la salud. Se asocia con desórdenes degenerativos del sistema circulatorio y una propensión en aumento de las enfermedades del corazón.



Sabías que...

CONTEXTO DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD EN MÉXICO:

En México, el 39.5% de la población tiene sobrepeso y 31.7% obesidad, representado el 70% de los adultos en el país. De acuerdo a la OMS, ocupamos el segundo lugar en obesidad a nivel mundial, así como el primer lugar en obesidad a nivel mundial, así como el primer lugar en obesidad infantil (12.7%) y en mujeres (34%).



ACTIVIDAD FÍSICA

Se ha comprobado que los programas sistemáticos de ejercicios físicos son esenciales para la salud psicofísica de las personas, debido a que incrementan los movimientos de articulaciones y músculos, fortalecen la musculatura del cuerpo, incrementan la resistencia y reducen la fatiga y la ansiedad.

En general, se recomienda que el programa de ejercicios se lleve a cabo en forma gradual, que las tareas y metas sean fáciles de lograr, y que la dificultad y complejidad de los mismos vaya en paulatino aumento. Este gradualismo permite a las personas adquirir confianza en sí mismas mediante una serie de experiencias exitosas, a la vez que reducen la ansiedad y el temor.

Los beneficios del ejercicio físico regular pueden resumirse en los siguientes:

- Mantiene la presión sanguínea entre valores normales.
- Disminuye el riesgo de desarrollar afecciones cardíacas.
- Reduce el riesgo de sufrir un accidente cerebral.
- Aumenta el nivel de colesterol HDL, se atenúa la menor propensión a padecer arterosclerosis.
- El peso corporal se mantiene dentro de los parámetros normales, de acuerdo con la estatura, edad y sexo de la persona.
- Contribuye a prevenir la osteoporosis.
- Disminuye la ansiedad, contribuye a experimentar un estado de bienestar físico y psicológico y previene o ayuda a superar estados depresivos.
- Ayuda a tolerar y superar las diversas molestias y trastornos propios del envejecimiento.

Actividad física y salud psicológica.

La práctica de la actividad física tiene una gran importancia higiénica preventiva para el desarrollo

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

armónico del sujeto (niño, adolescente, adulto) y para el mantenimiento del estado de salud. La práctica de cualquier deporte conserva siempre un carácter lúdico “ y pudiera ser una buena medida preventiva y terapéutica, ya que conlleva aspectos sociales, lúdicos e incluso bioquímicos que favorecen el desarrollo de las potencialidades del individuo” (Cevallos, 2000).

Algunos autores explican la relación positiva entre actividad física y salud psicológica como mecanismo fisiológico o neurofisiológico, en términos de liberación de hormonas y neurotransmisores, que repercuten en el mejoramiento psicológico; o como proceso psicológico, en el que se alcanza una forma de relajación, diversión y evasión de pensamientos, emociones u conductas desagradables los que son reemplazados por sensaciones de autosuficiencia, control y competencia. (Sánchez, 1996). Otros, relacionan la práctica sistemática del ejercicio físico con una sensación acentuada de control sobre sí mismo y de las funciones corporales, lo que genera una mejor percepción del estado general de bienestar.

En cuanto a la relación de la actividad física con la salud mental en la infancia, se ha establecido la mayor probabilidad de permanecer activo el resto si en esta edad se consolidan los hábitos de ejercicio, es decir, mejora el estilo de vida, y con ello, la calidad de vida. Recordemos que la infancia y la adolescencia son los períodos más importantes de la vida para adquirir hábito de vida y comportamientos. Los beneficios se relacionan con el fortalecimiento moral del niño, como el valor y la decisión para obtener éxitos, resolución de problemas, la honradez y el buen humor, así como el seguimiento de normas y reglas de conducta ante el juego y el deporte. De aquí se desprenden otros beneficios como la formación del carácter, el rendimiento académico y el logro social, así como la movilidad y la promoción sociales (Sánchez, 1996). (Oblitas 2010)



CONSUMO Y ABUSO DE SUSTANCIAS

En la sociedad actual el uso de drogas ilegales (heroína, cocaína, marihuana, etc.) y legales (alcohol, tabaco y drogas de prescripción) es un fenómeno que ha adquirido una gran relevancia. Estas sustancias son una fuente de problemas de salud, pues son el origen de diferentes clases de cánceres, enfermedades del aparato respiratorio, cardiopatía isquémica, afecciones cerebrovasculares, etc. (por ejemplo, Schukitt, 1995).

Una de las muchas clasificaciones existentes en el ámbito de las drogodependencias sostiene la diferenciación entre drogas legales e ilegales. Las primeras son aquellas cuya venta y consumo han sido permitidos por la ley. El tabaco y el alcohol son el ejemplo por excelencia de esta categoría de drogas institucionalizadas, además de ser las más consumidas por la población y las que generan más problemas sociosanitarios. La cifra de mortalidad al año de muertes prematuras a causa del tabaco se aproxima a 300 mil en Estados Unidos, 500 mil en Europa, 44 mil en España y 14 mil en México (Becoña, 1994) sin lugar a dudas, el tabaco es la principal causa de muerte prevenible en el mundo, con un total de tres millones de defunciones al año, más que todas las que provocan juntas el alcohol, las drogas ilegales, los homicidios, los suicidios, los accidentes automovilísticos y el sida.



El tabaco es una de las drogas que más muertes provocan a nivel mundial.

Tanto las drogas legales como las ilegales representan un peligro potencial para la salud. Sin embargo, estas últimas presentan mayores riesgos, además de los efectos farmacológicos, pues no hay control en su venta y los problemas sociales que generan son de diversa índole, difíciles también de controlar. (Oblitas, 2010)

“En el presente trabajo estudiamos algunos de los factores que inciden en el consumo de drogas juvenil.

También se analizan algunos factores personales que inciden en el adolescente así como del entorno y características actuales de la adolescencia. Se estudian los factores familiares dándoles el máximo rango en la relación con el joven. Asimismo, se analizan distintos factores escolares y se exponen las distintas fases del consumo de tóxicos y los signos que pueden permitir un diagnóstico precoz. Se describen y clasifican las drogas clásicas y nuevas toxicomanías.

En la parte final se orienta a la familia en aquellas medidas que pueden impedir la drogadicción y se orienta igualmente para el caso en que la adicción sea un hecho consumado.

No se pretende culpabilizar a nadie, únicamente dar ideas y argumentos para ayudar a educar.

Creemos que médico, familia y joven pueden ser un eje muy importante girando de un modo sincrónico en la prevención de la drogadicción y en el desarrollo armónico del adolescente.

■ EJEMPLO DEL PANORAMA DEL TABAQUISMO EN UN ESTADO DE LA REPÚBLICA MEXICANA (TABASCO)

➤ **PLACER MORTAL**

Las consecuencias suelen ser dañinas para el ser humano

30%
de los consumidores

tienen entre 12 y 13 años de edad

RIESGOS PARA FUMADORES PASIVOS

Los que están cerca del humo de otros son más propensos a:

Ataques cardíacos y cardiopatía

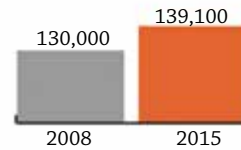
Cáncer de pulmón

Reacciones súbitas y graves, en los ojos, la nariz y garganta

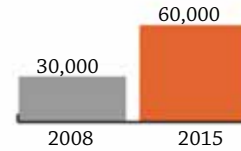


VICIO A LA ALZA

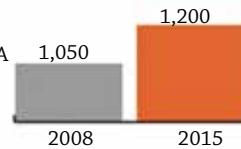
Fumadores activos:



Jóvenes de entre 12-18 años:



Fallecimientos asociados:



*Este es el panorama desde el 2008 cuando se aplica la ley Antitabaco en el estado

Fuentes: secretaria de Salud

LAS CAUSAS QUE PUEDEN CONDUCIR AL CONSUMO DE DROGAS PUEDEN SER:

- Factores personales y del entorno.
 - Permisividad social.
 - Fácil adquisición.
 - Curiosidad.
 - Falta de información sobre los efectos reales a largo plazo
 - Sed de aventuras.
 - Porque está de moda. «Las modas son más contagiosas que las infecciones».
 - Presión del grupo de amigos.
 - Deseo de ser aceptado.
 - Rituales de grupo.
 - Reacción a un vacío espiritual, a un fracaso escolar o social.
 - Sustitución de la familia por un grupo de amigos con una subcultura que le cobija.
 - Mito de la ambrosia: la felicidad sin esfuerzo.

No se pretende alarmar sino informar. Existe una mayoría de jóvenes que no tienen estos problemas. Adolescente no es sinónimo de problema.



En la actualidad se han universalizado pautas de ocio juvenil: concentrándose los jóvenes los viernes y sábados principalmente, en determinadas zonas y por la noche. Se crean diversas culturas juveniles relacionadas con la diversión: músicas, estilos, vestimenta y hábitos colectivos o rituales determinados.

Existe una gran presión comercial hacia el consumo. Al joven sólo le habla la publicidad de consumo, sinónimo de libertad y «paraíso» la inmensa mayoría de las veces.

LAS DROGAS

Los adolescentes viven las drogas como una forma de acercarse al mundo del adulto, y rebeldía, sobre todo las drogas denominadas sociales: alcohol y tabaco. Existe una presión grupal por fumar y beber.



- **Factores familiares.** Existen factores familiares que pueden incidir en el consumo de drogas:
 - Alcoholismo de los padres o adicción a otras drogas
 - Psicopatología de los padres
 - Abuso familiar de analgésicos y tranquilizantes
 - Carencia de relaciones afectivas
 - Autoritarismo sistemático. Rigidez inadecuada
 - Permisividad de consumo

La experiencia nos enseña que en algunas familias la droga forma parte de su cultura y prolongan el consumo a edades adultas. Los miembros más jóvenes se implican con frecuencia. En este caso, la terapia familiar es la primera medida a considerar.

- Otros factores que alteran la estabilidad familiar son:
 - Divorcio. Separación. Falta de estructura familiar.
 - Ausencia de dirección. Dejar de responsabilidades.
 - Maltrato físico, psíquico o sexual
 - Pérdida de modelo de identidad de los padres imposibilitando idealizar o imitar a los mismos.
 - Dinámica familiar alterada.
 - Roles paternos desajustados: madre sobreprotectora, ansiosa, dominante ; padre: pasivo, desinformado, periférico
 - Facilitar poco la autoestima
 - Estrés familiar

La familia no es consciente de estas carencias, que pueden contrastar con un rol social brillante. Podemos ayudar a que se autorregule.

DIAGNÓSTICOS ASOCIADOS A LA TOXICOMANÍA

El uso de sustancias tóxicas puede desencadenar alteraciones psiquiátricas o ser la consecuencia. Diferenciar trastornos psiquiátricos primarios y secundarios puede facilitar la comprensión de las conductas adictivas y tener incidencia sobre decisiones terapéuticas.

Los adolescentes toxicómanos afectados por un desorden psiquiátrico tienen más posibilidades de ser orientados hacia un tratamiento:

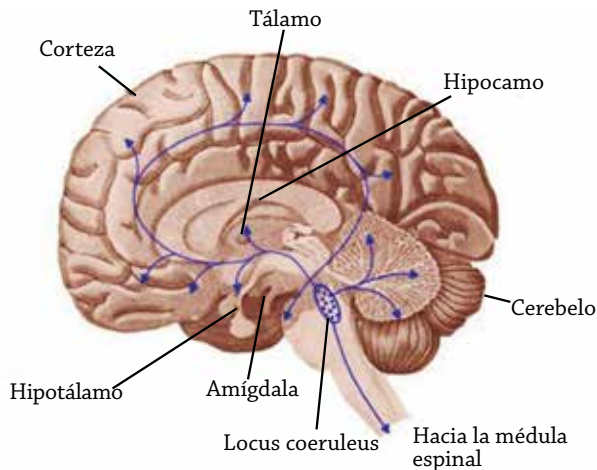
- Depresión
- TDAH (Trastorno por déficit de atención e hiperactividad)
- TCA (Trastornos de comportamiento alimentario)
- Trastornos psicóticos
- Trastornos de memoria

MECANISMOS DE ACCIÓN DE LAS DROGAS OPIÁCEOS

Existen receptores de opiáceos en numerosas zonas cerebrales así como a lo largo de la médula espinal.

Los receptores situados en el tronco del encéfalo especialmente Locus coeruleus (figura 1.7.), son responsables de los efectos euforizantes. Los receptores de la médula y el tálamo provocan la supresión del dolor.

■ FIGURA 1.7 RECEPTORES LOCUS COERULEUS.



ESTIMULANTES

Anfetaminas y cocaína: estas sustancias intensifican la acción de la noradrenalina en el córtex cerebral provocan alteraciones de los mecanismos dopaminérgicos (figura 1.8.)

- Tipos de drogas.
- Clasificación de las drogas clásicas
- Opiáceos

- Sedantes/hipnóticos
- Estimulantes
- Psicodélicos
- Antidepresivos

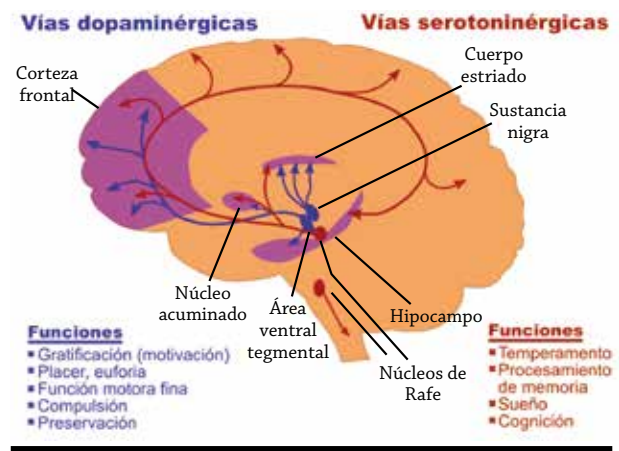
NUEVOS TIPOS DE DROGAS

La terminología para definir las nuevas drogas es múltiple; drogas de diseño o éxtasis es muy frecuente en la prensa.

En general es mejor hablar de drogas de síntesis o drogas creadas en los laboratorios farmacéuticos. Es una carrera que libran laboratorios clandestinos para sacar nuevos productos o variaciones de otros que merezcan la aceptación de la clientela.

En esta carrera está el objetivo de encontrar drogas que no estén incluidas en las listas de control internacional.

■ FIGURA 1.8 MECANISMOS DOPAMINÉRGICOS.



TIPOS DE "PASTILLAS"

La mayoría de pastillas son estimulantes cerebrales, sobre todo derivados de las anfetaminas. Cualquier pequeña variación molecular puede suponer una acción diferente en el cerebro, aunque todas tengan un cierto efecto estimulador común.

Los efectos que producen son:

- Desaparición del cansancio
- Aumento del rendimiento físico
- Sensación de mayor lucidez y capacidad mental
- Aumento de la autopercepción.
- Empatía.

Existe una droga llamada éxtasis que, directa o indirectamente tiene una gran campaña de marketing, a la que

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

se le ha llamado píldora del amor o similares en función de los efectos que se le atribuyen. También conocida como MDMA, es una droga sintética psicoactiva que altera la mente y causa alucinaciones similares a las de la anfetamina. Su estructura química es parecida a la de otras dos drogas sintéticas, la MDA y la metanfetamina, las cuales producen daño cerebral.



Tipo de consumidores



PELIGROS PARA LA SALUD

SÍNTOMAS FÍSICOS Y PSICOLÓGICOS.

Muchos de los problemas que enfrentan los usuarios de MDMA son similares a los producidos por el uso de la anfetamina y la cocaína. Estos son:

- Dificultades psicológicas, incluyendo confusión, depresión, problemas para dormir, ansias de usar la droga, ansiedad severa y paranoia durante el uso y a veces semanas después de usarla (en algunos casos se ha informado de cuadros psicóticos)
- Síntomas físicos tales como tensión muscular,

apretar los dientes involuntariamente, náuseas, visión borrosa, movimientos oculares rápidos, desmayo y escalofríos o sudores.

- Aumento en la frecuencia cardíaca y la tensión arterial, lo cual representa un riesgo particular para personas con enfermedad circulatoria o cardíaca.

Efectos a largo plazo. Las investigaciones recientes relacionan el uso de la MDMA con el deterioro a largo plazo de las partes del cerebro que son cruciales para el pensamiento y para la memoria. Se estima que la droga causa daños a las neuronas que utilizan la sustancia química serotonina para comunicarse con otras neuronas. También está relacionada en su estructura química y sus efectos con la metanfetamina, la cual ha demostrado producir la degeneración de las neuronas que contienen el neurotransmisor dopamina. El deterioro de las neuronas que contienen dopamina es la causa subyacente de los trastornos motores presentes en la enfermedad de Parkinson.



Consumo temprano de alcohol y tabaco.

ALCOHOLISMO JUVENIL.

El alcohol es una droga "dura", capaz de crear adicción y que potencialmente es la más dañina de las existentes. Existen algunas actitudes en el joven que pueden ser indicio de alcoholismo que merece la pena considerar.

- **Comportamiento familiar y social:**
 - Cambio de comportamiento cuando bebe.
 - Lagunas o amnesia durante o tras haber ingerido alcohol.
 - Pérdida de control sobre la bebida.
 - Bebe más que los amigos y más a menudo.
 - Bebe por la mañana para superar la resaca.
 - Posición defensiva frente al consumo de alcohol.
 - Obsesionado por consumir la siguiente copa.
 - Bebe antes de ir a una fiesta.
 - Siente remordimiento por el alcohol.
 - Se mete en peleas cuando está ebrio.
 - Desarrolla un elaborado sistema de mentiras, coartadas y excusas para justificar su conducta.

- **Comportamiento escolar:**
 - Falta a clase los lunes por la mañana.
 - Llega tarde después de comer.
 - Los viernes abandona las clases pronto.
 - Ausencias frecuentes.
 - Trabaja por debajo de sus posibilidades.
 - Falta de equilibrio entre agresividad y pasividad en su participación en la clase.
 - Bebe en el colegio.
 - Esconde el alcohol en el armario.
 - Alaba la bebida.
 - Se duerme durante las clases.
- **Problemas físicos:**
 - Cambios en la tolerancia del alcohol, tanto si lo soporta bien como mal.
 - Tiene resacas.
 - Pierde o gana peso de forma muy marcada.
 - Sufre pequeños accidentes muchas veces.
 - La fase final suele ser más grave: Borrachera, Temblores, Alucinaciones, Delirios.

Recomendaciones para prevenir que tus hijas e hijos utilicen drogas

1. Empieza por dar el ejemplo.
2. Conoce e identifica a sus amistades
3. Escúchalos.
4. Promueve actividades sanas y divertidas.



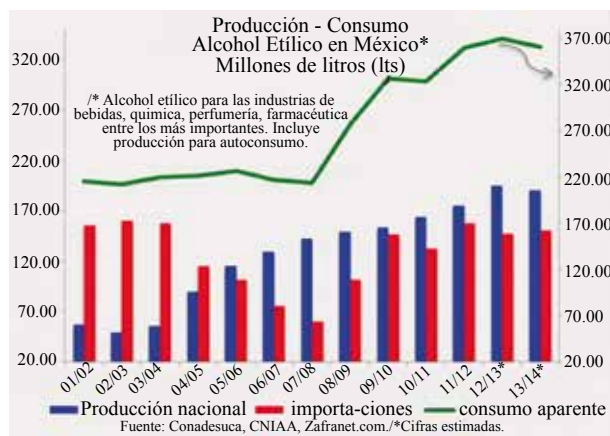
DROGAS Y DEPORTE

Recientemente aparecen continuas noticias de dopaje en deportistas. Es una antigua historia el uso de sustancias prohibidas para mejorar el rendimiento del cuerpo humano. Sustancias como la cortisona, testosterona, eritropoyetina y hormona del crecimiento aparecen frecuentemente después de algunos records. Desgraciadamente, el dopaje ya no es algo marginal, circunstancial, que consistía en una pequeña trampa para aventajar a los demás, aunque en casos extremos pudiera ser trágico (como la muerte del ciclista Tom Simpson en el Mont Ventoux). Actualmente, con el nacimiento de poderosas moléculas producidas por biotecnología, capaces de modificar sensiblemente el funcionamiento del organismo, hacen que el riesgo de accidente o incluso de muerte tenga ya más posibilidades.

ENFERMEDADES TRANSMISIBLES SEXUALMENTE (ETS)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió la sexualidad sana como «la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales de la realidad sexual de una manera que sea positivamente enriquecedora y que valore la personalidad, la comunicación y el amor». Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son aquellas relacionadas con el comportamiento humano en el ejercicio de la sexualidad, pudiendo incluso afectar a la descendencia.

Es entre los 15 y 35 años la etapa más activa en el ejercicio de la sexualidad, aumentando los riesgos (embarazo no deseado o ETS) cuando a más temprana edad sea el inicio de dicha actividad. El adolescente llega al ejercicio de su sexualidad no siempre con la madurez necesaria para evitar los riesgos y asumir la responsabilidad de dicha decisión. Muchas veces las relaciones sexuales son anticipadas por intentar la reafirmación



de su identidad sexual, tratar de conseguir el reconocimiento de sus pares, sometándose al requerimiento de su pareja, curiosidad, etcétera. Y si además tenemos en cuenta la omnipotencia e invulnerabilidad que son características del adolescente, podemos concluir que el ejercicio de la sexualidad en el adolescente es un factor de alto riesgo, que puede llegar a tener serias consecuencias.

CARACTERÍSTICAS DE LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS)

A diferencia de otras enfermedades infecciosas que con los logros científicos han disminuido su incidencia, las ETS van en aumento en el ámbito mundial. Las estadísticas no reflejan la magnitud del problema debido a la falta de notificación, consecuencia de la intimidad que rodea al ejercicio de la sexualidad.

Son varias las dificultades que nos encontramos en el diagnóstico y tratamiento de las ETS.

Un mismo cuadro clínico puede ser producido por gérmenes diferentes, y un mismo germen puede, a su vez, producir diferente sintomatología.

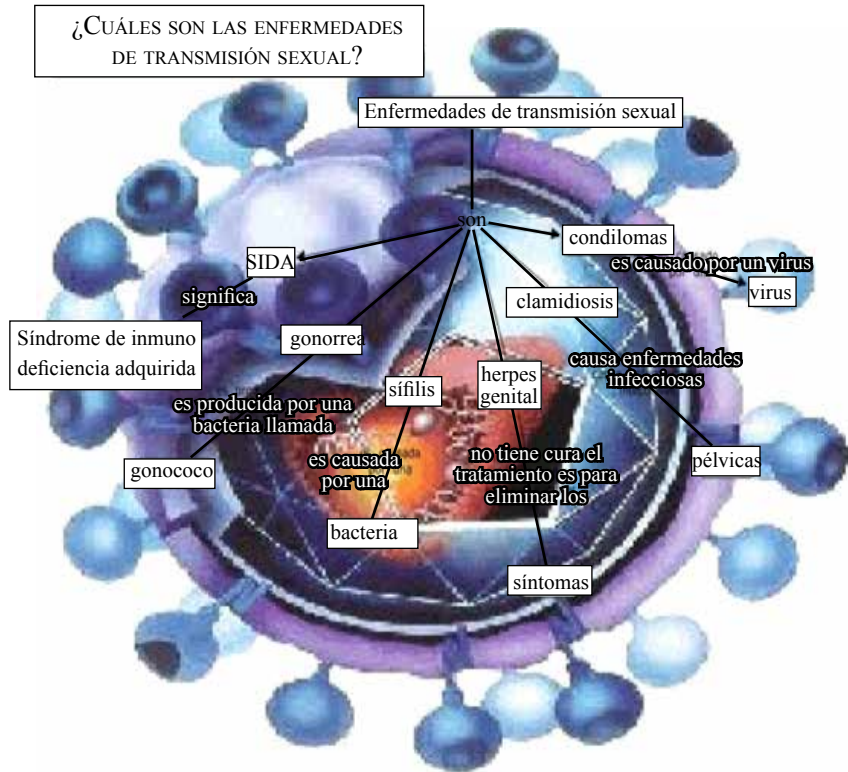
Es frecuente la asociación entre las diferentes ETS, facilitándose mutuamente su accionar y dificultando el tratamiento (sinergia epidemiológica).

Las infecciones son asintomáticas en un alto porcentaje, lo que hace que no concurran a la consulta y que sigan su actividad sexual. Esto se ve con mayor frecuencia en la mujer, lo que hace que esté más expuesta a las complicaciones: infertilidad, embarazo ectópico, enfermedad inflamatoria pélvica, neoplasias, infección por VIH y, lo que es más dramático, la transmisión vertical a su descendencia. Teniendo en cuenta la vía de contagio en este tipo de enfermedades siempre hay una pareja que debe ser estudiada y / o tratada, para cortar la cadena de contagio y evitar la reinfección.

Debemos tener en cuenta que existen 25 agentes etiológicos causantes de las ETS, que tienen diferentes manifestaciones clínicas:

- Únicamente locales, como el herpes virus y el papiloma virus.
- Solamente generales, como son la hepatitis B y la infección por VIH.

■ FIGURA 1.9



-Manifestaciones locales y generales, como la sífilis, gonococo y clamidias.

-Además existen enfermedades que por transmisión vertical se transmite a su descendencia: VIH, hepatitis B, sífilis, herpes virus y chlamydias.

DIAGNÓSTICO PRECOZ

En la entrevista con el adolescente debe estar siempre presente el tema de la sexualidad, adecuando su abordaje a la etapa evolutiva en que se encuentre. Esto nos sirve como elemento para la prevención y al mismo tiempo les estamos abriendo con nuestro interés, la posibilidad futura de retomar este tema cuando él lo crea necesario.

Un dato al que debemos llegar indefectiblemente en el desarrollo de la entrevista, es saber si ha iniciado o no su actividad sexual.

Si el adolescente entrevistado no ha iniciado sus relaciones sexuales debemos insistir en aconsejarle para evitar futuras situaciones de riesgo.

Ahora bien, si el adolescente refiere haber iniciado sus relaciones sexuales, el segundo punto a aclarar es valorar el riesgo que pudo haber corrido nuestro entrevistado: si fueron voluntarias o involuntarias (abuso o violación), si ha utilizado o no preservativo, si éstos fue-

ron usados siempre o algunas veces, cantidad de parejas, si fueron heterosexuales y/o homosexuales, adicciones en uno o ambos componentes de la pareja, etcétera; es decir, que debemos hacer un minucioso interrogatorio para hacer un diagnóstico de situación. Si nuestro paciente ha corrido algún riesgo debemos jerarquizar esta situación explicándoselo, de no hacerlo con nuestra actitud estamos avalando su equivocada conducta.

Cuando nuestro primer objetivo de la prevención de situaciones de riesgo ha fracasado, nuestro segundo objetivo en la ETS es el diagnóstico precoz para hacer el tratamiento, evitar las complicaciones y cortar la cadena epidemiológica.

De acuerdo a la importancia del riesgo corrido y si presentan o no síntomas, debemos decidir cuál es la conducta a seguir.

SÍNTOMAS RELACIONADOS CON ETS:

- Ardor o dolor al orinar.
- Cualquier exudación inusual del pene o vagina.
- Cualquier lesión (pápulas, úlceras) en las partes del cuerpo, con las que hubo contacto sexual o cerca de ellas (órganos sexuales, boca).
- Prurito en los órganos genitales.
- Adenopatías inguinales.

INFECCIÓN POR VIH

Vamos a exponer 2 aspectos de esta grave enfermedad, que ha cambiado los hábitos sexuales del final del siglo XX y principios del XXI y se cierne como una gravísima amenaza en la actualidad:

1. Prevención de la transmisión (Cuadro 1.6).
2. Mecanismos de transmisión (Cuadro 1.7). (En Delval, 2007)

■ CUADRO. 1.5. CLASIFICACIÓN DE LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.

Asintomáticos: Podemos detectarlos con estos análisis		
En mujeres:	En varones	En ambos sexos
1. Estudio del flujo vaginal. 2. Cultivos endocervicales. 3. Examen ginecológico con Papanicolaou	1. Análisis de orina «cho-rro inicial». 2. Examen clínico.	Serologías para: 1. Sífilis 2. Hepatitis B. 3. VIH.
Sintomáticos		
Si surge del interrogatorio y/o del examen clínico elementos que nos hacen pensar que estamos ante la posibilidad de una ETS, rápidamente podemos diferenciar si son:		
Úlcero-vegetantes, por alteración en la continuidad del epitelio mucocutáneo Úlceras genitales: <ul style="list-style-type: none"> • Sífilis • Herpes genital • Verrugas genitales 	Secretantes, por alteración y/o aumento de las secreciones uretrales, vaginales, cervicales y anales. Uretritis en el varón y cervicitis en la mujer: <ul style="list-style-type: none"> • Gonococia • Chlamydia • infecciones vaginales: • Tricomoniasis • Candidiasis • Vaginosis: Gardnerella 	

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

■ CUADRO 1.6. PREVENCIÓN DE LA TRANSMISIÓN DEL VIH

(CUADRO EN CALLABED, J. 2004)

RUTA	MECANISMO	FLUIDO IMPLICADO	PREVENCIÓN
Sexo	Hombre-hombre Heterosexual Mujer-mujer	Esperma Secreciones cervicales Vaginales	Abstinencia. Parejas monógamas. Seleccionar compañero sexual. Hablar sobre VIH con potenciales compañeros. Utilización correcta de preservativos de latex
DROGAS Y PORINTRAVENTOSA	Compartir agujas, jeringuillas, etc.	Sangre	No consumir drogas por vía IV. No compartir agujas ni jeringuillas: Limpiarlas con lejía y limpiar la piel. Kit anti-sida.
SANGRE y PRODUCTOS SANGUÍNEOS	Transfusiones Tratamiento de la hemofilia Exposición accidental	Sangre Factores de coagulación Sangre	Utilizar sangre de donantes benévolos. Testar todas las muestras de sangre antes de las transfusiones. Tratamiento por calor y por otros procedimientos. Evitar reencapuchar agujas. Utilizar contenedores apropiados. Normas CDC.
MADRE (+)	Embarazo y parto	Sangre Tejido fetal Leche materna	Evitar embarazo. Prevenir la transmisión vertical mediante administración de fármaco adecuado. Considerar interrupción del embarazo. Considerar Cesárea. Evitar la lactancia materna (en países desarrollados)
DONACIÓN	Donación de esperma Otros	Esperma y órganos	Utilizar donantes voluntarios benévolos, acudir a un centro de buena reputación. Realizar la prueba anti-VIH al donante en el momento de la donación y repetida seis meses después. Congelación del esperma. Realizar al donante la prueba anti-VIH.

■ CUADRO 1.7. MECANISMOS DE TRANSMISIÓN.

<p>INFECCIÓN POR EL VIH. Vías reconocidas de transmisión:</p> <p>Inoculación de sangre Transfusión de sangre y productos sanguíneos Agujas-jeringuillas-instrumentos compartidos por ADVP* Pinchazos con agujas. heridas abiertas y exposición de mucosas con sangre infectada Inyección con aguja no esterilizada</p> <p>Sexual Homosexual: hombre-hombre Heterosexual: hombre-mujer; mujer-hombre Abuso sexual: posible en niños Perinatal Intraútero Intraparto</p> <p>Otros Trasplante de órganos Inseminación artificial Leche materna</p> <p>Vías investigadas y no confirmadas</p> <p>Contacto personal intrafamiliar, laboral Cuidados médico-sanitarios sin exposición a sangre Insectos * ADVP: adictos a drogas por vía parenteral</p> <p>Fuente: S. A. Rathus, 1. S. Nevid, and L. Fichner-Rathus, Human Sexuality in a World of Diversity, 3rd ed. (Boston: Allyn and Bacon, 1997). (En Callabed, J 2004)</p>



■ CUADRO.1.8. PROTECCIÓN CONTRA LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.

(EN DELVAL, 2007)

¿Cómo puede la gente que es sexualmente activa protegerse contra las enfermedades transmisibles sexualmente (ETS)? Estas normas (adaptadas de la American Foundation for the Prevention of Venereal Disease, 1986, y Upjohn, 1984) minimizarán las posibilidades de que usted adquiera una ETS y maximizarán sus oportunidades de recibir tratamiento adecuado si va ha contraído alguna. (En Papalia. Desarrollo Humano)

- Hágase chequeos médicos regulares. Toda persona activa sexualmente debe solicitar pruebas dirigidas específicamente a diagnosticar la presencia de ETS.
- Conozca a su compañero. Cuanto más discrimine, estará menos expuesto a ETS. Los compañeros con quienes usted establece una relación, seguramente estarán más dispuestos que aquellos a quienes no conoce bien a informarle cualquier problema de salud que tengan.
- Evite tener relaciones sexuales con muchas parejas, con personas promiscuas y que abusan de la droga.
- Evite cualquier actividad sexual que cambie fluidos del cuerpo. Use un condón durante la relación sexual. Evite la relación anal.
- Use un anticonceptivo espumoso, crema o jalea; matará muchos gérmenes y le ayudará a evitar ciertas ETS.
- Aprenda a conocer los síntomas de las ETS: descargas vaginales o del pene; inflamación, prurito, dolor en los genitales o en el área anal; ardor cuando orina; dolor durante la relación; llagas en los genitales, en el cuerpo o en la boca, ampollas, hinchazones o salpullidos; dolor en el bajo vientre o en los testículos; descargas o escozor en los ojos; fiebre o hinchazón en las glándulas.
- Inspeccione a su pareja para detectar cualquier síntoma visible.
- Si usted desarrolla cualquiera de los síntomas, obtenga atención médica inmediatamente.
- Exactamente antes o después del contacto sexual, lave los genitales o áreas rectales con agua y jabón; los hombres deben orinar después de bañarse.
- No tenga ningún contacto sexual si sospecha que usted o su compañero pueden estar infectados. La abstinencia es la medida preventiva más confiable.
- Evite exponer cualquier cortada o quemadura en la piel a la sangre de otra persona, o a los fluidos o secreciones del cuerpo.
- Practique una buena higiene de rutina; lavado completo de las manos y aseo diario de las uñas.
- Si usted se contagia de cualquier ETS, notifique inmediatamente a todos los compañeros, sexuales, así ellos podrán recibir tratamiento y evitarán contagiado nuevamente, o contagiar a alguna otra persona.
- Informe a su médico o dentista de su condición, así tomarán precauciones para evitar el contagio.
- No done sangre, plasma, esperma, órganos del cuerpo u otros tejidos.



DEPRESIÓN

“La palabra depresión está muy extendida y en ocasiones se trivializa con ella. Vamos a distinguir lo que son actitudes depresivas y lo que puede ser una depresión propiamente dicha.” (Callabed, 2004)

1. Actitudes depresivas.

Cabe resumir las actitudes depresivas del adolescente con los siguientes síntomas:

- Sentimiento de indefensión y desamparo, junto con bajos niveles de autoestima y evidente

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

disgusto de sí mismo. No se encuentra bien en “su pile”

- Desaliento y pesimismo. Solo parece fijarse en los aspectos sombríos de las cosas.
- Incapacidad de concentración acompañada de fuerte dispersión anímica.

Actitud desenfadada, que le hace buscar la novedad y la distracción más que la eficacia de los resultados. En los temperamentos más inestables es fácil que se emprendan muchas actividades sin dar término a ninguna (es llamativo para los padres, saber que una hiperactividad puede esconder una depresión)

- Hipersensibilidad ante cualquier estímulo, que lo vuelve iracundo y agresivo con los demás parece estarlo consigo mismo.
- Cambios notables en sus hábitos y conducta: en el rendimiento escolar, en la comida, en el vestido, en sus gustos y aficiones..
- Intimismo individualista, que le lleva al rechazo de los compañeros y amigos, complaciéndose peligrosamente en una morbosa soledad. (Callabed, 2004)

La depresión puede variar desde cambios comunes en el estado de ánimo hasta sentimientos crónicos repetidos de inutilidad, incapacidad y desesperanza. No conocemos bien su causa. A continuación presentamos los factores implicados en la depresión (cuadro 1.9.) y sus manifestaciones clínicas (Cuadro 1.10).

■ CUADRO 1.9. FACTORES IMPLICADOS EN LA DEPRESIÓN DEL ADOLESCENTE

Disminución de la autoestima: los logros reales o percibidos por el adolescente no alcanzan el grado previsto por sus aspiraciones
<ul style="list-style-type: none"> • Pérdida significativa: Muerte o rechazo por parte de un pariente querido o Novio/novia. - Separación o divorcio de los padres. - Pérdida de los límites o directrices dentro de la familia. - Pérdida de la normalidad (por ejemplo: enfermedad física)
<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad para hacer frente a las tareas de desarrollo del adolescente.
<ul style="list-style-type: none"> • Depresión de los padres o abuso de sustancias.
<ul style="list-style-type: none"> • Conflictos familiares o escasez de comunicación.
<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad de aprendizaje. • Expectativas demasiado altas por parte de los padres.
<ul style="list-style-type: none"> • Problemas en las relaciones entre compañeros.

■ CUADRO 1.10. MANIFESTACIONES CLÍNICAS DE LA DEPRESIÓN. LA DEPRESIÓN EN EL ADOLESCENTE SE CARACTERIZA POR UNA SERIE DE PROBLEMAS DEL COMPORTAMIENTO, PSICOLÓGICOS Y FISIOLÓGICOS. (CALLABED, 2004)

Psicológicos	<ul style="list-style-type: none"> • Baja autoestima y autoconcepto. • Desesperanza con perspectivas negativas del mundo y de las relaciones de los adolescentes hacia él; el más pequeño desafío puede ser agobiante para el adolescente deprimido • Disforia: estado de insatisfacción o infelicidad • Pesimismo • Exceso de autocrítica
De comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Cambios en el comportamiento académico • Comportamiento exagerado, incluyendo hacer novillos, comportamiento de huida, promiscuidad sexual y robo. • Abuso de sustancias • Aislamiento social • Descenso en la motivación • Pérdida de interés en las actividades normales • Comportamiento de alto riesgo • Demostraciones suicidas. (Atención a determinadas prácticas deportivas de alto riesgo.
Fisiológicos	<ul style="list-style-type: none"> • Fatiga • Insomnio • Anorexia y pérdida o aumento de peso • Irregularidades menstruales • Dolores de cabeza y abdomen



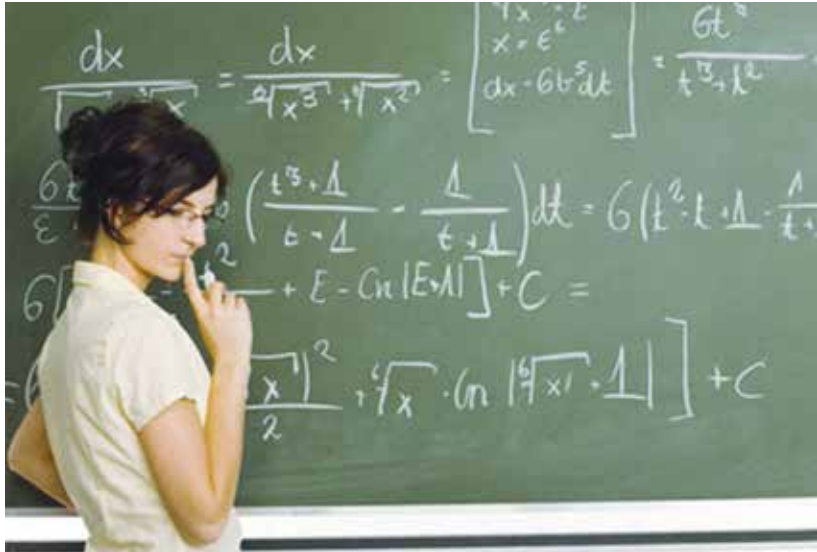
2. Desarrollo cognoscitivo en la adolescencia

EL PERIODO DEL RAZONAMIENTO FORMAL

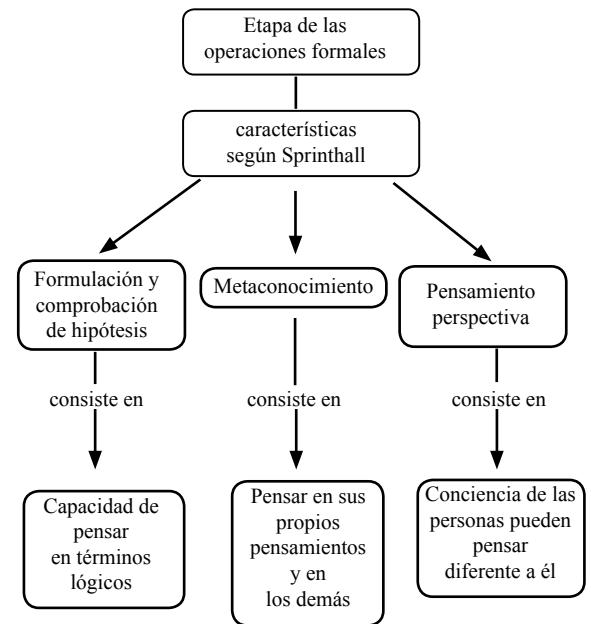
Junto a los visibles y a veces llamativos cambios que se producen en el aspecto físico de los adolescentes, nos encontramos con otro tipo de transformaciones menos evidentes pero que dejan una clara huella en el comportamiento de los jóvenes. Nos estamos refiriendo a las novedades en la forma de enfrentarse intelectualmente a la realidad. En este sentido, la adolescencia se ha venido caracterizando por la aparición de profundos cambios cualitativos en la estructura del pensamiento. Inhelder y Piaget denominaron a este período, que surge entre los 11 a 12 años y se consolida entre los 14-15 años, período de las operaciones formales. Desde esta perspectiva, la actuación intelectual del adolescente se acerca cada vez más al modelo académico del científico y el lógico.

Si bien esta visión piagetiana del desarrollo intelectual durante la adolescencia conserva parte de su vigor, un buen número de estudios posteriores se han encargado de matizar -algunas veces ampliar o modificar- la naturaleza y extensión en la población juvenil de esos cambios. Se han interesado además por el aumento en la capacidad para procesar la información, el desarrollo de teorías sobre el mundo y las concepciones adolescentes sobre la ciencia y el conocimiento.

Por otro lado, se viene prestando cada vez mayor atención a la comprensión del mundo social. Chicos y chicas modifican su conocimiento, procesos de razonamiento y conducta en relación con diversos aspectos psicosociales. Adquieren así una visión distinta de sí mismos, de las otras personas, de las relaciones interpersonales, las instituciones sociales y las reglas morales que arbitran el conjunto de intercambios sociales. (Moreno, 2005)



■ LAS CARACTERÍSTICAS DEL PERÍODO DEL RAZONAMIENTO FORMAL



A) LOS ADOLESCENTES COMO RAZONADORES LÓGICO-CIENTÍFICOS

En palabras de Inhelder y Piaget (1955), el adolescente se puede distinguir ante todo del niño por la presencia de reflexiones que van más allá del presente, por la capacidad de crear teorías y sistemas. En el bello ejemplo ofrecido por estos autores, existen niños enamorados pero lo que distingue un adolescente enamorado de un niño es que el primero complica sus sentimientos mediante la construcción de una novela o la referencia a ideales sociales o literarios. No importa pues que las reflexiones de los adolescentes sean poco originales o profundas, lo fundamental es que suponen una teorización sobre la realidad que se prolonga más allá de una vivencia particular y actual.

¿De qué herramientas particulares dispone el adolescente para elaborar esas teorías que no estaban al alcance del niño? Para comprender mejor el modo de operar del razonamiento formal podemos compararlo con el razonamiento concreto en una situación diseñada por Inhelder y Piaget. La tarea propuesta consistía en combinar diferentes líquidos de tal manera que se produjera cierto color, una vez que los experimentadores habían hecho ver al sujeto que era posible ese resultado (véase cuadro 1.11). Los sujetos debían explicar además el efecto que producía cada líquido al mezclarse con los restantes.

Frente a esta situación, los razonadores “concretos” se limitaban a producir algunas combinaciones -normalmente de cada líquido con el cuentagotas, combinaciones de 2 en 2 o bien de todas a la vez. Si no conseguían la aparición del color, ensayaban alguna combinación más de forma asistemática. Si se producía el color, lo atribuían a la presencia de uno de los elementos en vez de considerado el producto de una interacción. Por último, no sabían que pruebas efectuar para explicar el papel desempeñado por cada elemento (es decir, no sabían añadir a la mezcla ya conseguida, primero agua y ver el resultado, después tiosulfato y ver de nuevo qué sucedía).

■ CUADRO 1.11 PRUEBA DE COMBINACIÓN DE LÍQUIDOS

- 4 Frascos semejantes que contienen líquidos incoloros e inodoros, idénticos en su apariencia:

1= ácido sulfúrico

2= agua

3= agua oxigenada

4= tiosulfato

- cuentagotas= ioduro de potasio

1+3+cg= color amarillo

1+3+cg= color amarillo

Prueba de la combinación de líquidos (Inhelder y Piaget, 1955)

Por el contrario, el ejemplo prototípico de razonador formal empleaba un método sistemático para generar todas combinaciones, lo que suponía que, aunque encontrara la combinación correcta, seguía probando las restantes. Junto a esto, entendía que el color era resultado de la interacción entre los elementos y no se debía a la naturaleza de uno de ellos aislado. Por último, no tenía problemas ni sobre el modo de averiguar el papel del líquido 2 (agua) y el 4 (tiosulfato) tomaba la mezcla que producía el amarillo (1 + 3+cg) Y los agregaba alternativamente- ni sobre las deducciones válidas que podían realizarse a partir de los resultados de sus pruebas.

La descripción anterior de la actuación ante un problema específico facilitará la comprensión de las características generales del razonamiento formal frente al razonamiento concreto (a partir de Flavell, 1985, pp. 148-151, trad. cast.):



1. EL MUNDO REAL FRENTE AL MUNDO POSIBLE.

El niño se aproxima a buena parte de los problemas conceptuales manejando directamente los datos concretos y tan rápidos como sea posible. Soluciona las tareas concentrándose principalmente en lo perceptible, comienza trabajando sobre la realidad cercana o sólo se mueve con dificultad hacia lo virtual. Por el contrario, el adolescente examina el problema cuidadosamente para intentar determinar todas las soluciones posibles y, solo en un segundo momento, tratará de descubrir cuál de ellas se ha convertido en real en este caso particular. Para un razonador formal, lo que cuenta es lo que “puede ser” y no solamente lo que “es”. La realidad es una parte determinada del mundo más amplio de la posibilidad, que se ha hecho efectiva en una situación dada.

2. EL MÉTODO EMPÍRICO-INDUCTIVO FRENTE AL MÉTODO HIPOTÉTICO-DEDUCTIVO.

Los niños establecen las pruebas a partir de los datos concretos proporcionados y elaboran las conclusiones como una generalización parcial de los resultados concretos hallados. Los adolescentes parten, por

supuesto, de una inspección de los datos del problema, pero a continuación su razonamiento gira alrededor de una teoría o explicación hipotética que pudiera ser la correcta. De este modo, lo que se somete a prueba no es ya una representación concreta de la realidad sino una elaboración conceptual. A partir de esta se deduce previamente qué fenómenos empíricos deben o no darse lógicamente en la realidad, y luego se pasa a comprobar si los hechos predichos se dan efectivamente. Si en la explicación del fenómeno pueden estar implicados diversos factores, el sujeto llevará a cabo un control de variables, es decir, variará sistemáticamente un factor mientras los restantes permanecen constantes.

3. EL RAZONAMIENTO INTERPROPOSICIONAL FRENTE AL RAZONAMIENTO INTRAPROPOSICIONAL.

Las operaciones formales descansan fundamentalmente en el lenguaje. Las hipótesis, las elaboraciones conceptuales, sólo pueden expresarse en frases. Podríamos así decir que el adolescente razona sobre proposiciones lingüísticas que contienen los datos de la realidad antes que sobre la propia realidad. Por supuesto, los preadolescentes también producen, comprenden y comprueban proposiciones. Sin embargo, su razonamiento se limita a verificar el contenido de cada enunciado aislado mientras el adolescente comprueba las relaciones lógicas entre distintas proposiciones.

■ CUADRO.1.12. RASGOS GENERALES DE LAS OPERACIONES FORMALES

Rasgo	Niñez	Adolescencia
Mundo real frente a mundo posible	Inducción Datos - Prueba - Generalización empírica	Deducción Teoría - Hipótesis - Prueba
Razonamiento interproposicional frente a intraproposicional	Contenido de enunciados aislados	Relaciones lógicas entre proposiciones

Como puede inferirse, las características anteriores traducen métodos de descubrimiento y pruebas experimentales propios de los adolescentes en contraste con aquellos propios de los niños. Estos enfoques o estrategias generales a la hora de solucionar un problema reciben, dentro de la teoría piagetana, el nombre de características formales. Estos últimos se refieren a nociones u operaciones especiales cuya necesidad puede experimentar el sujeto para la solución de algún conjunto de problemas que comparten una misma estructura

aunque su contenido sea diferente. Esquemas formales son las operaciones combinatorias, las proposiciones, la coordinación de dos sistemas de referencia y la relatividad de los movimientos o las velocidades, la noción de equilibrio mecánico, la noción de probabilidad, la noción de correlación, las compensaciones multiplicativas y las formas de compensación que van más allá de la experiencia (Inhelder y Piaget, 1955, pp. 259-277 trad. cast.) Por su parte, las características estructurales –el retículo de las 16 combinaciones binarias y el grupo de las cuatro transformaciones (INRC) – nacen de un intento de representar, mediante la formalización lógico-matemática, los aspectos más abstractos y generales de las operaciones de los sujetos. Por ejemplo, el retículo de las 16 combinaciones implica que los adolescentes formales serían capaces de realizar todas las combinaciones posibles no ya entre los elementos materiales de una situación sino entre los enunciados proposicionales que describen esos elementos. Si aludimos al ejemplo citado de la mezcla de líquidos y, en concreto, a la comprobación del papel del líquido 2 (agua), las operaciones mentales que llevaría a cabo una adolescente formal y que consisten en combinaciones de proposiciones tomarían la forma: $(p \cdot q) \vee (p \cdot \neg q) \vee (\neg p \cdot q)$. Es decir, si p designa la presencia del color y la q la del líquido 2, entonces (hay color y está el líquido 2) y (hay color y no está 2) y (no hay color y está 2) y (ni hay color ni está 2). De las anteriores comprobaciones, se deduciría que el agua no actúa ni positiva ni negativamente respecto a la aparición de color.

Es importante entender que nos encontramos frente a un análisis teórico y una formalización lógico-matemática de actuaciones concretas de una persona y que, por tanto, no se supone que esta sea necesariamente consciente de esas operaciones mentales ni mucho menos de su formulación lógica. Lo que sí puede afirmarse es que la solución formal del anterior problema requiere ese ejercicio lógico.



B) LOS CAMBIOS EN LA CAPACIDAD REFLEXIVA

Si hay un rasgo que marque la distancia entre el pensamiento adolescente y el dominante en edades anteriores, ése es su capacidad de reflexionar sobre sí mismo. Este hecho ya fue apuntado por Inhelder y Piaget (1955) al hablar de las operaciones formales como operaciones sobre operaciones y deja su huella no sólo en el terreno intelectual sino también en el de la personalidad y las relaciones sociales. El adolescente es un ser que se observa e interroga a sí mismo sobre sus actuaciones, sentimientos y pensamientos así como sobre los pensamientos, sentimientos y conductas de los demás hacia él.

De esta nueva inclinación, surge, según algunos autores, una también nueva limitación, el egocentrismo adolescente, definido por la incapacidad para diferenciar ese poder recién estrenado del yo que reflexiona, del universo social sobre el que se reflexiona. Esta perspectiva “egocéntrica” conduciría al adolescente a concebir toda suerte de reformas sociales y políticas teñida de rasgos mesiánicos y megalómanos (Inhelder y Piaget, 1955, p. 290). Elkind (1979) ha hallado además dos manifestaciones concretas de este egocentrismo a las que ha denominado sobre Juicio Reflexivo)- han permitido a King y Kitchener (1994) definir un modelo de estadios en la progresión de este razonamiento reflexivo. Moshman (1998, pp. 964-965) resume así sus rasgos principales:

- **Concepciones objetivistas:** Existe verdadero conocimiento objetivo. El conocimiento es absoluto y no problemático. La justificación de un juicio descansa en la observación directa o en el pronunciamiento de una autoridad. Los hechos son un atributo del ambiente y sirven como criterio para evaluar diferentes perspectivas. Los científicos son personas de buena voluntad y sin prejuicios que poseen la información verdadera y se pondrán de acuerdo en la interpretación de los hechos.
- **Concepciones subjetivistas:** El conocimiento es incierto, ambiguo, idiosincrático, contextual y subjetivo. La justificación es imposible (cada persona tiene su verdad). Relativismo epistemológico. Confusión epistemológica.
- **Concepciones racionalistas:** La experiencia compartida proporciona una base suficiente como medida de intersubjetividad. Existen procedimientos justificables para comparar puntos de vista. La argumentación y el discurso social permiten el conocimiento, aunque éste sea falible.

Los adolescentes podrían sostener concepciones objetivistas aunque su estadio típico sería el relativista. Este relativismo conduce a no pocos adolescentes a una postura escéptica sobre cualquier cuestión y a pensar que no existe ningún conocimiento fiable. Sólo al final de la adolescencia y en la edad adulta se darían progresos hacia concepciones racionalistas.

Por último, contamos con algunos trabajos, muy interesantes desde el punto de vista teórico y educativo, sobre la visión de los jóvenes de la ciencia que nos confirman la relativa vigencia de una concepción estrecha y estereotipada de la actividad científica. Así, tal como se desprende de los dibujos de adolescentes españoles de 13 años (Vázquez y Manassero, 1998), la ciencia se vincula mayoritariamente con personajes masculinos, que trabajan en laboratorios, desarrollando en solitario actividades de manipulación con tubos de ensayo y matraces.

Sin duda, los aspectos del razonamiento lógico-científico hasta ahora citados no agotan la extensa lista de campos en que éste puede llevarse a cabo.

EL RAZONAMIENTO SOCIAL

Los procesos intelectuales no toman sólo como objeto relaciones entre entidades físicas o matemáticas. De hecho, gran parte de nuestra actividad razonadora versa sobre asuntos relacionados con personas y las relaciones entre ellas. Este campo de estudio, denominado conocimiento social, trata de conocer en su vertiente evolutiva cómo avanzamos en la comprensión de nosotros mismos, las relaciones interpersonales, las instituciones y costumbres sociales y otros objetos de conocimiento interesantes desde el punto de vista social (Flavell, Miller y Miller, 1993, p. 174.).

Con respecto al mundo adolescente, nos proponemos abordar cuatro aspectos fundamentales relativos a la evolución en el conocimiento de: 1) el yo y los otros, 2) las habilidades para desenvolverse en situaciones sociales, 3) el funcionamiento social y 4) los principios morales.

EL CONOCIMIENTO DEL “YO” Y LOS “OTROS”

Finalizábamos el apartado anterior destacando el progreso que realizan los adolescentes en el área del metaconocimiento, es decir, sus avances en la comprensión de la mente humana y uno de sus productos, el conocimiento. Es evidente que las reflexiones de chicos y chicas no se llevan a cabo predominantemente sobre el funcionamiento de una mente genérica y abstracta sino más bien sobre su propia mente y la de las personas que los rodean. Por supuesto, además de la mente, sus intereses giran también en torno a las personas en su

integridad, lo que incluye sentimientos, intenciones, deseos y conductas propias y ajenas.

En relación con este aspecto, Shantz (1983, p. 506, citado en Flavell, Miller y Miller, 1993, p. 203.) ha resumido espléndidamente los avances en lo que podemos denominar una “teoría implícita de la personalidad” afirmando que antes de los 7-8 años, los niños conciben a las personas como lo podría hacer un demógrafo o un conductista, es decir, definiéndolas por sus conductas observables y condiciones ambientales; durante la niñez, se trata a las personas a la manera de un teórico de los rasgos de la personalidad, adscribiéndoles constancia

sin cualificar; y en el comienzo de la adolescencia emerge una concepción más interaccionista en la que la gente y sus conductas se consideran a menudo en función tanto de las características personales como de los factores situacionales. Sabemos además que los adolescentes no sólo son capaces de integrar en la descripción de los otros rasgos externos e internos sino que son conscientes de que, en cada individuo, la mezcla de características es singular así como que cualquier personalidad puede presentar aspectos contradictorios o puede dar lugar a impresiones falsas.

R. Selman ha ahondado por su parte en la evolución de los conceptos sobre las personas y lo ha vinculado al desarrollo de las capacidades para diferenciar entre perspectivas. Este autor (Selman, 1976) ha elaborado así un modelo de estadios, basado en un enfoque estructuralista como los de Piaget y Kohlberg, a partir del análisis de entrevistas clínicas en las que se presentan a personas de diferentes edades dilemas morales y luego se les pregunta sobre los sentimientos, pensamientos y reacciones propios y ajenos ante las situaciones. En su modelo se contemplan cinco niveles (0, 1, 2, 3,4) definidos por el concepto de persona y el concepto de relaciones entre personas que predominan. El estadio inicial (hasta 6 años) supone un concepto de persona que confunde características internas y externas de la persona y una perspectiva egocéntrica en las relaciones. Los adolescentes avanzan hacia razonamientos característicos de los tres últimos estadios (Selman, 1980) tal como se resumen en el cuadro 1.13.

■ CUADRO.1.13. NIVELES CORRESPONDIENTES A LA ADOLESCENCIA EN LA ADOPCIÓN DE PERSPECTIVA. SELMAN 1976-1980

1. Adopción auto-reflexiva de perspectivas (7-12 años)

PERSONAS: Reflexiona sobre sus propios pensamientos y se da cuenta de que los demás también pueden hacerlo; comprende que en una misma persona puede haber conflictos entre motivos diversos y que las apariencias pueden ser falsas.
PERSPECTIVA: La gente piensa o siente de forma diferente. Puede ponerse en el lugar de otros y pensar que los demás pueden hacer lo mismo respecto a él. Todavía no puede considerar esa relación diádica desde la perspectiva de un tercero imaginario.

2. Adopción recíproca de perspectivas (10-15 años)

PERSONAS: Reconoce la perspectiva subjetiva. Sabe que todas las personas conocen la naturaleza coparticipativa de las relaciones interpersonales y su desarrollo en el tiempo.
PERSPECTIVA: Distingue su propia perspectiva de una perspectiva generalizada lo que le permite adoptar el punto de vista de una tercera persona ante una situación diádica.

3. Adopción social-simbólica de perspectivas (12- a adultos)

PERSONAS: Las personas son combinaciones complejas de su propia historia; sus acciones y pensamientos están en función de sus creencias, valores y actitudes.
PERSPECTIVA: Concibe el sistema social como una construcción de perspectivas convencionales en la que participan todos los miembros en un sistema de relaciones mutuas.

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES



LAS HABILIDADES PARA DESENVOLVERSE EN SITUACIONES SOCIALES.

El estudio de la evolución en el conocimiento de los otros, sus motivaciones para actuar, sus diversos puntos de vista ante una situación, no sólo presenta un interés teórico. Estas habilidades sociocognitivas guardan relación con la conducta y su conocimiento puede ayudar a los docentes y a los clínicos (Selman, 1976). De hecho, algunos autores se han centrado en conocer los procesos de razonamiento generales impli-

cados a la hora de poner en marcha conductas sociales competentes y las variaciones que podrían observarse en estos procesos en niños y adolescentes adaptados o inadaptados socialmente. En concreto, Cole y Dodge (1998) han desarrollado un modelo de procesamiento de la información social en el que se describen seis pasos: a) codificación de los índices internos y situacionales; b) representación e interpretación de estos índices; c) clarificación y selección de una meta; d) elección de una respuesta en el repertorio ya existente o construcción de una nueva respuesta; e) selección de la respuesta; f) respuesta efectiva (Crick y Dodge, 1994, p. 76).

Aunque el estudio de estos procesos de análisis y solución de problemas sociales se ha llevado a cabo fundamentalmente con niños, se han observado algunos cambios conforme se avanza hacia la adolescencia. En primer lugar, se comprueba una mejora en el análisis de las situaciones al darse un aumento de las capacidades atencionales, En segundo lugar, una comprensión de los otros más profunda produce una interpretación de las situaciones más adecuada. Por otro lado, el repertorio de posibles respuestas se amplía en los mayores dada su mayor experiencia en la interacción social al mismo tiempo que se conocen mejor las consecuencias de cada acción.

Como decíamos anteriormente, estos modelos poseen una gran relevancia práctica pues pueden servir de base para programas de tratamiento de adolescentes desadaptados socialmente. De hecho, algunas investigaciones encuentran que este tipo de adolescentes, además de otras particularidades sociales, presentan niveles de razonamiento inferiores a los típicos de su edad. Para solucionar estos desfases, por ejemplo, Selman y su equipo han elaborado métodos que ayudan a los adolescentes a desarrollar estrategias interpersonales más eficaces y que incluyen un entrenamiento en el análisis de las situaciones, la producción de alternativas de respuesta, la anticipación de consecuencias y la evaluación de los resultados (Brion-Meisels y Selman, 1984, citado en Sprinthall y Collins, 1995, p.149).

En relación con problemas tan actuales como la drogodependencia, también se han señalado las limitaciones de los adolescentes implicados en esta situación en sus destrezas sociales y se ha propuesto la enseñanza de algunas estrategias para prevenir el consumo de drogas (cuadro 1.14).

Por otro lado, las capacidades para comprenderse a sí mismo y a los demás no sólo se emplean en la resolución de situaciones conflictivas sino que sirven igualmente para lograr los propios objetivos. Podríamos denominar a estas capacidades “inteligencia social” si la definimos como el éxito en “la consecución de metas sociales re-

levantes en ambientes sociales concretos, mediante la utilización de medios apropiados que dan lugar a resultados evolutivos positivos” (Ford, 1986, p. 121). En la adolescencia cobran mayor relevancia precisamente estas metas sociales que se relacionan fundamentalmente con la promoción en situaciones sociales de uno mismo, de las personas o grupos de referencia y la organización de situaciones que produzcan resultados interesantes para uno mismo o el grupo.

■ CUADRO.1.14. ESTRATEGIAS RELACIONADAS CON HABILIDADES SOCIALES EN EL PRINCIPIO DE LA DROGODEPENDENCIA

<ol style="list-style-type: none"> 1. Responder a la persuasión. 2. Hacer frente a las presiones de grupo. 3. Tomar decisiones y saber decir “no”. 4. Resolver problemas y conflictos de interrelación personal. Interaccionar en grupo, estableciendo relaciones adecuadas con los demás.
<p>Habilidades sociales y prevención de drogodependencia (Programa de prevención de drogodependencias. Centros Educativos de la Comunidad de Madrid, p. 135).</p>

LA COMPRENSIÓN DEL FUNCIONAMIENTO DEL ENTORNO SOCIAL

Los adolescentes no sólo se enfrentan a la tarea de razonar y actuar en el marco de las relaciones interpersonales sino que deben desarrollar nociones acerca del entorno social en su conjunto. Se interesan así por el funcionamiento político, económico o ideológico de la sociedad en que viven. Diversos estudios (Adelson, 1971; Berti y Bombi, 1981; Delval, 1989; Furnham, 1988; Pozo y Carretero, 1983) atestiguan que en la adolescencia se producen ciertos avances en la representación del mundo social aunque en muchos aspectos no se llegue a una comprensión totalmente adecuada.

Delval (1989, p. 312-313) ha resumido estos progresos señalando tres aspectos fundamentales. En primer lugar, la sociedad no se concibe ya como una agrupación de elementos que funcionan aisladamente sino de sistemas múltiples en interacción y con repercusiones recíprocas. Por ejemplo, el funcionamiento del sistema económico se ve influido y a su vez repercute en la política.

En segundo lugar, los sistemas sociales no constituyen realidades estáticas, por el contrario, la evolución y el cambio histórico son elementos básicos de la realidad social. Esta característica se relacionaría con las nuevas capacidades de pensamiento hipotético de los adolescentes que, en este terreno, los hacen concebir y desear transformaciones del orden social en mucha mayor medida de la que se plantea en edades anteriores. Por último, el mundo social no se explica fundamental-

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

mente a través de las acciones de personas concretas sino como resultado de relaciones abstractas, neutras y despersonalizadas. Por ejemplo, un conflicto entre naciones no tiene por qué relacionarse con los rasgos o intenciones personales de sus mandatarios sino más bien con un vasto entramado de intereses de diferente tipo, cuya comprensión requiere tener en cuenta marcos de referencia mutuamente influyentes.



LOS JUICIOS MORALES

Una última esfera del desarrollo intelectual que debemos explorar es el desarrollo moral y los valores de los adolescentes. De hecho, a lo largo de nuestra evolución no sólo progresamos en el conocimiento de los otros, los grupos y la sociedad en su conjunto sino también en relación con los criterios que adoptamos para decidir qué es bueno o malo, qué es justo o injusto, o qué principios generales creemos que deben guiar nuestra propia conducta y la ajena.

Como en otros terrenos del desarrollo intelectual, Piaget (1932) es el autor del trabajo clásico que ha dejado más huella en el estudio del desarrollo moral. Su objetivo fue estudiar el camino que lleva a los niños desde una moral heterónoma, guiada por el respeto y la obediencia a los adultos, a la autonomía moral. Esta autonomía va de la mano del desarrollo de las capacidades sociocognitivas de adopción de perspectivas que acabamos de tratar pues exige entender que las reglas surgen de un acuerdo entre las personas y esta cooperación sólo es posible si somos capaces de situarnos en la perspectiva de los otros. Por esta y otras razones, la posibilidad de elaborar juicios morales autónomos -téngase en cuenta que no hablamos de comportamientos- no aparecería hasta finales de la niñez, principios de la adolescencia.

Dejando a un lado la obra de Piaget, la persona más influyente en esta área de investigación ha sido, sin duda, L. Kohlberg. Kohlberg (1976) describe igualmente un conjunto de estadios que intentan atrapar la evolución lógica y al mismo tiempo la evolución de la percepción social, es decir, la capacidad de ponerse en el punto de vista de los otros y comprender sus pensamientos y sentimientos.

Los seis estadios del desarrollo moral de Kohlberg se agrupan en tres niveles, denominados preconvencional (estadios 1-2), convencional (estadios 3-4) y postconvencional (5-6). Su caracterización se relaciona con el tipo de respuesta que ofrecen los sujetos a una serie de

■ CUADRO.1.15. REFERENCIAS DE LOS DIFERENTES NIVELES DE EXPLICACIÓN DEL CAMBIO SOCIAL DELVAL, 1994. P:90

NIVELES	CARACTERÍSTICAS GENERALES
I	La realidad es inmediata y perceptiva
	No se comprenden los sistemas
	La sociedad es un orden racional hecho para satisfacer las necesidades humanas
	Importancia del deseo.
	Existe la abundancia. No se comprende la escasez
	Las relaciones son sólo personales.
II	Descubrimiento de las restricciones.
	Competición social por los recursos escasos
	Las relaciones sociales son diferentes de las personales
	Comprensión de sistemas simples y relaciones entre sistemas simples.
	Comprensión de procesos diacrónicos
III	Consideración de mundos posibles
	Comprensión de competición poniéndose uno mismo en el papel del otro
	Procesos a largo plazo
	Posibilidad de comprender relaciones complejas entre múltiples sistemas
	Sesgos ideológicos

dilemas morales que describen situaciones conflictivas desde el punto de vista ético y de justicia social. El dilema más conocido plantea la situación de un hombre, Heinz, que se ve ante la disyuntiva de robar un fármaco, cuyo precio está fuera de su alcance, o dejar morir a su esposa, necesitada de tal fármaco. Al final de la historia, decide robarlo y se pregunta a los sujetos si Heinz debería hacer lo que ha hecho, si les parece que está malo bien y por qué razones. En el siguiente cuadro se ofrece un resumen de los estadios que corresponderían a cada tipo de respuesta.

■ CUADRO.1.16. RESUMEN DE LOS ESTADIOS DE RESPUESTA SOBRE DILEMA MORAL DELVAL, 1994. P.90

ESTADIO	VALOR DE LA VIDA	ARGUMENTOS
Estadio 1	La vida de la mujer no tiene un valor claro cuando entra en conflicto con la propiedad o la ley.	No da razones ni indica comprender que la vida es más valiosa que la propiedad
Estadio 2	Es el valor inmediato para el marido y la mujer. El valor de la vida de otra persona depende de la relación.	Todo el mundo desea vivir por encima de todo. Se puede reemplazar la propiedad, no la vida.
Estadio 3	El valor de la vida es el valor que ésta tenga para una persona buena y cariñosa como el marido.	A la gente deben importarles los demás y sus vidas. No eres bueno o humano si no te importan.
Estadio 4	La vida humana tiene un valor general o carácter sagrado. Los demás valores no se comparan con la vida.	La vida es valiosa porque Dios la creó y la hizo sagrada o porque es un derecho básico de las personas.
Estadio 5	El derecho a la vida está por delante del derecho a la propiedad. Hay cierta obligación de robar por alguien que se está muriendo	Todo el mundo debe anteponer lógica y moralmente el derecho a la vida de las personas a otros derechos.

En general, en el estadio preconventional, las reglas y las expectativas sociales son algo externo al yo, los individuos actúan movidos por la intención de evitar los castigos y obedecer acríticamente a la autoridad. En el nivel convencional, el yo se identifica con las reglas y las expectativas de los otros o las interioriza. Por último, en el nivel postconvencional; los valores se definen en función de los principios escogidos por la propia persona, sin presión de la autoridad o las reglas (Kohlberg, 1976, p. 74 de la trad. cast.). Los adolescentes se situarían mayoritariamente en el segundo nivel aunque algunos pueden encontrarse en el primero o en el último. Este hecho resulta importante, tanto teórica como social y educativamente, ya que supone que la mayoría de los jóvenes muestran principios morales que dependen del punto de vista de otra personas, es decir, actúan teniendo en cuenta su propio beneficio (estadio 3) o, en un gran porcentaje, la aprobación de los otros (estadio 4), especialmente, su grupo de compañeros. No debemos olvidar, sin embargo, que una misma persona puede elaborar razonamientos morales clasificables en diferentes estadios y niveles y que, en adolescentes de más de 16 años, las investigaciones encuentran juicios que mezclan rasgos de los estadios 4 y 5 (final del nivel convencional y comienzo del postconvencional).

Desde nuestro punto de vista, lo que resulta fundamental subrayar es el papel que puede cumplir el ambiente en el desarrollo moral una vez comprobado que, con independencia de variables individuales y sociales, los últimos niveles de desarrollo los alcanzan una minoría de personas y ni siquiera un estadio avanzado de razonamiento lógico los asegura. Delval y Enesco (1994), a partir de reflexiones e investigaciones propias y de otros autores, señalan el papel de la familia, las instituciones educativas y la sociedad en general en la estimulación u obstaculización del progreso moral. En todos los ámbitos, parece que la utilización de la explicación y el diálogo a la hora de establecer normas, la posibilidad de explicitar, discutir y clarificar los valores de uno mismo, de los otros y de nuestra sociedad, pueden tener algunos resultados beneficiosos sobre los razonamientos y la conducta ética. Sabemos, sin embargo, que las relaciones entre razonamiento y conducta no son siempre simples ni directas aunque exista una relación estadística significativa, por ejemplo, entre estadios superiores de razonamiento moral y mayor resistencia a las presiones externas (Blasi, 1980, p. 385 trad. cast.). En cualquier caso, la vida cotidiana de cualquier adolescente junto con sus nuevas posibilidades de razonar sobre lo hipotético asegura un extenso abanico de situaciones que podrían utilizarse con fines educativos como materia para la reflexión.

LA ETAPA DE LA ELECCIÓN PROFESIONAL.



LA ELECCIÓN PROFESIONAL

Hay varias razones psicológicas básicas que explican la importancia de la elección vocacional.

Todas las personas necesitamos satisfacer nuestras necesidades de reconocimiento, elogio, aceptación, aprobación, amor e independencia. Una forma de conseguirlo es asumiendo una identidad vocacional, convirtiéndose en “alguien” a quien los demás puedan reconocer ya quien puedan conceder satisfacción emocional. Identificándose con una vocación particular, las personas encuentran una identidad, autorrealización y satisfacción con uno mismo. Las aspiraciones vocacionales altas son a la vez una consecuencia de una alta autoestima y un factor que contribuye a una autoimagen superior (Chiu, 1990)

Para los adolescentes que adoptan una posición filosófica ante la vida, su vocación es un medio para lograr las metas y propósitos de su vida. Si los adolescentes creen que la vida tiene un significado y un propósito, se esfuerzan por encontrar y vivir ese significado y propósito en su forma de emplear el tiempo, su talento y energía. Una forma es mediante el trabajo que realizan. La elección vocacional no sólo implica preguntarse: “¿Cómo me puedo ganar la vida?”, sino cuestionarse: “¿Qué voy a hacer con mi vida?”

Para los adolescentes preocupados, por servir a los demás -dar respuesta a las necesidades de otras personas o mejorar la sociedad en la que viven, la elección de una vocación dependerá de las necesidades que les parezcan más importantes y que mejor puedan satisfacer con un trabajo. Buscan una vocación en la que puedan ser útiles. Para los adolescentes que quieren ser prácticos, la elección implica descubrir los tipos de trabajo en los que hay más empleo, los que están mejor pagados y tienen mayores beneficios, en los que están más interesados y para los que están mejor capacitados. Tales opciones están basadas principalmente en motivos económicos,

consideraciones prácticas y en las capacidades e intereses personales. Para otros jóvenes, buscar una profesión se convierte en un medio para demostrar que son mayores, independientes económicamente, emancipados de los padres y capaces de ganarse la vida. Para ellos, ir a trabajar supone un medio para entrar en el mundo adulto.

En el mejor de los casos, elegir una vocación es una tarea cada vez más difícil conforme la sociedad se hace más compleja. Si es posible, los adolescentes deben llevar a cabo una elección racional y meditada de las vocaciones. Si fracasan en el intento de identificarse con el tipo de trabajo para el que están dotados y en el que pueden encontrar satisfacción y realización, su falta de identificación vocacional reflejará su fracaso aún mayor para descubrir su propia identidad. En cierto sentido, habrán fracasado en el intento de descubrir qué sentido tienen sus vidas.



LAS INFLUENCIAS EN LA ELECCIÓN PROFESIONAL



LOS PADRES

Los padres influyen en la elección de la profesión de sus hijos de varias formas. Una forma de influir es mediante la herencia directa: si un hijo o hija hereda el negocio de los padres parece más fácil y sensato continuar el negocio familiar que empezar por su cuenta. De igual forma ejercen su influencia proporcionando la preparación necesaria.

Influyen en los intereses y actividades de sus hijos desde el momento en que son pequeños mediante los materiales que les proporcionan para jugar, fomentando o desanimándolos en determinadas aficiones o intereses, potenciando que sus hijos participen en ciertas actividades y a través de las experiencias totales que les proporcionan en la familia. La influencia de los hermanos también es importante para estimular los intereses masculinos y femeninos.

Los padres proporcionan modelos de rol para que sus hijos los sigan. Aunque los padres intenten no ejercer ninguna influencia consciente y directa, la influencia del ejemplo está ahí, sobre todo cuando el niño se identifica mucho con uno o ambos padres.

Los padres, a veces, dirigen, ordenan o limitan las elecciones de sus hijos insistiendo que no vaya a cierta escuela o que se matriculen en determinada rama o que empiecen una carrera determinada. Los padres que hacen esto sin considerar el talento, intereses y deseos de su hijo adolescente quizás le estén condenando a una vida profesional en la que no estará satisfecho. A menudo un adolescente no tiene muchas objeciones y accede a la decisión de los padres por el deseo de agradar y porque no sabe qué otra cosa hacer. Uno de los motivos de que los padres actúen así es porque intentan que el niño tenga una profesión que ellos querrían haber tenido pero nunca lo consiguieron; los padres viven indirectamente a través del hijo.

Otro motivo es que los padres tienen una profesión en la que han encontrado la satisfacción, y así animan al adolescente a compartir sus metas porque están seguros que a él también le gustarán.

La influencia de los padres en sí es decisiva y de suma importancia en la elección de una carrera profesional; a veces como modelos directos, al ejercer una profesión o estimulando activamente al adolescente para que realice su elección.

Aunque también algunos padres al tener expectativas educativas y profesionales muy bajas para sus hijos limitan las posibilidades de éstos en su elección vocacional.

En un estudio realizado sobre dinámica familiar (Penick y Jepsen, 1992) la cual se definió como la capacidad de la familia para alcanzar objetivos, se encontró

que aquellas familias que mostraban un estilo familiar democrático y eran capaces de resolver los conflictos ejercían mucha influencia en el desarrollo de la carrera de sus hijos.



LOS AMIGOS

En realidad, la mayoría de los adolescentes tienen planes que concuerdan con los de sus padres y amigos. De esta forma, los amigos refuerzan las aspiraciones paternas porque los adolescentes se juntan con compañeros cuyas metas son consistentes con las metas de sus padres.

Se ha observado que, en gran medida, para que los adolescentes de clase obrera asciendan necesitan las influencias tanto de padres como de los compañeros. Aquellos adolescentes con mayor probabilidad de aspirar a ocupaciones de alto nivel son los que tanto sus padres como amigos influyen en esa dirección. Y es menos probable que tengan grandes aspiraciones si no tienen ninguna de estas influencias.

OTROS FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCIÓN VOCACIONAL

La inteligencia, en primer lugar se ha relacionado con la capacidad del individuo para tomar decisiones, los adolescentes más brillantes hacen una elección de acuerdo con sus habilidades intelectuales, intereses, capacidades y oportunidades de recibir preparación. Los menos brillantes es más probable que hagan una elección menos realista.

En segundo lugar, la inteligencia se ha relacionado con el nivel de aspiración, los estudiantes con mayor rendimiento tienden a aspirar a profesiones más altas.

En tercer lugar, la inteligencia se relaciona con la capacidad del individuo para tener éxito o fracaso en una determinada ocupación.

Sin embargo un alto cociente intelectual no es garantía de éxito ni un cociente intelectual bajo es un predictor de fracaso. El interés, la motivación, otras capacidades y

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

varios rasgos de personalidad determinan el éxito tanto como la inteligencia.



CÓMO INFLUYE EL HOGAR EN LOS LOGROS ACADÉMICOS



La calidad en la interacción entre los miembros de una familia tiene una marcada influencia sobre el éxito escolar.

Los estudios sobre las relaciones familiares de brillantes alumnos comparados con los de bajo rendimiento muestran que a menudo los primeros dicen que comparten con sus padres los momentos de diversión y las ideas, los describen como comprensivos, tolerantes, confiados, afectivos y que les animan (sin presionar) a superarse, y que no son abiertamente restrictivos o con una disciplina severa.

Un estudio sobre alumnos de secundaria observó que una excesiva autonomía a en la toma de decisiones en la familia está asociada con menores niveles de esfuerzo y calificaciones más bajas, mientras que la toma de decisión conjunta está asociada con mayor esfuerzo y calificaciones más altas en ambos sexos, independientemente de la etnia y el status socioeconómico.

Los jóvenes que provienen de hogares conflictivos tienen más tendencia a tener bajos rendimientos y a abandonar los estudios que los que provienen de familias unidas, no conflictivas.

Un estudio (Steinberg, Lamborn, Dornbusch y Darling, 1992) midió el impacto de los estilos paternos sobre el rendimiento escolar. Se estudió el estilo autoritario, la implicación con la escuela y la motivación para superarse. Los investigadores indicaron que los estudiantes que describían a sus padres con autoridad -cálidos, firmes y democráticos- tenían un mejor desarrollo escolar y una implicación escolar más fuerte que otros compañeros. El estudio longitudinal indicó que el estilo paterno democrático es el que conduce al éxito en la escuela.

El estilo paterno democrático se asoció a mayores niveles de implicación en la escuela y a más motivación para el éxito académico. Un resultado más importante fue que la implicación de los padres explicaba también una mayor implicación en las actividades escolares y un mejor comportamiento en la escuela por parte de los adolescentes. Los investigadores llegaron a establecer con cierta confianza que la implicación de los padres en la escuela conduce realmente a la mejora en el rendimiento escolar en los hijos. (Rice, P. 2000)

ARBOL PROYECTO DE VIDA



PROYECTO DE VIDA.

Qué es un proyecto de vida

CONCEPTUALIZACIÓN DEL PROYECTO DE VIDA

Cuando nombramos al conjunto de actividades coordinadas e interrelacionadas cuyo propósito es cumplir un objetivo, estamos haciendo referencia a la palabra "Proyecto". En tal sentido podemos afirmar que un proyecto de vida es la vía que marca una persona para darle un sentido a su existencia.

Basándose en los valores que se le fueron inculcados, el hombre planea las acciones que tomará en su existencia con el fin de llegar a cumplir con sus metas y deseos. Así el proyecto de vida de esa persona será

como un programa sistematizado y ordenado para lograr cumplir con sus objetivos.

Cuando hablamos de un proyecto de vida, como ya lo hemos mencionado líneas antes, supone la elección de ciertas direcciones o vías actitudinales pero también la exclusión de otras, estas acciones que excluimos pueden generar conflictos existenciales y llevar a un estado de indecisión. Si tomamos como ejemplo un marco de una situación normal cuando a una persona le llega el momento de escoger una carrera universitaria, se enfrenta a una decisión que afectará su vida en muchos aspectos, desde el ámbito laboral hasta el ámbito social y sobre todo el saber que la elección tendrá como efecto inmediato el descarte del resto de opciones; esto proceso resulta ser un desafío difícil de superar para muchos jóvenes.

Por otro lado también está la presión de la familia que por lo general el primer problema al que se enfrenta una persona a lo largo de su desarrollo. En nuestra sociedad peruana los padres suelen comunicarse con sus hijos de manera indirecta y también suelen ser sobreprotectores, de esta manera van incrementando la sensación de incertidumbre a la hora de tomar decisiones por sí mismos. Si queremos mencionar un ejemplo de una comunicación indirecta de padres a hijos, esta cuando una madre regala a su hijita una muñeca bebe no le está diciendo directamente “quiero que te prepares para ser madre” otro mensaje indirecto en dicha acción es “si cuando creces decides no tener hijos te convertirás en la vergüenza de la familia”; sin embargo tampoco le expresa que no tiene la obligación de hacerlo y que tiene total libertad para que el niño o niña escoja su propio camino. Con el transcurrir del tiempo llega la influencia de los amigos, los mismos que acarrear a su vez la confusión causada por sus mismos padres.

Está demostrado que la infancia está comprendida por las etapas más importantes de la vida, es por eso que en el intervalo del tiempo que dura la infancia un mensaje mal decodificado puede convertirse en la causa de un problema psicológico que marque a una persona para siempre. Como sabemos, los niños no suelen cuidar sus palabras, ya que hasta cierta edad no bloquean sus sentimientos e ideas como sí lo harán los adultos. Esto se ve como una falsedad para quienes, por ejemplo, soportan injusticias en su trabajo y no tiene la libertad de insultar a sus jefes y seguir adelante. Sin embargo la absoluta sinceridad y espontaneidad puede ser muy saludable para quien se libera de su angustia pero muy perjudicial para quien lo recibe y carece de las herramientas mentales para comprenderla; un ejemplo sobre esto es cuando un niño sufre de abusos psicológicos en su casa por alguno o ambos padres y este niño intenta descargar contra un compañero de clase la frustración que

le generan los malos tratos. Es muy probable que adopte una posición similar a la de su agresor, y que repita las frases despectivas que recibe a diario buscando a alguien más débil que él, para que su descarga surja efecto.

El proyecto de vida tomado como paradigma en muchas sociedades consiste en completar los estudios secundarios, escoger una carrera universitaria y cursarla con honores, casarse con una persona del sexo opuesto, comprarse una casa y tener hijos.

Un proyecto de vida le da un “por qué” y un “para qué” a nuestra existencia, y con esto le otorga sentido al presente, porque de alguna u otra manera se vive del presente pero sin perder de vista que nuestro futuro lo construimos día a día.

Cuando finalizamos fases importantes en nuestras vidas, como acabar la carrera universitaria o sacar tu título de magister o doctor en tu especialidad o profesión, llega el momento en decidir concretamente Qué hacer de nuestras vidas. (Gonzales Quiñones, César Augusto en Monografías. com)

COMO ELABORAR UN PROYECTO DE VIDA

Inicialmente haremos una amplia y profunda reflexión sobre los elementos necesarios en la construcción de un proyecto de vida, nuestras circunstancias, lo que somos en todos los aspectos de nuestra vida y personalidad y lo que queremos ser, la que utilizaremos como insumo en la construcción, paso a paso del proyecto vida siguiendo lo punteado en el apartado.

I. ELEMENTOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UN PROYECTO DE VIDA

La elaboración de un proyecto de vida, debe considerar aspectos tales como: el entorno y conocimiento de la persona; la búsqueda de información para satisfacer las inquietudes y posibilidades que nos rodean para alcanzar las metas propuestas; y la flexibilidad, que no debe faltar, pues los seres humanos poseen múltiples intereses, habilidades y la capacidad de rectificar, además los resultados no dependen sólo de la persona.

Al definir un proyecto de vida las personas podrán defender lo que piensan, sus intereses y formarse un carácter menos vulnerable al medio.

1. El punto de partida: la situación personal:

En un primer momento debemos reflexionar respecto tanto a las fortalezas que poseemos como de las debilidades que también forman parte tanto de manera personal como del medio en el que te desenvuelves. Debemos enumerar:

- A) Las fortalezas que poseo:
- B) Las debilidades que me obstaculizan:

2. Revisar la autobiografía

A través de la respuesta a las siguientes preguntas:

1. ¿Quiénes han sido las personas que han tenido mayor influencia en mi vida y de qué manera?
2. ¿Cuáles han sido mis intereses desde la edad temprana?
3. ¿Cuáles han sido los acontecimientos que han influido en forma decisiva en lo que soy ahora?
4. ¿Cuáles han sido en mi vida los principales éxitos y fracasos?
5. ¿Cuáles han sido mis decisiones más significativas?

3. Reflexionar sobre los rasgos de su personalidad

Y enunciar 5 aspectos que más le gustan y 5 que no le gustan con relación a:

1. Aspecto físico
2. Relaciones sociales
3. Vida espiritual
4. Vida emocional
5. Aspectos intelectuales
6. Aspectos vocacionales

4. Definir quién soy a través de la respuesta a las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son las condiciones facilitadoras o impulsadoras de mi desarrollo?
(tanto personales como las existentes en el medio).
2. ¿Cuáles son las condiciones obstaculizadoras o inhibitorias para mi desarrollo?
(tanto personales como las existentes en el medio).
 - a. Es posible el cambio
 - b. Es factible el desarrollo
 - c. No es posible cambiar (justificar porque no)
3. Organice la información obtenida teniendo en cuenta los siguientes aspectos:
4. ¿Cuál será el plan de acción a seguir?

5. Definir: ¿Quién seré? Planteándose el cómo convertir los sueños en realidad

1. ¿Cuáles son mis sueños?
2. ¿Cuáles son las realidades que favorecen mis sueños?
3. ¿Cómo puedo superar los impedimentos que la realidad me plantea para realizar mis sueños? ¿Cómo puede potenciar o enriquecer mis condiciones facilitadoras? ¿Cómo puedo enfrentar las condiciones obstaculizadoras?

4. ¿Cómo sé que logré realizar lo que quería?
¿Cuáles serán las soluciones? ¿Cuáles serán las acciones derivadas a seguir?

6. Elaborar suprograma de vida

1. El propósito de mi vida. es...
2. Analizo mi realidad para realizar el plan de acción: ¿Cuál es mi realidad? ¿Qué tengo? ¿Qué necesito? ¿Qué puedo hacer? ¿Qué voy a hacer?

II. PASOS HACIA EL PROYECTO DE VIDA

Reconocer el terreno

OBJETIVO :

El objetivo es conocer las bases con que cuenta una persona para construir su proyecto de vida. Debe propiciar una sana aceptación de sí mismo y de las circunstancias que lo rodean, sin que ello quiera decir que deba contemporizar con todo lo que pueda ser superado.

PUNTO DE PARTIDA:

El punto de partida no será, como algunos podrían pensar la contemplación de realidades ajenas a nuestra propia vida. Al iniciar la temática partiremos del momento de la vida en el que ustedes se encuentran. Este momento tiene dos características fundamentales:

En primer lugar la edad. La adolescencia o primera juventudes trascendental en la vida del hombre. Es ahora cuando el crecimiento se manifiesta más palpablemente. Este es el momento crucial en que, por así decirlo, se están haciendo hombres. Están experimentando cambios en el cuerpo, en la mente, en el corazón, en la conciencia, en todo el ser, que indica a las claras que el niño de ayer va dando paso al adulto de mañana. Se halla en una edad de transición, en la etapa que va dejando atrás a la niñez y que va acercando a la madurez.

Al nacer recibieron el ser de sus padres. Pero ahora sienten una nueva vida en ustedes. Hoy el ímpetu de la inteligencia, de la libertad, de los instintos, de los sentimientos, del amor reclama la propiedad y la responsabilidad de vida en sus comienzos a sus progenitores. Se encuentran en la búsqueda de una personalidad atractiva y definida. Pero esta edad, bella y trascendental, es a su vez difícil, pues los cambios son frecuentemente tan rápidos y profundos que llegan no pocas veces a crear situaciones conflictivas e imaginables.

La segunda característica de este momento de la vida es estar estudiando, esto añade a la característica anterior la edad, una nota importante: en este tiempo tienen ustedes que tomar decisiones, muchas de las

cuales pueden marcar o determinar definitivamente sus vidas.

En conclusión, en el momento actual sienten que deben tomar la vida en sus propias manos, proyectarla hacia delante y tomar serias decisiones y a cada uno pueden surgirle las preguntas: ¿Qué hago yo con mi vida?, ¿Qué hago yo después de salir de estudiar?

Estas preguntas pueden crearles inseguridad, precisamente porque las respuestas pueden ser múltiples. Es como si se fueran acercando a una glorieta de donde parten muchos caminos: el del trabajo o el de la inactividad. Y dentro de la escuela, del trabajo o del estado de vida las posibilidades para cada uno son muchas: ¿A qué actividad me dedico?, ¿Qué estado de vida escojo?

Pero hay una pregunta fundamental para este momento en el que tienen que tomar tantas decisiones: ¿Sobre qué valores, actitudes o comportamientos voy a apoyar mi vida?, ¿Sobre el egoísmo?, ¿el individualismo?, ¿el placer?, ¿el dinero?, ¿la explotación de los otros?, ¿el libertinaje? o ¿sobre el servicio?, ¿el amor?, ¿la justicia?.. ¿La sencillez? La respuesta no es sencilla. Decidir no es fácil.

Según el tipo de respuestas que escojan, va a ser el sentido de sus vidas. Existen numerosas personas que habiendo podido conducir su vida por una autopista, la echaron por una carretera de piedras. Es lamentable caminar sufriendo golpes cuando de la mano de uno estuvo el evitarlos. Y lo malo es que a cierta edad es muy difícil echar para atrás. A veces hasta la reversa se estropea.

Un proyecto de vida es tan fundamental como para un ingeniero los planos sobre los que va a construir un edificio o un puente. Una obra de este tipo sin un proyecto está amenazada de ruina. Por esos para un ingeniero el momento más importante es aquel en que se retira para idear el proyecto que hará realidad su obra. Lo demás, contratar trabajadores, conseguir materiales o colocar ladrillos, es relativamente fácil. Es en la existencia humana, como la ingeniería, es fundamental un proyecto de vida. Si ustedes tienen la curiosidad de preguntar a la gente de la calle porque vive o si está contenta con lo que está haciendo, un alto porcentaje después de recuperarse de la sorpresa de haberse planteado por primera vez estas preguntas, responderá negativamente. Así está de mal el mundo, en la familia, en el trabajo, en la vida social y política. ¿Quién de ustedes desearía vivir en un edificio donde el 70% de los ladrillos, vigas, pilares, etc., estuvieran mal colocados? Estaría loco. Por eso nuestra sociedad está de psiquiatra. Existe mucha gente decepcionada, angustiada, triste, desesperanzada. Carece de un sentido de la existencia. Y cuando esto ocurre, es como naufragar en el océano a la deriva.

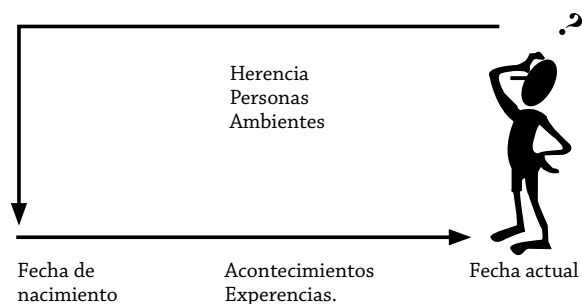
Llamamos proyecto al conjunto de valores, actitudes, y comportamientos que debe poner el hombre para que su vida tenga una orientación y un sentido autentico.

RECONOCER EL TERRENO :

Antes de diseñar el proyecto, es necesario dar un paso previo: reconocer el terreno. No es lo mismo edificar una casa sobre arena o tierramovediza que sobre piedra, o sobre un terreno plano que sobre un terreno quebrado.

Lo primero que tenemos que hacer es reconocer nuestro propio terreno. Esto es, preguntarnos: ¿quién soy yo?, ¿cómo estoy yo? Las respuestas a estas preguntas les deben iluminar y ofrecer las bases para su propio proyecto de vida.

Primer paso: como en la figura se señalan dos fechas separadas la de tu nacimiento y la del día de hoy. Piensa en el momento presente: hoy tú tienes una personalidad determinada que no ha sido conformada por fuerzadel destino o del azahar. Tú eres fruto de una serie de factores que a lo largo de los años ha ido modelando tu personalidad. Vas a mirar retrospectivamente tu vida y tomarás conciencia de esos dos factores aun de los más remotos y vas a tomar nota de cómo han influido



o están influyendo en la formación de tu personalidad.

Primer factor : Herencia genética : Tu sexo, tu color, tu salud, tu estatura, tu peso, tu apariencia, externa, tu inteligencia. ¿Aceptas todo esto? ¿Te han creado baja autoestima?

Segundo factor: Personas: Tus padres y demás familiares, profesores, amigos (as), novios (as), ídolos del cine, de la televisión, del deporte. Su ejemplo, su forma de actuar o de pensar ¿cómo están influyendo o como han influido en ti?

Tercer factor: Ambientes: Tu ambiente familiar, social, escolar o geográfico. ¿Cómo influyen o han influido en ti el dinero o la pobreza, la competencia o el individualismo, las apariencias sociales, los patrones sociales y culturales impuestos por tus mayores o por los medios de comunicación y la propaganda, un hogar mal o bien constituido.

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

Cuarto factor: Acontecimientos : hechos trascendentes que hayan influido o que estén influyendo en tu vida como la muerte de un ser querido, el nacimiento de un hermano, una quiebra económica, un accidente, un fracaso escolar, una separación familiar, un cambio de ciudad, barrio o de colegio.

Quinto factor: Experiencias que has vivido: en el campo familiar, escolar, social, afectivo, sexual, éxitos, fracasos, desilusiones, etc.

Segundo paso: imagínate que recibes una carta de un joven de un país lejano que te ofrece su amistad, en su carta de hace una pregunta: ¿cómo eres tú? Tú debes responderle de una manera sincera y precisa.

Tercer paso: vas a tratar de describir tu problemática personal. En el gráfico tienes las áreas básicas de tu vida. Sobre una valoración de 10 vas a sombrear cada columna. Por ejemplo, en familia estimas que debes colocarte en la posición positiva de 8; esto significa que tienes una posición negativa de 2 en este caso traza una línea horizontal en el 8 de la parte superior y otra en el 2 de la parte inferior. Procura analizar el cuadro, relaciona un área con otra y pregúntate sobre las posibles causas de tu problemática. (Autora: Ana Judith Quevedo Barragán).

■ POSICIOGRAMA

¿COMO ESTÁS...?

10	Contigo mismo	Con tu familia	Con tus estudios
9			
8			
8			
7			
6			
5			
4			
3			
2			
1			
-1			
-2			
-3			
-4			
-5			
-6			
-7			
-8			
-9			
-10			

3. Desarrollo psicosocial en la adolescencia



COMPRENSIÓN DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD DEL ADOLESCENTE.

La adolescencia es un fenómeno suficientemente complejo como para que se resista a ser descrito de manera resumida y siguiendo unas grandes líneas. A partir de lo que hemos estado viendo, podemos darnos cuenta de que la cantidad de factores que intervienen y las intrincadas relaciones que mantienen entre ellos hace arriesgado realizar afirmaciones tajantes y válidas en todos los casos, sin que vayan acompañadas de numerosas precisiones. Por ello existe el riesgo inevitable de tener que contentarse con ofrecer un panorama impresionista, siempre necesitado de matizaciones y muy de sentido común.

Lo que parece fuera de duda es que la adolescencia es un fenómeno determinado en buena medida por la sociedad en la que se produce, y que por ello puede adoptar diversas formas, según la interacción que se produzca entre los cambios físicos y psicológicos, por un lado, y las resistencias sociales, por el otro.

El hecho desencadenante es que se inician cambios físicos y psicológicos que proporcionan al joven las capacidades y las posibilidades que tienen los individuos maduros, pero lo que le falta es la experiencia y poder sacar partido de las posibilidades que sus nuevas capacidades le ofrecen. El sujeto se tiene que insertar en la

sociedad adulta y hacerse un hueco en ella. Pero el que posea las posibilidades de los adultos no le garantiza un puesto igualitario en la sociedad de los mayores. Además, como esos puestos están determinados de antemano y los hombres, como todos los mamíferos sociales, viven en una sociedad jerárquica, hay que lograr un lugar compitiendo con los otros.

Los hechos fundamentales se pueden resumir en los siguientes:

El/la joven experimentan unos cambios físicos a los que tienen que habituarse, lo que resulta difícil por la rapidez con la que se producen. Tienen que construir un autoconcepto y una identidad nuevos, que incluyan cómo se ven a sí mismos y cómo les ven los demás. Los jóvenes tienen que hacerse un hueco en la sociedad adulta para lo que encuentran resistencias de los adultos, que pueden sentirse amenazados por ellos. En su búsqueda de independencia se cambian los lazos con la familia y muchas veces se produce un rechazo hacia los padres, pero los jóvenes siguen siendo muy dependientes, no sólo material, sino también afectivamente.

La ruptura de la identificación con los padres se ve compensada por la admiración hacia figuras alejadas que adquieren una dimensión simbólica, o incluso mediante la identificación con creencias o ideales de vida más abstractos. Pero esa modificación en los lazos familiares se ve facilitada por el establecimiento de nuevas relaciones afectivas con los amigos y la amistad adquiere una importancia que no tenía antes. También se produce el descubrimiento del amor y, eventualmente, de las relaciones sexuales. Como consecuencia de todo ello, y muy determinado por la respuesta social, a veces se producen desajustes y trastornos, que generalmente no son graves, pero pueden serlo en algunos casos y que se manifiestan en el consumo de drogas, en la huida de la casa familiar, en embarazos no deseados, o incluso en el suicidio o la muerte en accidente.

El carácter más determinante de la adolescencia y al que pueden reducirse los demás es la entrada y la inserción en el mundo de los adultos.

El final del crecimiento físico es la condición biológica que hace esto posible y en ese sentido actúa como una precondition. Esa entrada en el mundo adulto está condicionada también por la adquisición de la capacidad reproductiva, lo cual muestra el entronque profundo con las determinaciones biológicas. Desde el punto de vista psicológico, los rasgos esenciales son que el niño deja de ser niño, porque ya ha crecido y tiene las características físicas de los adultos, y tiene que obtener un lugar en el mundo de éstos. Eso supone simultáneamente intentar ser como éstos y, al mismo tiempo, oponerse a ellos, tratando de ocupar su puesto. Recíprocamente, el adolescente encuentra una oposición de los adultos que le consideran todavía como inmaduro y falto de experiencia. Creo que esta ambivalencia respecto al mundo debe los jóvenes tienen confianza en sus propias posibilidades pero no son muy sensibles a sus limitaciones, algo que comprenderán como efecto de las resistencias que van a encontrar.

La adolescencia no es un período unitario, sino que puede dividirse en varias fases que están determinadas por el tipo de sociedad.

Puede distinguirse un período inicial, o adolescencia temprana, en el que tienen lugar los rápidos cambios físicos, que apenas dan tiempo para que el joven se habitúe a ellos, donde los chicos/as empiezan a verse distanciados de sus padres y de su condición anterior de niños. En la adolescencia tardía, se ha producido ya la asimilación de esos cambios y empiezan a hacerse planes respecto a la vida futura, el/la joven se hace más independiente de la vida familiar, pasa mucho tiempo fuera de la casa, con los amigos, y saca partido de los cambios referentes a la vida social y al pensamiento. Algunos autores prefieren hablar de tres etapas y distinguir un período temprano, uno intermedio y uno tardío. (Delval, 2007)



LA BÚSQUEDA DE LA IDENTIDAD

Una de las primeras cosas que tiene que conseguir el adolescente es asimilar los rápidos cambios físicos que está experimentando. Su cuerpo cambia, su voz cambia, aparecen los caracteres sexuales secundarios y todo ello

hace que la imagen que tiene de sí mismo se modifique. Nuestra propia imagen corporal es algo importante en todas las edades, pero para el adolescente temprano puede llegar a ser algo crucial, por varias razones.

En primer lugar, los cambios no tienen lugar en todos los adolescentes a la vez, hay grandes diferencias individuales. Algunos crecen demasiado deprisa, y son mucho más altos que sus compañeros; otros, en cambio, empiezan a crecer más tarde y siguen siendo niños frente a los compañeros de su misma edad, lo que les provoca el miedo de quedarse pequeños. En algunos estudios se ha encontrado que los que maduran lentamente suelen ser más inquietos y necesitan constantemente atraer la atención de los demás, como para mostrar que están ahí. En cambio, los que maduran pronto suelen sentirse más seguros y convertirse en los individuos dominantes de su grupo. El peso también es objeto de preocupación. Es muy frecuente que las chicas quieran perder peso, y eso puede conducir incluso a la anorexia, un trastorno que puede ser muy grave, mientras que bastantes varones, a los que el estirón les da un aspecto larguirucho y desgarbado, querrían aumentado.

En segundo lugar, el adolescente presta gran atención a la opinión de los otros y le importa mucho lo que piensen de él y cómo le vean, y además tiende a sentirse el centro de las miradas de todos, en esa manifestación de egocentrismo social. A muchos les preocupa el acné, que frecuentemente aparece en la cara y que se debe a un exceso de producción de grasa de las glándulas sebáceas, que irrita los tejidos circundantes. El crecimiento de los pechos en las chicas es también un motivo de preocupación, tanto si es lento, como si es rápido, por esa tendencia a no alejarse de la media. En nuestra cultura se exageran estas inquietudes, por la importancia que se atribuye a la imagen corporal ya ser atractivo/a, sobre lo que se insiste continuamente en los medios de comunicación.

En la adolescencia se observan, entonces, importantes cambios en el concepto de sí mismo más simple y muy referido a rasgos externos y materiales. Como respuesta a la pregunta «¿quién soy?», suelen contestar haciendo referencia a rasgos físicos, a la actividad que realizan o a los objetos que poseen (Montemayor y Eisen, 1977). Un chico de nueve o diez años puede aludir a que es un niño, que estudia el quinto año, que vive en la calle X, que tiene dos hermanos, que le gusta jugar al fútbol y ver la televisión, que tiene una bicicleta y unos patines, que le divierte jugar con una consola. En cambio, a partir de los doce años las descripciones pasan a referirse a aspectos

más psicológicos y a las relaciones con los otros. Un chico puede describirse diciendo que es una persona, que tiene bastantes amigos, que le gusta salir a pasear con ellos, que le gusta una chica, que a veces no sabe realmente lo que quiere, que le gustaría hacer las cosas mejor, que tiene la sensación de ser dos personas distintas, una cuando está con sus amigos y otra con su familia, que a veces siente que no es lo suficientemente sincero.

El auto concepto de los adolescentes es mucho más complejo y es el producto resultante de las aspiraciones propias y de la imagen que devuelven los demás. Esa imagen reflejada es esencial, pero no siempre exacta y pueden llegar a producirse deformaciones tremendas.

Todos queremos ser los mejores, al menos en un ámbito, y tenemos miedo a no destacar y a que los otros no nos aprecien. Los adolescentes experimentan grandes oscilaciones, que van desde sentirse excepcional, a situarse muy por debajo de los compañeros. Es una etapa de tanteos hasta encontrar el justo lugar, en la que existe un gran miedo al ridículo. Esa «audiencia imaginaria» de la que habla Elkind atormenta al adolescente y le hace sentirse escrutado por los demás.

Cada uno de nosotros va construyendo una noción de identidad personal que implica una unidad y continuidad del yo frente a los cambios del ambiente y del crecimiento individual. Esa identidad es el resultado de la integración de los distintos aspectos del yo, entre los cuales puede incluirse el autoconcepto. El psicoanalista Erik Erickson (1950, 1968), es el que ha popularizado el concepto de identidad y sobre todo la noción de «crisis de identidad». Erickson ha dividido el desarrollo humano, desde el nacimiento a la edad madura, en ocho estadios, cada uno de los cuales supone superar una crisis. Pero es en la adolescencia cuando se produce la crisis principal y hay que construir la identidad del yo, a la que se opone el sentimiento de difusión de la identidad. Los adolescentes tratan de sintetizar sus experiencias anteriores, y se apoyan en el sentimiento de confianza o inseguridad que han adquirido en las distintas etapas de la infancia, para alcanzar una identidad personal estable; el haber superado satisfactoriamente las crisis anteriores hace posible abordar ésta con más posibilidades de éxito.

Erickson resume así las tareas de la adolescencia: He denominado sentimiento de identidad interior a la integridad que ha de lograrse en este estadio. A fin de experimentar la integridad, el joven debe sentir una continuidad progresiva entre aquello que ha llegado a ser durante los largos años de la infancia y lo que promete ser en el futuro; entre lo que él piensa que es y lo que percibe que los demás ven en él y esperan de él. Individualmente hablando, la identidad incluye (pero es más

que la suma de todas) las identificaciones sucesivas de aquellos años tempranos en los que el niño quería ser -y era con frecuencia obligado a ser- como la gente de la que dependía. La identidad es un producto único que en este momento enfrenta una crisis que ha de resolverse sólo en nuevas identificaciones con compañeros de la misma edad y con figuras líderes fuera de la familia. La búsqueda de una identidad nueva y no obstante confiable quizá pueda apreciarse mejor en el constante esfuerzo de los adolescentes por definirse, sobre definirse y redefinirse a sí mismos y a cada uno de los otros en comparaciones a menudo crueles (Erickson, 1978, pp. 71-72).

Según Erickson la sociedad en la cual trata de integrarse el adolescente tiene la función de guiar y limitar las elecciones del individuo. Las sociedades primitivas realizan ceremonias de iniciación que facilitan esa integración, mientras que en nuestras sociedades es una tarea menos dirigida, y por ello más difícil.

A partir de las ideas de Erickson, James Marcia (1964, 1980) ha tratado de estudiar cómo se resuelve la crisis de identidad en los adolescentes tardíos. Marcia encuentra que hay cuatro estatus de identidad, que llama difusión de la identidad, exclusión, moratoria y logro de la identidad. Para establecerlos tiene en cuenta que se produzca o no un periodo de crisis o toma de decisión, y el compromiso personal respecto a la ocupación y la ideología. La combinación de ambos aspectos determina esos cuatro estatus o niveles de identidad, que hemos resumido y explicado en el cuadro 1.17.

Lo que sostienen algunos estudios es que los individuos que han establecido mejor su identidad están más adaptados a las situaciones sociales, tienen una confianza mayor en ellos mismos y más facilidades para relacionarse con los demás. Pero, en sentido estricto, la identidad no se termina de establecer nunca definitivamente y puede haber otras crisis de identidad en la edad adulta.

Los resultados fueron sorprendentes. Mientras los hombres en moratoria se parecían más a los que habían logrado la identidad, las mujeres que parecían más cerca de lograr la identidad eran las que aceptaban sin raciocinio.

Marcia presumió que, debido a que las mujeres estaban bajo presión para sostener y transmitir los valores de la sociedad, la estabilidad de identidad es tan importante para ellas que se adaptan tan fácilmente a adquirir una identidad pronto en la vida sin mucho esfuerzo de su parte, como a luchar para forjar su propia identidad.

■ CUADRO.1.17. NIVELES DE IDENTIDAD EN LA ADOLESCENCIA

BASADO EN MARCIA (1980)

<p>La identidad se refiere a una posición existencial, a una organización interna de necesidades, capacidades y autoconcepciones, así como a una postura sociopolítica, entendida en sentido amplio. El nivel de identidad se establece a través de cuatro modos de enfrentarse con el problema de la identidad tal y como se produce en la adolescencia tardía. La clasificación se hace basándose en la presencia o ausencia de un período de decisión (crisis) y la amplitud del compromiso personal en dos áreas: la ocupación y la ideología.</p>	
<p>DIFUSIÓN DE LA IDENTIDAD Crisis incierta, sin compromiso</p>	<p>El individuo no tiene todavía una dirección ocupacional o ideológica, no ha establecido un compromiso. Puede haber crisis pero no se ha resuelto. Podría cambiar fácilmente su posición, que es inestable.</p>
<p>EXCLUSIÓN (ANULACIÓN) Sin crisis, con compromiso.</p>	<p>Personas que están comprometidas con posiciones ocupacionales e ideológicas, pero que no han experimentado una crisis. Las posiciones han sido elegidas por otros (generalmente por los padres), sin que se haya producido una elección propia. Se ha adoptado una posición que no se cambiaría fácilmente, sobre todo por no desagradar a otros.</p>
<p>MORATORIA En crisis, compromiso impreciso</p>	<p>Individuos enfrentados con los problemas ideológicos u ocupacionales, que están en una crisis de identidad que todavía no han resuelto. Podría cambiar, pero no sabe hacia donde ni como.</p>
<p>LOGRO DE IDENTIDAD Con crisis, con compromiso</p>	<p>El individuo ha pasado el período de toma de decisiones y ha resuelto la crisis por sus propios medios. Persigue una ocupación elegida por él mismo, así como objetivos ideológicos propios. No cambiaría fácilmente su posición porque considera que su Elección es acertada.</p>

Marcia también sostiene que la mujer no espera desarrollar la capacidad para la intimidad hasta que ya ha adquirido una identidad como en el patrón de Erickson basado en los varones, sino que para ellas la identidad e intimidad se desarrollan juntas. Esta conclusión parece estar basada en otra investigación que indica que la intimidad es más importante para las mujeres que para los hombres, en amistades de carácter escolar (Cooke, 1979).

Parte de la diferencia entre los patrones de hombres y mujeres puede deberse al tratamiento diferente de los sexos por los padres. Muchos estudios han encontrado patrones de crianza de los niños asociados con diferentes niveles de identidad (Marcia, 1980).

Un aspecto esencial en la búsqueda de identidad es la necesidad de sostener su derecho a la independencia del control paterno, y un campo importante para esa búsqueda es el grupo de iguales. Problemas que surgieron mucho antes durante la niñez y pueden estar asociados con problemas de comportamiento serios. En tales casos, la intervención de un especialista puede ayudar. (Delval, 2007)



PERÍODO PREPARATORIO PARA EL INGRESO A LA SOCIEDAD ADULTA.

Hemos venido señalando que la inserción en la sociedad adulta es el carácter definitorio más esencial de la adolescencia, y la tarea principal que los adolescentes tienen que afrontar. Por ello su importancia no puede infravalorarse.

En muchas sociedades tradicionales todos los cambios de estatus social dentro de la comunidad van acompañados de rituales, a veces muy complejos, que resaltan simbólicamente ese tránsito, tanto para el que cambia como para el resto de la comunidad. El nacimiento, la primera dentición, la adolescencia y la entrada en la sociedad adulta, el matrimonio, el acceso a un estatus determinado o la muerte, van acompañados de ritos que refuerzan el sentimiento de unión entre los miembros del grupo y la conciencia social.

Esas sociedades se suelen caracterizar porque la vida social está muy reglamentada, las costumbres -que se remontan a épocas lejanas- se cumplen rigurosamente y el no cumplidas es reprobado o sancionado fuertemente. Eso hace que las normas sociales determinen el curso de la vida de cada individuo de una manera bastante precisa, y se deja poco espacio para la ambigüedad, para elegir por sí mismo. Al mismo tiempo el sentimiento de participación y de vinculación del individuo con la comunidad es muy intenso y el individuo es menos individuo que en las sociedades occidentales. El antropólogo francés Arnold van Gennep (1908) reunió, hace ya muchos años, en un estudio clásico, las características de esas ceremonias que se denominan ritos de paso.

Uno de los tránsitos fundamentales es la incorporación a la sociedad de los adultos, y Van Gennep señala que hay que distinguir la pubertad física de la pubertad social, que es lo que podemos denominar adolescencia. Es ésta, y no los cambios físicos, la que se señala mediante los ritos de paso, que suelen incluir ofrendas, aislamiento y mutilaciones o marcas corporales que ponen de manifiesto hacia el exterior el nuevo estatus. Aunque las variaciones entre unas culturas y otras son grandes, sin embargo, se tiende a marcar siempre en esos ritos de paso el corte con la vida anterior, el dejar de ser niño o niña, para convertirse en adulto.

Algunos autores, como Coleman (1980), también han criticado la idea de que en nuestra sociedad tengan que producirse durante la adolescencia fenómenos traumáticos y han subrayado el aspecto de continuidad con las etapas anteriores, poniendo de manifiesto que esa presunta crisis no es la norma sino la excepción. Pero es innegable que entre nosotros los adolescentes se encuentran situados ante múltiples opciones y no se les ayuda a elegir. La vida social se torna cada vez más compleja, nuestras costumbres han cambiado en períodos cortos y la experiencia de los adultos a veces resulta insuficiente para los jóvenes, pues su adolescencia se produjo de una manera bastante distinta.

También en nuestra sociedad pueden encontrarse actividades que recuerdan esos ritos de paso, pero que han cambiado mucho su carácter.

Podemos encontrarlas sobre todo en el ámbito de la educación. Los distintos exámenes y las diferentes pruebas de ingreso o de acceso, los exámenes finales de la enseñanza secundaria, etc., pueden desempeñar esa función de ritos de iniciación o pruebas que el neófito tiene que sufrir. En algunos países se celebran fiestas de graduación ligadas a la terminación de los estudios. También se mantiene, por ejemplo, en algunos países de Iberoamérica, la tradición de la «fiesta de los quince», para marcar el ingreso de las muchachas en la sociedad de los adultos. A partir de ese momento pueden acceder a ciertas prerrogativas que las niñas no tienen, como ir a bailes, a ciertas películas y es más aceptado maquillarse o tener novio.

La inserción en el mundo de los adultos no es simplemente algo que el/la adolescente viva, sino que también la perciben los adultos. Pero para ambos en nuestras sociedades se produce una situación de ambivalencia. La familia percibe los cambios que se producen en el joven, pero se le trata de una manera ambigua, ya que por una parte se le exige más que a los niños y se le pide que contraiga más responsabilidades, pero por otra se le sigue considerando inmaduro e inexperto. La posición social es muy poco clara, porque ahora los niños

y adolescentes tienen acceso más temprano a muchas cosas, entre ellas a consumir y disponer de dinero, pero al mismo tiempo la adolescencia se prolonga ya que los jóvenes continúan estudiando durante muchos más años y actualmente acceden mucho más tarde al trabajo, y además el desempleo juvenil es especialmente alto. Desde el punto de vista del adolescente también se producen muchas ambivalencias y frecuentemente tratan de comportarse como adultos en cuestiones en las que no lo son, sin lograr ver sus limitaciones. Eso da lugar a una serie de problemas -por ejemplo, respecto a la bebida o el sexo.

Al no estar bien regulado el paso a la vida adulta, los mayores mantienen una resistencia real a la incorporación de los jóvenes. La sociedad está determinada por las generaciones anteriores, que son las que han establecido las instituciones, las que controlan el poder político, la actividad económica, y las que han fijado lo que se enseña en la escuela. Pero al mismo tiempo, no todas las generaciones son idénticas porque éstas dependen no sólo de la clase social, sino también del momento histórico, de la cohorte, cosa que ha sido subrayada por los psicólogos del ciclo vital. Cada cohorte tiene una influencia histórica y tiene que oponerse en alguna medida a la generación anterior. Veíamos que entre los chimpancés también existe una resistencia de los adultos frente a la conducta «atrevida» de los jóvenes, lo que nos hace pensar que debe tratarse de un fenómeno bastante general.

De hecho existe una prolongación de la adolescencia cada vez mayor intentando mantener a los jóvenes fuera del aparato productivo al no existir necesidades perentorias de mano de obra y por otras causas que son muy complejas entre las que podría contarse también las dificultades de la formación, la mayor acumulación de conocimientos que se ha producido y que se supone que el joven tiene que conocer. Pero podemos pensar que el factor determinante es la no necesidad del trabajo de los jóvenes. Así pues, el joven tiene que arrancar a los adultos una parte de su poder que éstos no van a ceder de buen grado: Es interesante examinar aquí las diferencias en el empleo entre los jóvenes y los adultos y cómo aquéllos deben luchar por conseguir un trabajo. En épocas de crisis, como en la que nos encontramos actualmente, esto es particularmente llamativo e incluso escalofriante. Pero el fenómeno existe siempre, y el nivel de empleo de los jóvenes que buscan su primer trabajo es siempre mucho menor que el de los adultos. Se produce aquí un círculo vicioso desesperante para el joven, y es que no tiene experiencia de trabajo porque no ha trabajado y eso dificulta que obtenga un puesto, pero al no obtenerlo no puede lograr esa experiencia

que se le está exigiendo. El desempleo entre los menores de 20 años alcanza el 60%, dependiendo del nivel de estudios conseguido, tasa mucho más alta que en los de mayor edad.

Puede decirse, entonces, que los adultos ven con preocupación la llegada de individuos nuevos en un plano de igualdad, y tienen miedo de verse relegados por ellos. Esto provoca un rechazo por parte de los adultos que procuran mantener a los nuevos en una situación de subordinación. Pero éstos quieren conseguir un lugar semejante al de los adultos para lo cual rechazan y ponen en duda elliderazgo y el mundo de los adultos, incluso la organización social en su conjunto. Se establecen formas de asociación entre los nuevos que tienen que constituir su identidad en la pugna con los adultos intentando negados, y al mismo tiempo pareciéndose a ellos. Por eso la adolescencia es una etapa de inconformismo, a la que frecuentemente sucede una etapa de integración, cuando ya se ha conseguido el lugar al que se aspiraba, olvidando las ansias renovadoras que se tenían anteriormente. Pero esto constituye un factor importante de la dinámica del cambio social, produciéndose ciertas modificaciones, pero lo suficientemente ligeras como para no poner en peligro la estructura social.

Finalmente, los nuevos individuos se van a hacer muy parecidos a los anteriores y van a olvidar buena parte de sus deseos de cambio. Los jóvenes tienden

también a rechazar, a la familia; pueden ver a sus padres como anticuados y viejos. La idealización de los padres que existe en la infancia, y que resulta beneficiosa para el niño, es sustituida por una visión mucho más crítica, en un movimiento pendular. Por una parte se ve a los padres de una manera más realista, al haberse aumentado el conocimiento social y disponerse de muchos más referentes.

Pero además la crítica se exagera, para poder lograr un distanciamiento, que con el tiempo irá desapareciendo, cuando llega el momento en que las relaciones pueden establecerse en un plano de mayor igualdad. Por ello la adolescencia es un período difícil, no sólo para los jóvenes, sino también para los padres, que tienen que resistir las oposiciones y los desplantes, desde su punto de vista, gratuitos, de sus hijos. Sin embargo, y pese a su aparente oposición e independencia, los adolescentes necesitan mucho el apoyo y la comprensión de la familia, que tiene que producirse de una manera sutil, pues de otro modo daría lugar a un rechazo mayor. Las buenas relaciones con la familia pueden contribuir mucho a que la transición adolescente se haga con una mayor suavidad. Posiblemente el tipo de apego que se estableció en la infancia y la mayor confianza de uno mismo, y los efectos que logran los que han tenido un apego seguro, tengan una influencia en cómo se supere la adolescencia. (Delval, 2007)

■ CUADRO.1.18. COMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN ENTRE ADOLESCENTES Y PADRES

BASADO EN MARCIA (1980)

<p>Aunque la adolescencia puede ser un período de prueba tanto para la gente que la sufre como para los que viven con ellos, el hogar no debe convertirse en un campo de batalla si los padres y los hijos hacen un esfuerzo especial por entenderse unos a otros.</p> <p>Las siguientes pautas (adaptadas del National Institute of Mental Health, 1981) podrían ayudar.</p> <p>Que pueden hacer los padres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brinden a su hijo la atención cuando éste quiera hablar, no vean televisión ni se ocupen en otras tareas. • Oigan calmadamente, y concéntrese en escuchar y entender el punto de vista de su adolescente. • Hable a su adolescente tan cortés y plenteramente como lo haría con un extraño. • Trate de entender los sentimientos de los jóvenes aun si usted no aprueba su conducta. • Trate de no juzgarlos. • Mantenga la puerta abierta para cualquier tema. Sea un padre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Evite lastimar y humillar a su adolescente y reírse de lo que para usted puedan parecer frases o preguntas inocentes o tontas. • Anime a los adolescentes a “probar” nuevas ideas y opiniones en la conversación, no juzgando sus ideas y opiniones sino, en lugar de ello, ofreciendo sus propias opiniones lo más sencilla y honestamente posible. • Ayude a los adolescentes a construir su propia autoconfianza al animar su participación en actividades de su agrado (no el suyo). • Haga un esfuerzo por alabar a su joven frecuente y apropiadamente. • Anime a su adolescente a participar en la toma de decisiones familiares y a trabajar con usted en los propósitos de la familia. • Entienda que los adolescentes necesitan retar sus opiniones y su forma de hacer las cosas para conseguir separarse de usted, lo que es esencial para formar su propia identidad adulta. 	<p>Que pueden hacer los adolescentes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evite ver a sus padres como enemigos. Posiblemente ellos lo aman y tienen sus mejores intereses en mente, aun si usted no está necesariamente de acuerdo con su manera de expresarlo. • Trate de entender que sus padres son seres humanos con sus propias inseguridades, necesidades y sentimientos. • Escuche a sus padres con una mente abierta y trate de ver las situaciones desde su punto de vista. • Comparta con sus padres sus sentimientos, tanto que ellos serán capaces de entenderlo aún mejor. • Cumpla sus responsabilidades en la casa y en la escuela para que sus padres estén más inclinados a proporcionarle la clase de independencia que usted quiere y necesita. • Respalde sus críticas sobre la familia, la escuela y el gobierno con sugerencias de mejoras prácticas. • Compórtese tan cortés y consideradamente con sus padres como lo haría con los padres de sus amigos
--	--	--



EL LOGRO DE UNA IDENTIDAD SEXUAL

Uno de los cambios más profundos en la vida de un adolescente es el de la amistad cercana con personas del mismo sexo o amistades y vínculos románticos con personas de otro sexo. El cambio de ser miembro de un grupo unisexual de iguales a uno heterosexual es parte de una progresión normal, sana, camino hacia la edad adulta. Verse a sí mismo como un ser sexual, aceptar condiciones de autoexcitación sexual, y el desarrollo de una relación romántica íntima son aspectos importantes en la adquisición de una identidad sexual.

Las imágenes de sí mismos en los adolescentes y de sus relaciones con parejas y padres están unidas a su sexualidad. Entre adolescentes, la actividad sexual -el beso casual, abrazos y caricias o el contacto genital llena por completo un número de necesidades, sólo una de las cuales es placer físico. Los adolescentes pueden tener interacción sexual para aumentar la intimidad, para buscar una nueva experiencia, probar su madurez, para estar actualizados con el grupo de iguales, para encontrar alivio ante las presiones o investigar los misterios del amor.

Antes de hablar sobre lo que los adolescentes dicen y hacen sexualmente estos días, necesitamos pensar acerca de las dificultades de hacer una investigación sexual, especialmente cuando involucra a personas jóvenes.

Virtualmente, todo proyecto de investigación sexual desde 1940, cuando Kinsey emprendió sus encuestas originales, hasta el día presente- ha sufrido la crítica de que no es eficaz porque la gente que voluntariamente toma parte en este proyecto tiende a ser sexualmente

activa, interesada en el sexo y liberal acerca de él y, por tanto, no representa una muestra verdadera del total de la población. Además, los críticos los acusan de que no hay forma de corroborar lo que la gente dice acerca de su vida sexual y que algunos pueden mentir para ocultar sus actividades sexuales mientras otros mienten para exagerarlas.

Cuando los sujetos de la prueba son personas jóvenes y los mayores les preguntan sobre los comportamientos que “tradicionalmente han sido vistos como inapropiados e inmorales, si no ilegales o pecaminosos” (Dreyer, 1982), los problemas se multiplican.

Entonces, también, el consentimiento paterno se necesita para la participación de las personas legalmente menores, y los padres que conceden tal permiso pueden no ser una muestra transversal de la población.

Todas estas objeciones tienen alguna validez.

Aun, tales exámenes tienen un mérito: incluso si no podemos generalizar sus descubrimientos a la población como un todo, dentro de los grupos que participan podemos ver tendencias que se extienden a través del tiempo y esto nos dice algo acerca de las costumbres sexuales cambiantes. Aunque los jóvenes actuales parecen ser sexualmente más activos que los de una o dos generaciones atrás, es posible que no estén actuando de manera muy diferente, pero son más sinceros para hablar acerca de sus actividades sexuales.



TOMA DE DECISIONES PARA UNA VIDA RESPONSABLE

Tomar decisiones sobre nuestra vida sexual es importante para prevenir riesgos a la salud y no afectar los proyectos de vida propios y de nuestra pareja. Nuestra capacidad racional, es decir, nuestra inteligencia, nos permite reflexionar,

preguntar, conocer, analizar y tomar decisiones conscientemente. Ejercitándola y procurando ser crítico con la información que recibimos, podemos formarnos cada vez mejores juicios y opiniones sobre lo que vivimos o sobre lo que sucede a nuestro alrededor.

Todos podemos y debemos decidir con quién y cuándo tener relaciones sexuales y establecer los límites que deben tener esas relaciones.

Es sabio establecer límites y comportamiento sexual antes de entrar en una situación sexual.

Úrsula H. Slaggert propone un enfoque positivo de sexualidad dirigido hacia la adolescencia, basado en la continencia sexual como medida de prevención al sentimiento de culpabilidad, al embarazo no deseado, a las enfermedades de transmisión sexual y a todo lo que conlleva el daño a la autoestima y la libertad.

Desafortunadamente la actitud de permisividad sexual ha sido continua al promoverse en formas explícitas e implícitas. Y los adolescentes rápidamente captan los mensajes implícitos que algunos medios de comunicación les presentan, como el que la anticoncepción y la continencia son igualmente aceptables, pero no son iguales ni moral ni física ni socialmente, ni tampoco desde el punto de vista educativo. La continencia es abstenerse de iniciar relaciones sexuales por el bien de la pareja.

LAS RELACIONES SOCIALES DE LOS ADOLESCENTES



Relaciones Familiares

RELACIONES CON LOS PADRES

La tormenta y el estrés que algunas veces están asociados con la pubertad en los Estados Unidos y otras culturas occidentales se llaman rebelión adolescente, que puede no sólo encerrar conflicto con la familia sino una alienación general de la sociedad adulta y hostili-

dad hacia sus valores. No obstante, los estudios de los adolescentes comúnmente encuentran que menos de uno de cada cinco encaja en el cuadro “clásico” de los tumultuosos años adolescentes (Offer & Orfer, 1974).

La edad se vuelve un poderoso agente de alianza en la adolescencia, más fuerte que la raza, religión, comunidad o sexo. Los jóvenes emplean mucho de su tiempo libre con personas de su misma edad, con los que se sienten a gusto y se pueden identificar. Pasan sus mejores momentos con sus amigos, se sienten libres, abiertos, parte del grupo, emocionados y motivados cuando están con ellos; así que no es sorprendente que estas sean las personas con quienes ellos quieren estar. La gente joven está involucrada en un “chauvinismo generacional”: tienden a creer que muchos otros adolescentes comparten sus valores personales mientras mucha gente vieja no lo hace (Csikszentmihalyi & Larson, 1984; Sörensen, 1973).

No obstante, el rechazo a los valores de los padres es casi siempre parcial, temporal o superficial. Los valores de los jóvenes permanecen más cerca de los de sus padres de lo que lagente se da cuenta, y la rebelión adolescente es casi siempre una serie de escaramuzas menores.

Las relaciones con los padres durante la adolescencia se sustentan en gran medida en la cercanía emocional desarrollada durante la niñez; a su vez, las relaciones de los adolescentes con los padres establecen las condiciones para la calidad de la relación con una pareja en la adultez (Overbeek, Stattin, Vermulst, Ha y Engels, 2007).

La mayoría de los adolescentes informan de buenas relaciones con sus padres (Gutman y Eccles, 2007). No obstante, la adolescencia trae consigo desafíos especiales. Así como los adolescentes sienten cierta ambivalencia de sus padres y la necesidad de desprenderse de ellos, los padres quieren que sus hijos sean independientes pero les resulta difícil dejarlos ir. Las tensiones pueden provocar conflictos en la familia y los estilos de crianza pueden influir en su forma y resultado. La supervisión eficaz depende de cuánto permitan los adolescentes que sus padres sepan de su vida cotidiana, revelaciones que pueden depender de la atmósfera que los padres hayan establecido. Además, igual que con los niños más jóvenes, las relaciones de los adolescentes con los padres son afectadas por la situación de vida de estos últimos, su trabajo y su estatus marital y socioeconómico. La personalidad también es un factor importante. La amabilidad de los adolescentes y la extroversión de los padres predicen la calidez de la relación (Denissen, van Aken y Dubas, 2009).

CONFLICTO CON LOS PADRES



Mucha gente joven siente un conflicto constante entre esperar a romper con sus padres y darse cuenta de cuán dependientes son realmente de aquéllos. El adolescente debe renunciar a la identificación de la niñez y establecer una identidad separada mientras que, al mismo tiempo, retiene los nexos con sus padres y su familia (Siegel, 1982).

Los sentimientos ambivalentes de los adolescentes se parecen a la propia ambivalencia de los padres. Indecisos entre esperar a que sus hijos sean independientes y esperar mantenerlos dependientes, los padres casi siempre encuentran difícil dejados ir. Como resultado, los padres pueden dar a sus hijos en adolescencia “mensajes dobles” al decir una cosa, pero al comunicar justo lo opuesto con sus acciones.

Un estudio longitudinal de 27 jóvenes adolescentes llega a la conclusión de que el conflicto es particularmente fuerte con la madre que se encuentra con una pérdida de autoridad y de poder (Steinberg, 1981).

Sin embargo, una encuesta de la literatura sobre el conflicto entre padres y adolescentes señala que los disgustos menores son más frecuentes que las batallas mayores. El trabajo que resume sus conclusiones con el subtítulo “todas las familias algunas veces y muchas familias muchas veces”, señala que el conflicto entre los padres y los adolescentes es normal y saludable (Montemayor, 1983). La mayor parte de los estudios (que datan de hace más de 50 años) concluyó que la mayoría de estas controversias entre padres y adolescentes son sobre temas sin importancia, como el trabajo escolar, los amigos, hermanos, labores domésticas, ruido, hora de llegada y aseo. Estos disgustos pueden reflejar la búsqueda de independencia (como se especula con frecuencia) o ser sólo una continuación del esfuerzo de los padres por enseñar a los hijos a seguir las normas sociales. “Esta tarea de socialización inevitablemente produce cierta tensión.

En este punto no es simplemente claro si el conflicto padre-adolescente tiene un significado más profundo que éste” (Montemayor, 1983).

El conflicto parece crecer al comienzo de la adolescencia, se estabiliza en la mitad y desciende después de los 18 años. La declinación puede reflejar la entrada a la edad adulta o la tendencia de los adolescentes de 18 años a abandonar el hogar.

La revisión concluye que el punto de vista de tormenta y estrés de la adolescencia es extremo. El conflicto es una parte de todas las relaciones y es especialmente esperado en un período de transición -como la adolescencia, cuando la relación padre-hijo debe reconstruirse.

Muchas familias manejan el conflicto de la adolescencia sin gran incomodidad (véase el cuadro 1.18), sobre las formas de mantener abierta la comunicación entre padres y adolescentes). Los conflictos severos y no resueltos pueden ser sobre problemas que surgieron mucho antes durante la niñez y pueden estar asociados con problemas de comportamiento serios. En tales casos, la intervención de un especialista puede ayudar.



INDIVIDUACIÓN Y CONFLICTO FAMILIAR

Si usted fue como la mayoría de los adolescentes, seguramente escuchó música diferente a la que escuchaban sus padres, se vistió con ropa de otro estilo y consideró razonable mantener ciertas cuestiones privadas fuera del alcance de ellos.

Este proceso que los psicólogos denominaron individuación comienza en la infancia y continúa hasta la adolescencia. Implica una batalla del adolescente por su autonomía y diferenciación o identidad personal. Un aspecto importante de la individuación es forjar los límites de control entre el yo y los padres (Nucci, Hasebe y Lins-Dyer, 2005), proceso que puede acarrear conflictos en la familia.

En un estudio longitudinal, se entrevistó a 1 357 jóvenes estadounidenses de origen europeo y afroamericano entre el ingreso a la preparatoria y el undécimo grado. Los resultados revelaron que los jóvenes que consideraban que tenían mucha autonomía sobre sus

actividades cotidianas tendían a pasar más tiempo en actividades sociales no supervisadas con los compañeros y, para undécimo grado, estaban en riesgo de presentar problemas de conducta. Por otro lado, los que consideraban que sus padres se entrometían demasiado en su vida personal tendían a quedar bajo la influencia negativa de sus iguales y a unirse a sus amigos en conductas de riesgo.

Por consiguiente, los padres de los jóvenes adolescentes deben encontrar el equilibrio entre el exceso de libertad y el exceso de intromisión (Goldstein, Davis-Kean y Eccles, 2005).

Las peleas atañen más a menudo al control sobre cuestiones personales cotidianas -labores domésticas, tareas escolares, ropa, dinero, la hora de llegar a casa, las citas y los amigos más que a cuestiones de salud y seguridad o del bien y el mal (Adams y Laursen, 1001; Steinberg, 2005). Los adolescentes en general sienten que deberían tener autonomía sobre asuntos personales. La intensidad emocional de esos conflictos puede reflejar el proceso subyacente de individuación. En un estudio longitudinal de 99 familias, tanto la individuación como la vinculación familiar durante la adolescencia predijeron el bienestar en la madurez (Bell y Bell, 2005). El proceso de individuación puede ser dificultoso, y a medida que los adolescentes resuelven los detalles de su nueva dinámica de poder, puede surgir el conflicto. Tanto el conflicto familiar como la identificación positiva con los padres son mayores a los 13 años y luego disminuyen hasta los 17, cuando se estabilizan o se incrementan. Este cambio refleja mayores oportunidades para las decisiones independientes de los adolescentes (Gutman y Eccles, 2007), lo que amplía los límites de lo que se considera los asuntos que los afectan (Steinberg, 2005).

También existen diferencias culturales. Los adolescentes estadounidenses más jóvenes se definen en términos de su relación con sus padres, pero la tendencia a hacerlo disminuye con la edad. En contraste, los adolescentes chinos siguen considerándose interconectados a lo largo de las adolescencias temprana y tardía (Pomerantz, Qin, Wang y Chen, 2009).

En especial para los jóvenes, las relaciones familiares pueden ser un factor de influencia sobre la salud mental. Las adolescentes que cuentan con más oportunidades de tomar decisiones reportan mayor autoestima que las que reciben menos oportunidades de ese tipo. Además, las interacciones familiares negativas se relacionan con la depresión adolescente, mientras que la identificación positiva con la familia se relaciona con menos depresión (Gutman y Eccles, 2007). Asimismo, los conflictos familiares tienden a disminuir con el tiempo en las familias que brindan calidez y apoyo, pero se incrementan en las

hostiles, coercitivas y críticas (Rueter y Conger, 1995). Además, el apoyo de los padres a la autonomía se asocia con una mejor autorregulación de las emociones negativas y el compromiso académico (Roth et al., 2009).



ESTILOS DE CRIANZA Y AUTORIDAD DE LOS PADRES.

La crianza autoritativa continúa fomentando un desarrollo psicosocial sano (Baumrind, 2005). La crianza autoritaria demasiado estricta puede llevar al adolescente a rechazar la influencia de los padres y a buscar el apoyo y la aprobación de sus pares a cualquier precio (Fulgini y Eccles, 1993), y las manifestaciones de decepción son más efectivas que el castigo severo al momento de motivar el comportamiento responsable (Krevans y Gibbs, 1996).

Los padres autoritativos insisten en las reglas, las normas y los valores importantes, pero están dispuestos a escuchar, explicar y negociar. Ejercen un control adecuado sobre la conducta del niño (control conductual), pero no sobre sus sentimientos, creencias y sentido del yo (control psicológico) (Steinberg y Darling, 1994). Entonces, por ejemplo, podrían imponerle a su hijo adolescente una penitencia por infringir una regla pero no insistirían en que el adolescente esté de acuerdo con ellos respecto de la sensatez de la regla infringida. En general, se prefiere el control conductual. El control psicológico, cuando se ejerce mediante técnicas de manipulación emocional como el retiro del afecto, puede dañar el desarrollo psicosocial y la salud mental de los adolescentes (Steinberg, 2005). Por ejemplo, usar el retiro del amor como estrategia de control se asocia con un mayor resentimiento hacia los padres y con la disminución en la capacidad de los adolescentes para autorregular las emociones negativas (Roth et al., 2009). Los padres psicológicamente controladores tienden a no ser sensibles a la necesidad cada vez mayor de sus hijos de autonomía psicológica, el derecho a sus propios pensamientos y sentimientos (Steinberg, 2005). En

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

contraste, es más probable que los padres que muestran apertura a nuevas experiencias den mayor libertad a sus adolescentes (Denissen et al., 2009).

La crianza autoritativa parece reafirmar la imagen que el adolescente tiene de sí mismo. En general, los jóvenes cuyos padres eran firmes con respecto al cumplimiento de las reglas conductuales tenían más disciplina y menos problemas de conducta que los que tenían padres más permisivos. Aquellos cuyos padres les concedían autonomía psicológica tendían a adquirir confianza en sí mismos y competencia. Dicha investigación indica que los padres que brindan tanto estructura como autonomía ayudan a los adolescentes a desarrollar reglas de conducta, habilidades psicosociales y una buena salud mental (Gray y Steinberg, 1999).

Los problemas surgen cuando los padres sobrepasan lo que los adolescentes perciben como límites apropiados de la autoridad parental legítima. En varias culturas y clases sociales desde Japón hasta Brasil se ha encontrado la existencia de un dominio personal mutuamente acordado, en el cual la autoridad pertenece al adolescente. Este dominio se amplía a medida que los padres y los adolescentes negocian de manera continua sus fronteras (Nucci et al., 2005). Cuando los adolescentes sienten que sus padres intentan dominar su conducta y, en particular, su experiencia psicológica, se ve afectada su salud emocional.



SUPERVISIÓN DE LOS PADRES Y CONFIDENCIAS

De los adolescentes Una importante recopilación de estudios de investigación evidencia que la supervisión de los padres es uno de los factores de protección para los adolescentes más consistentemente identificados (Barnes, Hoffman y Welte, 2006; Racz y McMahon, 2011).

La supervisión de los padres en general implica hacer un seguimiento de las actividades del adolescente; por ejemplo, anotarlo en actividades extracurriculares, ponerse en contacto con los padres de los amigos y controlar dónde está (Barnes et al., 2006). La creciente au-

tonomía de los jóvenes y la reducción de las áreas en que se percibe la autoridad de los padres redefinen los tipos de conducta que se espera que los adolescentes revelen a sus padres (Smetana, Crean y Campione-Barr, 2005). En un estudio de 690 adolescentes belgas, los jóvenes se mostraron más dispuestos a hablar sobre sí mismos cuando los padres mantenían un clima familiar cálido y sensible y proporcionaban expectativas claras sin ser demasiado controladores (Soenens, Vansteenkiste, Luyckx y Goossens, 2006), es decir, cuando la crianza era autoritativa. Esta conexión entre calidez y revelación también se ha encontrado en varios grupos étnicos de Estados Unidos, incluyendo a jóvenes de origen chino, mexicano y europeo (Yau, Tasopoulos-Chan y Smetana, 2009). Los adolescentes, en especial las muchachas, suelen tener relaciones más cercanas y de apoyo con sus madres, más que con sus padres (Smetana et al., 2006), y las mujeres confían más en sus madres (Yau et al., 2009). Por otra parte, la calidad de la relación al parecer tiene un peso importante en la disposición de las chicas a confiar en sus padres. En otras palabras, el hecho de que los muchachos guarden un secreto depende menos de la calidez de la relación que en el caso de las chicas (Keijsers et al., 2010).

ADOLESCENTES Y PADRES



Las relaciones con los padres durante la adolescencia el grado de conflicto y la apertura de la comunicación se sustenta en gran medida en la cercanía emocional desarrollada durante la niñez; a su vez, las relaciones de los adolescentes con los padres establecen las condiciones para la calidad de la relación con una pareja en la adultez.

La mayoría de los adolescentes informan de buenas relaciones con sus padres; no obstante, la adolescencia trae consigo desafíos especiales, así como los adolescentes sienten cierta ambivalencia ante la dependencia de sus padres y la necesidad de desprenderse de ellos, los Padres quieren que sus hijos sean independientes pero les resulta difícil dejarlos ir.

ESTRUCTURA Y ATMÓSFERA FAMILIAR

El conflicto en el hogar puede afectar el proceso de individuación. En un estudio longitudinal con 451 adolescentes y sus padres, los cambios en las dificultades o conflictos matrimoniales -para mejorar o empeorar- predecían cambios correspondientes en la adaptación de los adolescentes (Cui, Conger y Lorenz, 2005). El divorcio también puede afectar este proceso. Los adolescentes

cuyos padres se divorciaron mostraban más problemas académicos, psicológicos y conductuales antes de la ruptura que aquellos cuyos padres no se divorciaron (Sun, 2001). Asimismo, la investigación mostró que los adolescentes cuyos padres están aún casados informan una estrecha relación con su padre el 48% del tiempo, mientras que aquellos cuyos padres están divorciados informan tener una relación estrecha con su padre solo el 25% del tiempo (Scott, Booth, King y Johnson, 2007).

Los adolescentes que viven con padres que se mantienen casados suelen tener muchos menos problemas de conducta que los que viven en otras estructuras familiares (con un progenitor soltero, en familias que cohabitan o familias reconstituidas). Un factor importante es la participación del padre. La participación de alta calidad de un padre que no vive con la familia es de mucha ayuda, pero no tanto como la de un padre que vive con sus hijos (Carlson, 2006).

Los adolescentes de familias que cohabitan, igual que los niños más jóvenes, tienden a presentar más problemas conductuales y emocionales que los que viven en familias encabezadas por padres casados; y cuando uno de los padres que cohabitan no es el padre biológico, también se resiente la participación escolar. En el caso de los adolescentes, a diferencia de los niños pequeños, estos efectos son independientes de los recursos económicos, el bienestar de los padres o la eficacia de la crianza, lo que indica que la cohabitación de los padres en sí puede ser más problemática para los adolescentes que para los niños pequeños (S. L. Brown, 2004).

Por otro lado, un estudio multiétnico de madres solteras no encontró efectos negativos de la crianza por parte de padres solteros en el rendimiento escolar ni mayor riesgo de problemas de conducta. Lo que más importaba era el nivel educativo y de capacidad de la madre, el ingreso familiar y la calidad del ambiente familiar (Ricciuti, 2004). Este hallazgo sugiere que los efectos negativos de vivir en un hogar con un progenitor soltero pueden ser compensados por factores positivos.



EMPLEO DE LA MADRE Y ESTRÉS ECONÓMICO.

El efecto del trabajo de la madre fuera de la casa puede depender de cuántos padres están presentes en la familia. Una madre soltera a menudo tiene que trabajar para evitar el desastre económico; la manera en que su empleo afecte a sus hijos adolescentes puede depender del tiempo y la energía que le quede para dedicarles y cuánta supervisión les pueda brindar. Es particularmente importante el tipo de cuidado y supervisión que los adolescentes reciben después de la escuela. Los que están ociosos, lejos de casa, suelen involucrarse en el consumo de alcohol y drogas y mal comportamiento en la escuela, en especial si tienen una historia temprana de problemas de conducta. Sin embargo, es menos probable que esto suceda cuando los padres supervisan las actividades de sus hijos y los vecinos se involucran de manera activa (Coley, Morris y Hernández, 2004).

Como ya vimos, un problema importante de muchas familias con un progenitor soltero es la falta de dinero. En un estudio longitudinal llevado a cabo en Estados Unidos, los adolescentes hijos de madres solteras con bajos ingresos eran más propensos a desertar a la escuela y experimenten disminuciones en la autoestima y el autodominio cuando las madres tenían un empleo inestable o permanecían desempleadas por dos años (Kalil y Ziol-Guest, 2005). Además, la penuria económica familiar durante la adolescencia puede afectar el bienestar adulto, especialmente si los padres consideran su situación como estresante y si ese estrés interfiere con las relaciones familiares y afecta los logros educativos y ocupacionales de los hijos (Sobolewski y Amato, 2005).

Por otro lado, muchos adolescentes de familias con problemas económicos pueden beneficiarse del capital social acumulado (el apoyo de los parientes y la comunidad). En 51 familias urbanas afroamericanas en situación de pobreza en las que los adolescentes vivían con sus madres, abuelas o tías, las mujeres con redes familiares más fuertes ejercían un control más firme y una supervisión más cercana a la vez que concedían autonomía apropiada, y los adolescentes a su cargo tenían mayor confianza en sí mismos y menos problemas de conducta (R. D. Taylor y Roberts, 1995).



RELACIÓN PADRES-HIJOS Y AJUSTE PSICOLÓGICO

Desde diferentes perspectivas teóricas se ha reconocido la influencia de la calidad de la relación padres-hijos sobre el ajuste psicológico y posterior desarrollo afectivo de niños y adolescentes.

La teoría del Apego (Bowlby, 1973), por ejemplo, plantea que a partir de la interacción con sus cuidadores, el niño desarrolla unos “modelos internos de trabajo” o representaciones acerca de sí mismo y de su cuidador. Estas representaciones proveen un mecanismo de continuidad en el estilo de apego a través del tiempo, de manera que las expectativas y creencias acerca de sí mismo y de los otros que se forman durante la niñez (modelos internos de trabajo) influyen en la competencia social y en el bienestar del individuo a lo largo de su vida (Skolnick, 1986).

Desde otra perspectiva, la teoría sobre la aceptación/ rechazo de los padres (partheory) (Rohner, 1986) postula que la percepción de conductas abiertas de rechazo (hostilidad, agresión, negligencia) o la ausencia de calidez afectiva en la relación padres-hijos se encuentra asociada a siete tendencias conductuales y de personalidad: 1) conductas de hostilidad, agresión o dificultades en el manejo de estas emociones; 2) dependencia o independencia defensiva de figuras afectivas significativas; 3) ausencia de respuesta emocionales; 4) inestabilidad emocional; 5) auto-estima negativa; 6) auto-concepto negativo; y 7) visión negativa del mundo (Rohner, Khaleque & Cournoyer, 2005). Estas tendencias conductuales constituyen lo que en esta teoría se denomina desajuste psicológico.

A partir de más de cuatrocientos estudios realizados por Rohner y sus colegas en más de sesenta países, se ha logrado demostrar la importancia de la calidad de la relación padres-hijos como variable predictiva del ajuste psicológico en individuos de todas las culturas (Rohner, Khaleque & Cournoyer, 2005). Otras investigaciones muestran resultados congruentes con los hallazgos de Rohner y sus colegas, en relación con los efectos de conductas de rechazo de los padres sobre dificultades sociales y afectivas de los hijos, entre otras, conductas depresivas (Richmond, Stocker & Rienks, 2005), dificultades en la regulación de emociones (Contreras, Kerns, Weimer, Gentzler, & Tomich, 2000), hostilidad, baja autoestima, auto-eficacia y poca expresividad emocional (Gracia, Lila & Musitu 2005).



TRATAMIENTO DIFERENCIAL DE LOS PADRES

Investigaciones recientes han demostrado que el ajuste psicológico de los niños no solo se ve afectado por los comportamientos de aceptación de los padres, sino también por el trato que reciben de los padres en comparación con sus hermanos. Recibir un trato menos favorable que el que experimentan los hermanos se asocia con problemas de comportamiento, estado de ánimo depresivo, ansiedad y baja autoestima (Richmond, Stocker & Rienks, 2005). Por otro lado, Kowal, Krull & Kramer (2004) encontraron que el efecto del trato diferencial sobre el comportamiento de los niños parece estar mediado por su percepción respecto a que dicho trato es injusto.

Es decir, si los niños perciben que el tratamiento diferencial de los padres hacia los hermanos es injusto, se manifestaron más problemas de comportamiento y ajuste psicológico.



RELACIONES CON LOS HERMANOS

Conforme los niños van creciendo, las relaciones con sus hermanos se vuelven más equitativas y distantes. Los hermanos adolescentes todavía demuestran afecto y cercanía hacia sus hermanos menores pero pasan menos tiempo con ellos y sus relaciones son menos intensas.

Los hermanos mayores pelean menos con los pequeños, ejercen menos autoridad sobre ellos y no suelen buscar su compañía.

Cuando los hermanos menores crecen, los mayores han de ceder parte del poder que han tenido durante años como hermanos mayores, quienes han tenido una posición de responsabilidad y autoridad sobre los más pequeños. Por este motivo, a menudo los mayores ven a los menores con fastidio.

Los hermanos que se llevan varios años de diferencia tienden a ser más afectuosos entre sí y a llevarse mejor que quienes tienen poca diferencia de edad. Cuando los hermanos tienen edades más similares surge una mayor rivalidad porque sus capacidades son similares y pueden compararse entre ellos o sienten la comparación constante que hacen los demás entre ellos. Los hermanos del mismo sexo suelen tener más cercanía que los de sexo opuesto.



CALIDAD DE LA RELACIÓN ENTRE HERMANOS DURANTE LA ADOLESCENCIA.

Las relaciones entre hermanos brindan un espacio de adquisición, desarrollo y mantenimiento de habilidades sociales para niños y adolescentes, y se convierten en la base de las relaciones con pares en otros contextos sociales (ej. la escuela).

Dunn (1993) sugiere que las relaciones afectivas que los niños establecen con sus hermanos demarcan un contexto social importante donde los niños reciben y brindan afecto, establecen interacciones de juego y aprenden y practican habilidades de negociación y

resolución de conflictos (Dunas, 1993). Otros autores sugieren que las relaciones entre hermanos se caracterizan por niveles variados de calidez y conflicto en las distintas etapas de la vida (Furman & Buhrmester, 1985; Oliva & Arranz, 2005); estas pueden definirse como un contexto de aprendizaje de destrezas y habilidades o como sistema protector contra perturbaciones en el funcionamiento y adaptación psicológica de los niños y adolescentes causadas por situaciones familiares negativas o por eventos estresantes (Brody, 2004; Lockwood & cols., 2002).

Estudios longitudinales sobre la calidad de la relación entre hermanos sugieren que la calidez emocional y el grado de intimidad que manifiestan los hermanos durante la preadolescencia están determinados por comportamientos y habilidades que ellos exhiben en edades tempranas. Por ejemplo, Dunn, Slomkowski & Beardsall (1994) encontraron que la calidad de la relación emocional, en particular la percepción de calidez e intimidad entre hermanos adolescentes, esta significativamente asociada al tipo de interacciones que ocurren entre ellos durante la niñez y la preadolescencia. Estas relaciones están igualmente influenciadas por otras variables, como la edad y sexo de los hermanos, y la composición de la diada (i.e., hermanos del mismo o de diferente sexo). Hallazgos de estudios sobre relaciones entre hermanos durante la adolescencia indican que la composición de la diada (individuos del mismo o diferente sexo) parece explicar diferencias en la calidez emocional e intimidad que experimentan los hermanos y hermanas. Así, por ejemplo, se observa mayor calidez emocional entre diadas de hermanas que entre aquellas conformadas por hermano mayor y hermana menor. Por otra parte, las diadas de hermanas y las formadas por hermana mayor y hermano menor demuestran mayor grado de intimidad en su relación que otros tipos de diadas (Dunas & cols., 1994).

Estudios recientes muestran que altos niveles de comunicación, expresiones positivas de afecto y comportamientos de los hermanos mayores influyen positiva y significativamente en la percepción que los hermanos menores tienen de la relación entre ellos (Arranz & cols., 2001; Cutting, & Dunn 2006). Sin embargo, durante la adolescencia, el tipo de interacción y la calidad de la relación entre hermanos pueden variar. Se ha reportado que, cuando los hermanos mayores llegan a la adolescencia, pierden interés en la relación con sus hermanas menores debido al énfasis que toman las relaciones con pares en sus interacciones sociales (Oliva & Arranz, 2005).

Diversos estudios han demostrado la relación entre la calidad de la relación de hermanos, el desarrollo de relaciones sociales positivas con pares y el nivel gene-

ral de ajuste psicológico de los niños (Pike, Coldwell & Dunn, 2005; Smith, 1995).

Por ejemplo, se ha encontrado que las relaciones de carácter positivo entre hermanos promueven el desarrollo cognitivo y del lenguaje, así como el entendimiento de las perspectivas y emociones de otras personas (Smith, 1995). Por otro lado, Branje, Van Lieshout, Van Aken & Haselager (2004) encontraron que la percepción de apoyo en la relación de hermanos se encuentra asociada con la ausencia de problemas internalizantes (ansiedad, depresión) y externalizantes (problemas de conducta) en los adolescentes.

Después de controlar los efectos de las relaciones con los pares, el apoyo percibido en la relación de hermanos continuaba teniendo una correlación significativa y negativa con ambos tipos de problemas en el ajuste psicológico.

Otros estudios han reportado una asociación significativa entre el conflicto crónico en la relación de hermanos en la niñez y la presencia de problemas de ansiedad, depresión y comportamientos desadaptativos en la adolescencia (Stocker, Burwell & Bringgs, 2002).

Este estudio se centró en evaluar la relación entre la percepción sobre la relación padres-hijos (aceptación-rechazo, tratamiento diferencial), la percepción de calidad de la relación de hermanos (calidez y conflicto) y el ajuste psicológico en diadas (1) de hermanos adolescentes. La relación entre estas variables se analiza en dos niveles: individual y diádico. Es decir, se tuvo en cuenta tanto la influencia de las experiencias de cada individuo como las de su hermano, sobre su percepción de la calidad de la relación de hermanos y su ajuste psicológico. Varios autores han documentado la importancia de considerar los efectos de cada miembro de la diada sobre el otro en la investigación sobre relaciones interpersonales (Kenny, Kashy & Cook, 2006).



(1. Diadas. Parejas formadas por dos seres o principios muy estrechamente vinculados entre sí.)

ADOLESCENTES Y HERMANOS

Existen diversas tendencias en la relación con los hermanos durante la adolescencia. En general, los hermanos pasan menos tiempo juntos, sus relaciones se igualan y se asemejan más en sus niveles de competencia.

Los cambios en las relaciones fraternas preceden y reflejan en muchos aspectos los cambios que se observan en las relaciones de los adolescentes con sus padres. A medida que los jóvenes se desarrollan, se vuelven más independientes y comienzan a ejercer su autonomía y a pasar menos tiempo con sus padres y más con sus pares. Los procesos fraternos son similares. Al pasar más tiempo con sus pares, pasan menos tiempo con sus hermanos. En general, y quizá como resultado de esto, los adolescentes tienden a tener relaciones menos estrechas con sus hermanos que con sus amigos y se ven menos influenciados por ellos.

Esta distancia se acrecienta durante la adolescencia (Laursen, 1996). Asimismo, a medida que se acerca la entrada a la educación preparatoria, las relaciones con los hermanos poco a poco comienzan a ser más equitativas. A medida que se reducen las diferencias de edad relativas, lo mismo sucede con las diferencias en la competencia e independencia (Buhmester y Furman, 1990).

La investigación demostró que las hermanas por lo general manifestaban más intimidad que los hermanos o las parejas mixtas. La intimidad disminuía entre los hermanos de distinto sexo entre la niñez media y la adolescencia temprana, pero sobre todo en la adolescencia media, una época en que la mayoría de los jóvenes se interesa más en el sexo opuesto. El conflicto fraterno disminuyó hacia la adolescencia media (Kim, McHale, Osgood y Courter, 2006).

El estudio también indicó que las relaciones fraternas tendían a reflejar las relaciones entre padre e hijo y las relaciones matrimoniales de los padres. Por ejemplo, la intimidad entre los hermanos era mayor si la madre les brindaba calidez y aceptación. El conflicto entre padre e hijo se asociaba con el conflicto entre hermanos. Por otro lado, cuando los padres eran menos felices en su matrimonio, los hermanos estrechaban sus relaciones y peleaban menos (Kim et al., 2006).

Los hermanos pueden ejercer efectos positivos o negativos. En los hogares con una madre soltera, una relación cálida y cariñosa con una hermana mayor tendía a prevenir el consumo de drogas y la conducta sexual riesgosa en una hermana menor. Por otro lado, tener una hermana mayor dominante tendía a incrementar la conducta sexual de alto riesgo de un hermano menor (East y Khoo, 2005). Los hermanos mayores pueden influir en que el menor fume, consuma alcohol o drogas

(Pomery et al., 2005; Rende et al., 2005). Los menores que salían con un hermano mayor antisocial corrían un riesgo mayor de mostrar en la adolescencia conductas antisociales, consumo de drogas, conducta sexual y violencia, independientemente de la disciplina de los padres (Snyder, Bank y Burraston, 2005). Un meta-análisis apoya la fuerte relación entre las relaciones cálidas con un bajo conflicto y una adaptación psicológica más sana en los hermanos (Buist, Dekovic y Prinzie, 2013).

CON SUS IGUALES



ADOLESCENTES E IGUALES

Una importante influencia en la adolescencia la ejerce el grupo de iguales. El grupo de iguales es una fuente de afecto, solidaridad, comprensión y orientación moral; un lugar para la experimentación y un escenario para convertirse en seres autónomos e independientes de los padres.

Es un lugar para formar relaciones íntimas que sirven como ensayo para la intimidad adulta.

En la niñez, las interacciones entre iguales son en su mayor parte diádicas, o de uno a uno, aunque en la niñez media empiezan a formarse grupos mayores. A medida que los niños avanzan hacia la adolescencia, el sistema social de los iguales se vuelve más diverso. Las pandillas o camarillas -grupos estructurados de amigos que hacen cosas juntas- adquieren mayor importancia. Un tercer tipo más grande de agrupamiento que por lo general no “existe antes de la adolescencia, no se basa en las interacciones personales sino en la reputación, imagen o identidad. La pertenencia a la muchedumbre es una construcción social: por ejemplo, los atletas, los nerds o los drogadictos. Esos tres niveles de agrupamiento pueden existir de manera simultánea y superponerse entre sus integrantes, los cuales pueden cambiar con el tiempo. Las afiliaciones a las camarillas y grupos suelen flexibilizarse a medida que progresa la adolescencia (B. B. Brown y Klute, 2003).

Normalmente, la influencia de los compañeros alcanza su punto más alto entre los 12 y 13 años, y luego disminuye durante la adolescencia media y tardía. A los 13 o 14 años, los adolescentes populares pueden involucrarse en conductas ligeramente antisociales, como probar drogas o colarse al cine sin pagar, como para demostrar a sus iguales su independencia de las reglas paternas (Allen, Porter, McFarland, Marsh y McElhane, 2005).

La toma de riesgo, en especial durante la adolescencia temprana, era mayor en compañía de los pares que cuando se está solo (Gardner y Steinberg, 2005). Sin embargo, no es probable que el apego a los compañeros en la adolescencia temprana vaticine verdaderos problemas a menos que la relación sea tan fuerte que el joven esté dispuesto a dejar de obedecer las reglas familiares, hacer las tareas y desarrollar sus propios talentos para ganar la aprobación y popularidad entre iguales (Fulgini, Eccles, Barber y Clements, 2001).



FUNCIONES DE LA AMISTAD EN LA ADOLESCENCIA.

En ocasiones no es fácil deslindar las funciones que cumplen los amigos frente a las del grupo más amplio de compañeros. Se comparten en buena medida, añadiendo a la amistad la satisfacción del deseo de intimidad.

La importancia de los amigos no tiene rival en la adolescencia al ayudar a practicar las habilidades sociales y experimentar todas las dimensiones de la amistad. Aún los padres con una mayor capacidad de empatía no pueden compararse con los iguales a la hora de proporcionar el tipo de interacciones que hacen aumentar la autoconfianza en el adolescente. Además, es por medio de las experiencias con los compañeros como los adolescentes tienen oportunidades para cultivar la intimidad, reciprocidad, compromiso y confianza que diferencian las amistades maduras de las interacciones entre niños más pequeños. Cuando se examinan las ideas acerca de

la amistad en diferentes edades, se encuentra que es a partir de los 10-11 años cuando la noción de compromiso aparece ligada al concepto de amistad.

La relación con los amigos permite modelar y remodelar los valores y las identidades: observando conductas en otros, discutiendo ideologías discrepantes, minimizando algunos aspectos del yo y reafirmando otros, como se ha señalado más arriba.

Una tercera función importante que cumple la amistad durante los años adolescentes es el apoyo emocional. Los amigos llenan el vacío afectivo derivado del proceso de desvinculación de los padres. Las experiencias compartidas, al estar todos atravesando momentos parecidos en su desarrollo, crea vínculos entre los amigos adolescentes. El cine ha poblado nuestro imaginario de buenos ejemplos de las distintas maneras en que los amigos satisfacen la necesidad de apoyo en los momentos de inseguridad que viven los adolescentes al tener que adaptarse a cambios.

Se ha señalado también que el grupo sirve a la comunicación, de la que a menudo se abdicó en la familia, por el riesgo de confrontación a que obliga en ocasiones la reafirmación del adolescente frente a lo establecido en la casa.



RELACIONES Y CONCEPCIONES ACERCA DE LA AMISTAD

Muchos autores han descrito los cambios en las relaciones de amistad que se van creando a lo largo de los años adolescentes, y en las nociones acerca de las mismas, interpretándose dichos cambios en términos de distintas necesidades en distintos momentos. A partir de la preadolescencia (10 años), las amistades que se crean se caracterizan por ser más estables, por un sentido de la continuidad ausente en las amistades preescolares y que se agudiza durante la adolescencia: se trasciende el aquí y el ahora, pero aún las relaciones de amistad conservan rasgos instrumentales en la preadolescencia y primera adolescencia (hasta los 13 años). Los amigos son aquellos con los que es gratificante estar o resultan convenientes (viven cerca, tienen juguetes u objetos

interesantes y comparten expectativas sobre actividades lúdicas), sin que exista noción de mucho afecto. Pero ya se despliegan más conductas positivas con los amigos o amigas que con otros iguales que no son amigos, y se valoran más positivamente las interacciones con ellos. Según Selman, esto se debe a la capacidad de adopción de perspectivas que permite ponerse en el lugar del otro y conocer sus sentimientos e intenciones. Para Youniss, el cambio con respecto a las concepciones de los niños se debe a una mayor comprensión de la reciprocidad.

En la adolescencia media (de 14 a 16 años) aparece una fase normativa de la noción de amistad: implica compartir valores, apoyo y lealtad.

Lo que se espera del amigo es que sea digno de confianza, como ilustran bien los ejemplos que abren este apartado. Se ha señalado que es la etapa en que las amistades desempeñan un papel de especial importancia y, por tanto, el adolescente, algo más todavía la chica, resulta muy vulnerable a los celos, la inseguridad y los temores sobre la deslealtad (Coleman, 1980).

No se cita un menor número de conflictos con los amigos, pero sí estrategias de resolución distintas.

En la adolescencia avanzada (a partir de 17 años) tiene lugar la fase empática: compartir intereses similares en un intento de mayor comprensión, mayor intimidad y deseo de apertura al otro. La amistad es una experiencia más relajada, compartida: aumenta la sensación de estar agusto con el amigo o amiga. Se valoran más la confluencia de intereses, incluyendo la ideología.

Otro cambio significativo es que se empieza a aceptar la necesidad del otro de establecer relaciones con otros y de desarrollarse a través de tales experiencias y el adolescente se siente obligado a garantizar la autonomía e independencia y a mejorar identidades respectivas.

A lo largo de la adolescencia se cita un menor número de amigos, pero cuentan más los que se tienen en áreas sociales muy significativas, sobrepasando a los padres como fuente de apoyo y consejo en muchos ámbitos, tal como ilustra Esperanza (18 años):

“Es que es muy difícil. Hay muchas cosas que a los padres no les puedes contar. Te encuentras con que les quieres contar una cosa pero no sabes cómo. Y es que es una dificultad muy grande. Tú... tienes las ganas de que te pregunten cosas. Hay veces que tampoco las puedes expresar. Es eso: te gusta más que te pregunten cosas porque te sientes más capacitada para responderles. Y contárselas a ellos es más difícil porque no sabes cómo van a reaccionar.

Tú piensas que te van a decir una cosa... y luego a lo mejor, te apoyan todo lo que pueden.... Hay cosas que no les puedes contar a tu madre; por ejemplo. A lo mejor te puede solucionar mucho más un amigo una cosa. ... A tus

padres tienes miedo de contarles por si no te entienden. Un amigo está a tu nivel, digamos. Si es tu amigo, tienes cosas en común” Los adolescentes se sienten cómodos entre sus compañeros, quienes atraviesan los mismos cambios físicos que ellos. Cuando cuestionan las ideas o normas de los adultos, recurren a ellos para pedirles consejo, y cuando se plantean ideas o valores nuevos, pueden hablarlos abiertamente con sus compañeros, sin temor a ser ridiculizados por los adultos o sentirse fuera de lugar. El grupo de compañeros es también un lugar donde establecer relaciones cercanas, que sirven como base para la intimidad en la edad adulta. La amistad es más intensa en la adolescencia que en cualquier otra época de la vida. En la adolescencia, los amigos son más íntimos y se prestan más apoyo que a edades anteriores; también exigen una mayor lealtad en la amistad, compiten menos entre sí y comparten más con sus amigos que los niños.

Estos cambios se deben en parte a su mayor desarrollo cognitivo. Los adolescentes son capaces de expresar mejor sus pensamientos y sentimientos, compartiéndolos con sus amigos.

También son más capaces de entender el punto de vista, emociones y pensamientos de otras personas.

Los varones, tanto adolescentes como adultos, suelen tener un mayor número de amigos que las mujeres y las niñas, pero las amistades entre ellos rara vez son tan cercanas como las femeninas. Entre las mujeres, un aspecto fundamental de la amistad consiste en brindarse apoyo emocional y compartir experiencias.

Los adolescentes que tienen amigos cercanos poseen una autoestima más alta, obtienen buenos resultados en los estudios y se ven a sí mismos como más competentes que aquellos cuyas amistades son conflictivas.

Los adolescentes tienden a escoger amigos con rasgos muy similares a los suyos, de manera que la influencia que ejerce el uno en el otro los hace más parecidos. En la adolescencia, esta similitud entre amigos es más importante que en cualquier otra época de la vida, tal vez porque los adolescentes luchan para diferenciarse de sus padres y les resulta necesario contar con el apoyo de personas que se parezcan a ellos.

Por este motivo tienden también a imitar los comportamientos de sus compañeros y recibir su influencia. Los amigos influyen en la forma de vestir, actividades sociales, comportamiento sexual y consumo o rechazo de drogas.

No obstante, la mayoría de los adolescentes tienen relaciones positivas con sus padres y reciben también la influencia de ellos. Los padres ejercen una mayor influencia sobre temas más profundos, como qué hacer ante un dilema moral, qué educación buscar o qué em-

pleo elegir, mientras que los amigos ejercen una mayor influencia sobre temas sociales cotidianos.



AMISTADES

Es probable que la intensidad e importancia de las amistades y la cantidad de tiempo que se pasa con los amigos sean mayores en la adolescencia que en cualquier otro momento del ciclo de vida. Las amistades tienden a incrementar su grado de reciprocidad, equidad y estabilidad. Las que son menos satisfactorias pierden importancia o se abandonan.

Una mayor intimidad, lealtad e intercambio con los amigos señalan la transición a un tipo de amistad más parecida a la que establece un adulto. Los adolescentes empiezan a depender más de los amigos que de los padres para obtener intimidad y apoyo, y comparten más confidencias que los amigos más jóvenes (Hartup y Stevens, 1999; Nickerson y Nagle, 2005). Las amistades de las muchachas suelen ser más íntimas que las de los varones, y muestran un intercambio frecuente de confidencias (B. B. Brown y Klute, 2003). La intimidad con los amigos del mismo sexo aumenta entre la adolescencia temprana y media, después de lo cual suele disminuir a medida que crece la intimidad con el sexo opuesto (Laursen, 1996).

La mayor intimidad de la amistad adolescente refleja un desarrollo cognoscitivo y emocional. Los adolescentes tienen ahora mayor capacidad para expresar sus pensamientos y sentimientos privados. Les resulta más fácil considerar el punto de vista de otra persona y les es más sencillo entender los pensamientos y sentimientos de un amigo. Confiar en un amigo los ayuda a explorar sus propios sentimientos, definir su identidad y validar su autoestima (Buhrmester, 1996).

Los seres humanos son animales sociales, y como tales, la calidad de nuestras relaciones tiene mucho que ver con los resultados. Los amigos son importantes, de manera que no sorprende que la capacidad para la intimidad se relacione con el ajuste psicológico y la competencia social. Los adolescentes que tienen amistades estrechas, estables y que brindan apoyo por lo general tienen una alta opinión de sí mismos, obtienen buenos

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

resultados en la escuela, son sociables y es poco probable que se muestren hostiles, ansiosos o deprimidos (Berndt y Perry, 1990; Buhnner, 1990; Hartup y Stevens, 1999). También es común que hayan establecido fuertes vínculos con los padres (B. B. Brown Klute, 2003). Parece estar en funcionamiento un proceso bidireccional: las buenas relaciones fomentan el ajuste, que a su vez promueve las buenas amistades. La comunicación en línea ha tenido efectos positivos y negativos en las relaciones sociales de los adolescentes.



EL NOVIO, LA NOVIA. EL NOVIAZGO

El sistema del noviazgo permite al adolescente independizarse en cierto grado de la familia e interrelacionarse con mayor intensidad en el sistema de amigos y proyectos personales, sin que los demás sistemas a los que pertenece dejen de ser importantes. El noviazgo es la relación social en la que la pareja tiene la finalidad de cultivar y conocer la propia capacidad de dar y recibir afecto. Es la escuela en la que madura el amor a través de comprometer los sentimientos y conseguir la estabilidad, fortaleciendo los valores de fidelidad, respeto y responsabilidad en la intencionalidad que se persigue hacia el futuro.

Otra forma de conceptualizar la relación de noviazgo es describiéndolo como un tiempo de conocimiento mutuo, de trato más profundo entre un hombre y una mujer con vistas al matrimonio.

La familia ocupa un lugar muy importante en la buena orientación del noviazgo adolescente, al constituir

la base de salud mental en nuestra sociedad. Al respecto, el psicólogo y consejero José A. Núñez López señala que los noviazgos de ahora son muy diferentes de los de hace 30 ó 40 años, ya que la pareja de hoy presenta mayor dificultad para comprenderse, porque ha habido cambios en los valores relacionados con la conducta sexual tanto en el hombre como en la mujer en relación con la responsabilidad, conocimientos y recursos económicos.

Cuando el adolescente inicia la atracción por el género contrario no tiene una conciencia clara sobre

sus cambios de pensar, sentir y actuar, por lo que no tiene la certeza de qué rumbo van a tomar las cosas, sólo sabe que ya nada será como antes y tendrá que encontrar la manera de volver a sentirse seguro en la nueva situación. Los sentimientos que surgen son miedo al rechazo, temor a hacer el ridículo, preocupación por la apariencia física, etc.; al respecto, el profesor Gerardo Castillo, experto en comportamiento adolescente y autor del libro *Claves para entender a mi hijo adolescente*, señala que la autoestima se agudiza

cuando no se es capaz de responder a las expectativas y presiones familiares y sociales.

Las amistades en relación con el noviazgo cumplen la función social de búsqueda de seguridad en el rumbo que se va a tomar. Por lo general el adolescente intenta una serie de mecanismos de identificación con los conocidos de su misma edad, de preferencia con quienes tienen alguna cualidad que valora y le gustaría tener. Es por eso que los compañeros de la misma edad no sólo cumplen una función social, sino también producen un efecto psicológico de saber que es normal lo que se siente, esto le da la tranquilidad necesaria para poder incursionar, con ciertas probabilidades de éxito, en el amor.

El consejo de los amigos y lo que se va sintiendo a través de una serie de fases en el proceso de la relación de noviazgo (cuadro 1.19), que van de la fascinación a la realidad, definen en el adolescente hasta dónde decide llevar su relación de noviazgo.

■ CUADRO.1.19. FASES EN LA RELACIÓN DE NOVIAZGO

Enamoramiento ciego	Del enamoramiento al amor	Estabilización	Despedida
Fase ideal, subjetiva por la falta de conocimiento de la pareja, en la que se reflejan los deseos, necesidades y expectativas propias en la otra persona. Cuando se conoce un poco más a la persona y se confrontan esas expectativas con la realidad, se puede vivir una desilusión o un enamoramiento menos superficial y más profundo; este hecho marca la segunda fase.	En la medida en que congenien, acepten a la persona tal cual es y no como se quiere que sea, se hagan acuerdos y se vayan cumpliendo y disfruten de estar juntos, se genera la tercera fase.	Hay interés y deseo de establecer y continuar una relación; se tiene conciencia de que es importante no forzar la relación y mantener una actitud de respeto hacia la pareja. Hay constante comunicación diciéndose lo que les agrada y no agrada de cómo se está llevando la relación de noviazgo; se discuten los problemas que van surgiendo, se reflexiona, se establecen acuerdos, están al pendiente sin descuidar sus demás actividades escolares, familiares, de amigos, espirituales... “Es tu responsabilidad amar sin herir los sentimientos de quien has elegido y no salir dañado de quien dice amarte.” “Tú decides.”.	Cuando uno de los dos o ambos se han dado cuenta de que ya no les produce la misma emoción que antes el seguir juntos y que no hay problemas sin resolver, resentimientos, venganzas ... se considera que lo más conveniente es terminar la relación; entonces, por el amor que un día los unió en una relación sería de noviazgo, dan paso a la relación de amistad que hizo que tuvieron la oportunidad de conocerse y disfrutar primero de ella, después de un noviazgo y nuevamente de una amistad, que es aún más profunda por el hecho de haber compartido más experiencias.

Hay muchas formas de demostrarse un amor verdadero, como disfrutar juntos unatardecer o una obra de arte, escuchar música, trabajar en una meta común, estar con la otra persona en los momentos de tristeza, desilusión o enfermedad, o bien conversar o reír por algo que parezca divertido ... Sin embargo el tipo de relación que establece el adolescente no siempre tiene el desarrollo de la empatía, el bien mutuo, el descubrimiento del verdadero amor, por lo que se hace necesario reflexionar y encauzar el camino si lo que se desea es aprender a través de una bonita experiencia en la que ninguno de los dos salga dañado al terminar la relación de noviazgo.



TIPOS DE NOVIAZGO

Cada pareja define el tipo de noviazgo que desea llevar, a veces consciente y otras inconscientemente, según los motivos que los llevaron a establecer un noviazgo.

A continuación te presentamos algunos tipos de noviazgo que ocurren en la adolescencia:



EL NOVIAZGO EN EL QUE SE BUSCA EL AMOR VERDADERO.

Aquí se dan las siguientes características:

Interés y cariño auténticos. Se ejercita la capacidad espiritual e inteligente de hacer el bien, “ayuda a crecer ya la vez le ayudan a crecer”.

Se practican los valores de honestidad, confianza, discreción y sobre todo de respeto, en: vestimenta, caricias, palabras, posturas, bailes, horarios de la cita, actividades de diversión. Hay correspondencia-afinidad en valores, sentimientos, intereses ... Existe un compromiso expresado en una informalidad de comportamiento.

Se enamoran de una forma totalmente consciente y personal, respetando la libertad de ser: “amar porque quieres y deseas, no porque lo necesites”. Se acepta a la pareja como es y no como quisiera que fuera.

EL NOVIAZGO POR INTERÉS.

Aceptar ser novio (a) de alguien por su popularidad, por sentirse presionado socialmente, por curiosidad, para tener actividad sexual o compensación de afecto por diversos problemas de incomprensión con amigos, noviazgo anterior, familia ...

El noviazgo por compasión. Cuando se acerca un amigo muy querido con diversos problemas y surge el deseo de querer ayudado, se considera que si se establece una relación de noviazgo la ayuda será más efectiva, o también aceptar el noviazgo por la insistencia de ese amigo.

EL NOVIAZGO IMPULSIVO

Cuando no se es consciente de que el adolescente pasa por estados de ánimo inestables, al grado de que a veces no se soporta ni a sí mismo, entonces se conoce a alguien que lo emociona, lo fascina con su sola presencia y se inicia una acelerada relación de amistad en la que pronto se dan el sí para establecer el noviazgo; pero empiezan a surgir sentimientos ambiguos e incluso contradictorios que confunden, que hacen dudar de lo que se siente y cuando las cosas se tranquilizan y están menos “aceleradas”, se es consciente de que el sentimiento inicial no guardaba una adecuada proporción con el interés que realmente despierta. Las experiencias y la edad nos ayudan a esclarecerlos sentimientos, nos permiten ser mesurados y pacientes. Ejemplo:

“Desde hace un año tengo un novio que era muy detallista, últimamente dejó de ser atento conmigo. Hay otro muchacho que se me declaró y me gusta, pero ¡no sé qué hacer!”

“Hace ocho meses terminé mi noviazgo, porque él quería regresar con su ex novia. Yo todavía siento quererlo.”



EL NOVIAZGO BASADO EN EL ENAMORAMIENTO

Se lleva la relación de noviazgo sin esperar el periodo suficiente o prudente para que pase la fascinación o encantamiento inicial. En este tipo de noviazgo se idealiza al ser amado, como en los cuentos de hadas, poniéndose en riesgo de sufrir profundas decepciones y tristezas porque, en la mayoría de los casos, no tienen un final feliz. Ejemplo: “En un noviazgo hay diversos problemas normales, es cierto que mi novia salió con otro muchacho, pero a quien quiere es a mí, está arrepentida y más segura que nunca de nuestro amor, es importante apoyarla como pareja.”

“Nadie mejor que yo sabe que mi novio me quiere mucho, aunque me hayan dicho que lo vieron besándose con otra, o que escucharon comentarios negativos de nuestra relación, yo sé que él es incapaz de traicionarme, porque es una persona maravillosa.”

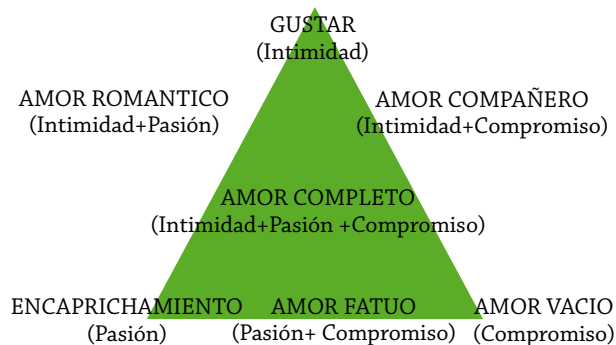
EL NOVIAZGO BASADO EN EL CHANTAJE

La persona acepta el noviazgo porque es chantajeada por su amigo(a), diciéndole que es la única salvación a su problemática, pero que si ella no acepta, no sabe qué podrá ocurrir con su vida, porque ha perdido el sentido de su existencia. En otras parejas uno o ambos utilizan el soborno o amenaza de terminar una relación de noviazgo porque no se hace lo que ellos quieren y consideran que es lo mejor para los dos. En este tipo de ideas está el creer que se es dueño del tiempo y dirección de la vida del otro, llevándola a que se adapte a la situación y sin buscar un equilibrio de común acuerdo.

EL NOVIAZGO DE LIGUE FÁCIL O SEUDONOVIAZGO.

Cuando en la pareja, uno de los dos posee el código de conducta sexual significativa o conservadora, adquiriendo así la etiqueta de tener “cierta reputación” por su comportamiento de coqueteo, convirtiéndose en presa fácil para una aventura sexual.

■ LA TEORÍA TRIANGULAR DE ROBERT J. STERNBERG



TOMA DE DECISIONES PARA ESTABLECER UNA RELACIÓN DE NOVIAZGO.

El tiempo que se le debe dedicar a la amistad antes de que se convierta en noviazgo no puede establecerse, es el que se considere suficiente, cuando se hayan observado oportunidades variadas para conocerse en situaciones distintas como problemas familiares, ante dificultades de estudio, cuando uno de los dos está enfermo, cumpleaños... con el objetivo de damos cuenta de cuál es el nivel de madurez de la pareja. Durante la relación de amistad debemos mostramos tal como somos para saber a quién le agrada nuestra compañía y a quién no; observar las reacciones para estar seguros si congeniamos en cuanto a respeto, comprensión, sinceridad, prudencia, lealtad y amistad hacia los demás. De esta forma podemos valorar la situación y tomar la mejor decisión.

Obsesionarse en querer ser como no se es, sólo para ser aceptados nos conduce a muchas insatisfacciones en el noviazgo. También es importante mencionar que algunas parejas nunca llegan a conocerse lo suficiente debido a sus actitudes por la falta de madurez.

No hay una edad específica para el noviazgo, esto depende de la decisión de cada quien: La estabilidad depende del mutuo acuerdo, apoyo y comprensión que se otorga la pareja.

Es recomendable considerar los siguientes puntos antes de establecer un noviazgo:

- **Procurar darse tiempo** al establecer una relación de noviazgo cuando el estado emocional, resultante de experiencias anteriores, aún no se ha recuperado. Tales experiencias pueden ser: haber terminado el noviazgo anterior por infidelidad de la pareja y sentirse dolido, sentirse deprimido por la muerte de un pariente cercano o tal vez saber que bebe mucho; estos factores no permiten ver a la pareja

como realmente es, porque ante estas experiencias lo que se está necesitando es un amigo que nos escuche, comprenda y oriente para superar el estado emocional en el que nos encontramos.

- **No tener grandes expectativas** al acercarnos a la persona que nos interesa, porque si no se cumplen, nos sentiremos inevitablemente frustrados, y eso no es lo mejor para tu salud. La persona tiene un valor por sí misma, no en relación con los otros.
- **Es importante escuchar la opinión** de los papás en la aprobación o desaprobación del noviazgo de los hijos y tomar decisiones juntos, porque puede ser que su orientación vaya relacionada con sus propios gustos, valores y sobre todo con las expectativas que tienen de que sus hijos se relacionen y se vinculen afectivamente con personas que estén en una mejor posición social, cultural y económica o por lo menos igual a la que tienen; esto es válido como aspiración, mas no como condición para rechazar injusta y discriminadamente a quienes puedan valer la pena. Pero otras veces los padres pueden tener razón porque están informados de que la persona que les interesa es floja, alcohólica, drogadicta, inestable, comprometida previamente con alguien más, con antecedentes de conducta delictiva, etc., por lo que es importante darse tiempo para aclarar sentimientos y así poder tomar decisiones de manera consciente y libre.
- **Ser prudente** y respetar límites al no hacer comentarios con otras personas sobre la intimidad y privacidad de la pareja. El amor se gana y se demuestra día a día en los pequeños detalles. Recuerda que para una relación de pareja se requiere el consentimiento de las dos personas.
- **Comunicación en pareja.** La comunicación es fundamental en las relaciones humanas porque incluye compartir información, sentimientos y actitudes. Muchos de los desacuerdos en las familias y entre los amigos suceden debido a una comunicación pobre, por la falta de capacitación para el desarrollo de habilidades tanto verbales como no verbales que unifiquen el sentido de lo que se quiere expresar para que sea claro el mensaje que se transmite. La comunicación es una habilidad social (Nelly, 1987, citado por Marcia Antón, 2002)

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

en la que surge la capacidad de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general y especialmente a aquellos que provoquen el comportamiento de los demás. En el noviazgo es muy importante la comunicación para aprender a comprenderse y fortalecer la confianza.

La comunicación conlleva la función de: captar, retener y al mismo tiempo discriminar alternativas útiles y adecuadas que expresen las emociones, los sentimientos y las actitudes, tanto de los otros como de sí mismos.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

En el noviazgo surgen constantemente las interpretaciones equivocadas por falta de información o porque gana la emoción cuando una pareja discute, o tal vez porque uno de los dos escuchó algún comentario que considera que ofende su relación de confianza.

Antes de iniciar cualquier plática que aclare la situación, es importante dejar pasar el estado emotivo de enojo o tristeza y estar tranquilo para lograr ser objetivo con lo que se quiere expresar.

Una vez logrado el control de las emociones, se consideran los siguientes pasos:

1. Escuchar cuidadosamente y hablar con claridad.
2. Aclarar sentimientos.
3. Tratar de entender el punto de vista, los sentimientos y las expresiones de la otra persona.
4. Ofrecer soluciones posibles a los problemas.
5. Dar mensajes positivos no verbales, como una sonrisa; agradar y reforzar a la otra persona escuchándola y simpatizando en la conversación. Esto no significa que simpatizar sea consentir, es la disposición que se tiene por comprender.
6. Iniciar y mantener contacto visual durante las conversaciones.
7. Es muy importante llevar a cabo una retroalimentación del mensaje transmitido, para estar seguros de que hemos comprendido lo que desea expresar la pareja.
8. Ante todo ser asertivos, comunicar los sentimientos y necesidades que manifiesten lo que se piensa, respetando los derechos de los demás.

SEXUALIDAD Y NOVIAZGO

¿Qué significa sexualidad? El término sexualidad significa muchas cosas en cada persona. Algunos consideran que se refiere a los sentimientos entre personas como el amor, la comunicación, el compartir, el tocar, el cuidar y el ser sensual; para otros significa hablar

de relaciones sexuales. La sexualidad humana incluye todos los conceptos anteriores y más, por eso es de gran relevancia para la salud física, mental y social de todas las personas, simplemente porque constituye un amplio conocimiento que va mucho más de la piel, que involucra afectos, se nutre de valores se expresa continuamente a nivel personal y social, reclamando información, conocimiento y educación. La sexualidad es el más delicado de los comportamientos humanos, además exige inteligencia y equilibrio.

El interés por el tema de la sexualidad se va incrementando durante el periodo de pubertad-adolescencia. Los sentidos adquieren mayor sensibilidad; así, lo que se ve, escucha y oye despierta las respuestas sexuales e incentiva el interés por conocer del tema y aprender el modo de adaptarse a los cambiantes sentimientos sexuales, influidos por valores familiares, medios de comunicación y cultura en general que se encuentra rodeada de mitos, creencias, prejuicios y sobre todo de silencio. El adolescente se orienta buscando participar en diversas actividades que fortalezcan su identidad de género y lo dirijan a identificar el amor, a veces con madurez en responsabilidad para decidir el momento adecuado de tener relaciones sexuales, y otras actuando por impulso para compensar debilidades y miedos.

El silencio, la vergüenza, la polémica que suscita este vasto tema obedece a que la manera en que vivimos y desarrollamos nuestra sexualidad está orientada por las creencias, las costumbres y los valores que la sociedad considera importantes a través de las instituciones de la familia, escuela, Iglesia, medios de comunicación.

Nuestra capacidad racional, es decir, nuestra inteligencia, nos permite reflexionar, preguntar, conocer, analizar y tomar decisiones conscientemente. Ejercitándola y procurando ser críticos con la información que recibimos, podemos formarnos cada vez mejores juicios y opiniones sobre lo que vivimos o sobre lo que sucede a nuestro alrededor.



El consejero José A. Núñez López, experto en psicología del adolescente, señala que en los años sesenta hubo una corriente interesada en liberarse, quitarse normas y tratar de llegar a una conducta sexual libre, que en lugar de favorecer a comprensión y la estabilidad de la pareja como se creía, resultó contraria; en los años ochenta y noventa cambió a una corriente conservadora, en la que se evitaba tener relaciones sexuales antes del matrimonio, y actualmente se vuelve a tener mayor libertad; esto significa que en cada época se refleja el patrón cultural existente.

La cultura la hacen los integrantes de la sociedad de acuerdo con lo que creen que proporcionará un bien; sin embargo, esto no quiere decir que la moda o toda la información que transmiten los medios de comunicación, que son parte de lo que después se convierte en cultura, sea lo idóneo. Actualmente la violencia en el noviazgo es un atentado contra los derechos humanos, pero no está tipificada como delito aunque representa un importante riesgo que puede derivar desde amenazas hasta causar la muerte, o provocar el suicidio para las mujeres, según lo señaló la investigadora del Instituto Nacional de Psiquiatría (INP), Gabriela Saldívar Hernández, en el foro de Violencia en el Noviazgo, del Senado de la República. Lo importante es que la conducta corresponda a los valores, creencias y moral inculcados en la familia y que esté dirigida a un bien futuro en una buena educación sexual.

El pedagogo Gerardo Castillo, de la Universidad de Navarra, describe en su libro, Claves para entender a mi hijo adolescente, que la vida actual de los adolescentes tiene costumbres de adultos en su tiempo libre, con la impaciencia de experimentar todo, principalmente en el amor y la diversión, dejando de vivir plenamente la infancia en la que ocurren la inocencia y el juego, debido al exceso de televisión que sofoca la curiosidad natural.

Otro autor que también considera que el adolescente tiene costumbres de adulto en cuanto a sus actitudes sexuales es el doctor James Leslie McCary (1994), señalando que la madurez física y la inseguridad de la etapa adolescente hacen que se inclinen a adquirir el papel de seductores y lleguen a tener relaciones sexuales como símbolo de poder, admiración y compensación de sus miedos, por lo que propone una educación sexual más prolongada por parte de la familia y la escuela en la que se les lleve a disfrutar la adolescencia y no la edad adulta.

Desde el punto de vista biológico, las relaciones sexuales se inician con el deseo.

Esta sensación se desencadena a través de la captación de sensaciones por los sentidos. Lo que vemos, escuchamos y oímos puede “despertar” las ganas de estar con alguien, de compartir nuestro tiempo, nuestras cosas. La cultura, el factor social y la falta de supervisión por parte

de los adultos hacen que la actividad sexual a temprana edad afecte las decisiones futuras; de acuerdo con M. Turk Blossom (1998) 80% de las madres adolescentes solteras abandonan sus estudios durante la preparatoria.

FACTORES QUE INFLUYEN EN QUE SE TENGAN RELACIONES SEXUALES DURANTE LA ADOLESCENCIA COMO PARTE DEL NOVIAZGO

- El creer que toda pareja de novios tiene relaciones sexuales y sin darse cuenta, la pareja se considera como un objeto o una conquista y no tanto como una persona única con sentimientos. Esta forma de pensar hace que no sean conscientes de los pros y los contras de su decisión.
- Actualmente hay menos control y más oportunidades para expresar afecto en privado. Desde el hecho de tener automóvil en el que se pueden desplazar a donde deseen, papás ocupados en el trabajo que no están presentes en casa a la hora de la visita del novio (a), hasta el acceso a diferentes películas ... Esto hace que algunos noviazgos se aceleren, confundiendo la pasión con el amor total y no como una parte del amor que se debe cuidar con responsabilidad.
- Presionar a la pareja a sostener relaciones sexuales o actividades sexuales indeseables. Considerar que en nombre del amor se deben tolerar muchos tipos de agresiones y aceptar comportamientos abusivos.
- Creer ser independiente con respecto a los padres y a otras figuras autoritarias, considerando que el tener relaciones sexuales es un medio de demostrar la aptitud para tomar decisiones propias, así como la necesidad de libertad que experimenta el adolescente, la cual se acompaña por lo general del imperativo de ser como sus amigos, aunque ambas exigencias sean contrapuestas o antagónicas. La mentalidad del “sexo fácil y seguro”, la cual considera que los anticonceptivos ofrecen la fácil seguridad de una llave que libera de la amenaza de un incómodo embarazo.

Los representantes del Fondo de Población de las Naciones Unidas, del ISSSTE, de Explora y del Centro Latinoamericano Salud y Mujer, señalan en el periódico Reforma de la Ciudad de México del 2 de marzo de 2002, en la página 7, que entre los 21 millones de jóvenes, se calcula que la edad promedio en la que tienen su primer relación sexual es a los 16 años, incluso, 76% de los hombres menores de 20 años y 35% de las mujeres de la misma edad reportan que mantienen una vida sexualmente activa.

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

Algunas estadísticas más:

- El 16.1 % de la totalidad de nacimientos ocurre en mujeres menores de 20 años: en su mayoría se trata de embarazos no deseados que pueden ocasionar riesgos en la salud tanto de la madre como del infante.
- Más de 7 000 jóvenes entre 10 y 24 años se infectan diariamente de VIH en el mundo.
- De 450 000 nacimientos anuales en mujeres menores de 20 años, 10% de los abortos que se practican ocurren en mujeres de 15 a 19 años.
- En el Foro de Violencia en el Noviazgo, del Senado de la República, la investigadora Gabriela Saldivar Hernández mencionó también que de acuerdo con estadísticas internacionales, de 20 a 59 % de las y los jóvenes han sido víctimas de violencia, siendo más grave la que ejercen los hombres.
- En México, un estudio del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal realizado entre 3000 jóvenes reveló que 60 % de las mujeres consultadas habían sufrido violencia. Otra investigación efectuada entre 1000 mujeres de Nuevo León indicó que 46% había vivido algún tipo de violencia.
- La violencia sexual tiene como consecuencia en las mujeres embarazos no deseados y entre 12 y 26 % de las adolescentes embarazadas son víctimas de abuso sexual por parte de sus novios.
- Otro estudio realizado por el INP entre 630 estudiantes reveló que 71.1 % de los hombres de la muestra habían ejercido algún tipo de violencia sexual y 54.7% de las mujeres la habían experimentado. (Chong,P. y otros., 2007)

Notas

(1) La idea de la recapitulación: “La teoría de la maduración de G.Stanley Hall se basaba en la premisa de que el crecimiento infantil sintetizaba los estadios evolutivos, y que había una correspondencia perfecta entre los estadios que se atraviesan a lo largo de la infancia y la historia evolutiva.”

(2) La tendencia secular. “La expresión “tendencia secular” se ha utilizado para describir el hecho biológico de que las tasas de crecimiento físico en los niños y los adolescentes se han acelerado durante los últimos 100 años, llevando a una maduración más rápida y más temprana. Esta tendencia ha sido particularmente evidente en las tasas de crecimiento de los niños de 2 a 5 años de edad, pero también ha tenido muchas implicaciones para el desarrollo adolescente.

La talla adulta completa se alcanza ahora a una edad mucho más temprana (entre los 16 y los 18 años), la estatura y el peso finales adultos han aumentado y muchos investigadores han comunicado que la talla y el peso durante la adolescencia son hoy mayores de lo que han sido nunca. (Eveleth y Tanner, 1990) (En Psicología de la adolescencia de Coleman, John y Hendry, Leo B.)

