

El Desarrollo Evolutivo del Adolescente

I. DESARROLLO ADOLESCENTE NORMAL/1

en los primeros años de la adolescencia

según la Academia Americana de Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia

Desarrollo hacia la independencia

- ☐ lucha con el sentido de identidad
- ☐ sentimiento de extrañeza y torpeza con relación al yo y al propio cuerpo
- ☐ centrado en uno mismo, alternando grandes expectativas y pobre concepto de sí mismo
- ☐ intereses y forma de vestir influenciado por el grupo
- ☐ humor variable
- ☐ habilidad mejorada para usar el lenguaje para expresarse
- ☐ se da cuenta de que los padres no son perfectos; identificación de sus fallos
- ☐ la afectividad hacia los padres no se expresa tan abiertamente, con episodios de rudeza ocasionales
- ☐ quejas de que los padres interfieren en su independencia
- ☐ tendencia regresiva hacia conductas infantiles, especialmente cuando están estresados

Intereses futuros y cambios cognitivos

- ☐ Principalmente interesado en el presente, pensamientos acerca del futuro limitados
- ☐ los intereses intelectuales se amplían y ganan importancia
- ☐ mayor habilidad para el trabajo (físico, mental y emocional)

Sexualidad

- ☐ muestra timidez, rubor y modestia
- ☐ las chicas se desarrollan físicamente antes que los chicos
- ☐ creciente interés en el sexo opuesto
- ☐ movimiento hacia la heterosexualidad con miedos de homosexualidad
- ☐ preocupación con relación al atractivo físico y sexual hacia otros
- ☐ las relaciones cambiantes son frecuentes
- ☐ preocupación sobre si se es normal

Moralidad, valores y dirección en la vida

- ☐ las normas y los límites son probados
- ☐ capacidad para el pensamiento abstracto
- ☐ desarrollo de los ideales y selección de modelos de comportamiento
- ☐ evidencia más consistente de conciencia

II. DESARROLLO ADOLESCENTE NORMAL

Final de secundaria y posteriores

según la Academia Americana de Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia

Desarrollo hacia la independencia

- ☐ creciente funcionamiento independiente
- ☐ un sentido de identidad más firme y cohesivo
- ☐ examen de las experiencias interiores
- ☐ habilidad para pensar y desarrollar ideas

- ☐ el conflicto con los padres comienza a decrecer
- ☐ creciente habilidad para postergar la gratificación y el compromiso
- ☐ creciente estabilidad emocional
- ☐ creciente preocupación por otros
- ☐ creciente autodependencia
- ☐ la relación con los amigos continúa siendo importante y toma un lugar apropiado entre otros intereses

Intereses futuros y cambios cognitivos

- ☐ los hábitos de trabajo son más definidos
- ☐ creciente preocupación por el futuro
- ☐ se le da más importancia al lugar que la persona ocupará en la vida

Sexualidad

- ☐ sentimientos de amor y pasión
- ☐ desarrollo de relaciones más serias
- ☐ sentido firme de la identidad sexual
- ☐ creciente capacidad para la ternura y el amor sensual

Moralidad, valores y dirección en la vida

- ☐ mayor capacidad para establecer metas
- ☐ interés en el razonamiento moral
- ☐ capacidad para usar la perspicacia
- ☐ creciente énfasis en la dignidad y la autoestima personal
- ☐ las tradiciones sociales y cultural vuelven a ganar parte de su previa importancia

III. LAS ETAPAS DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL

según Erik Erikson

A. Etapa oral-sensorial (0-2 años)

El lactante desarrolla confianza, si cuenta con cuidados higiénicos y alimentarios, aparte del amor y calor humanos. El maltrato o la privación de afecto en la primera infancia amenaza con llevar al bebé a ser una persona desconfiada.

+confianza -desconfianza

B. Etapa anal-muscular (2-3 años)

El niño se hace autónomo en su cuidado personal, incluyendo el control de los esfínteres. También explora el entorno físico y reafirma su autonomía. Al relegar al niño a espacios físicos limitados o al imponerle muchas prohibiciones se contribuye a una personalidad insegura.

+autonomía -inseguridad

C. Etapa motriz-digital (3-6 años)

Probada la autonomía física, el niño necesita demostrar su iniciativa en el juego y en el trato con sus amiguitos. El niño ahora inicia sus actividades. Si el entorno es excesivamente estricto e inflexible, el niño puede adquirir sentimientos de culpa indeseables.

+iniciativa -culpabilidad

D. Etapa de latencia (6-12 años)

En el ámbito escolar el niño debe aprender hábitos de trabajo y estudio, adquiriendo así sentido de responsabilidad. Cuando no hay productividad o reconocimiento de los progresos realizados, se tiende a experimentar complejos de inseguridad.

+laboriosidad -inferioridad

E. Etapa de pubertad y adolescencia (12-18 años)

El adolescente busca una identidad propia separada de la de sus padres o de las tradiciones sociales. El fracaso en la búsqueda de la identidad trae consigo confusión y desorientación en sus creencias, ideas, sexualidad y vocación.

+identidad -confusión

Una de las tareas básicas de la etapa adolescente es la búsqueda de la identidad. Dependiendo de las fases previas, la crisis de identidad de los jóvenes será resuelta con mayor o menor dificultad. De igual manera, la resolución de esta crisis contribuye al éxito de las posteriores.

F. Etapa de juventud

La relación íntima entre un hombre y una mujer lleva a la adquisición de confianza y desarrollo mutuos. El fracaso en las relaciones interpersonales puede dar lugar al aislamiento.

+intimidad -aislamiento

G. Etapa de adultez

El adulto experimenta un sentido de aportación a la sociedad con su trabajo o con la educación de sus hijos. La no-obtención de este sentido lleva a las personas a una sensación de estancamiento.

+aportación -estancamiento

H. Etapa de madurez

La persona mayor, ya jubilada, acepta positivamente la vida que deja atrás y se enfrenta dignamente a los últimos días de su vida y a la muerte. La falta de solución a esta crisis produce ancianos insatisfechos y desesperados ante la proximidad del fin de sus días.

+integridad -desesperación

IV. LOS CAMBIOS BIOLÓGICOS EN LA ADOLESCENCIA

I. LA PUBERTAD

- A. La pubertad es definida como *los cambios biológicos que tienen lugar en la adolescencia*. Estos cambios biológicos cambian a los chicos y a las chicas de la inmadurez a la madurez física.

B. Las hormonas

1. Definición. Las hormonas, según el diccionario Webster, son un producto orgánico de células vivas que, transportadas por los fluidos corporales, producen un efecto específico en la actividad de células remotas de su punto de origen.
2. La relación con los cambios de humor del adolescente. La activación hormonal puede y de hecho a menudo produce en el adolescente excitabilidad y cambios emocionales que pueden afectar la forma en que los individuos se comporten
 - a. En las chicas, puede producir ira y depresión
 - b. En los chicos, puede producir ira e irritabilidad

Los estudios parecen mostrar que los “momentos bajos” en estos cambios de humor están asociados con el tiempo que los adolescentes pasan con sus amigos o bien en actividades de ocio que ellos mismos han escogido.

Por el contrario, los “momentos álgidos” parecen estar asociados con entornos estructurados por los adultos, tales como la iglesia, el trabajo, el instituto, etc.

II. **LOS CAMBIOS FÍSICOS ASOCIADOS CON LA PUBERTAD**

A. Crecimiento físico

1. Por lo general en las chicas se da con un par de años de antelación con relación a los chicos. Los cambios evidentes son:
 - a. Alargamiento de las piernas
 - b. Desarrollo del tronco
 - c. Desarrollo de los hombros y el pecho
 - d. Mayor densidad en los huesos
 - e. Aumento de peso debido a la mayor densidad muscular

B. Cambios en la composición del cuerpo y del aparato respiratorio

1. En las chicas:
 - a. Desarrollo de los pechos y las caderas
 - b. Mayor proporción de grasa en los músculos
 - c. Son más saludables, viven más y tienen más capacidad para tolerar situaciones prologadas de estrés que los varones
2. En los chicos:
 - a. Desarrollan hombros más anchos
 - b. Cuellos más musculosos
 - c. Menos grasa durante la adolescencia
 - d. Pulmones y corazón mayores y mayor presión sanguínea
 - e. Por lo general pueden hacer más ejercicio y con mayor resistencia que las chicas

C. Desarrollo sexual

1. Características sexuales primarias. Tiene que ver con la capacidad de reproducción.
 - a. En las chicas:

- (1) Los ovarios femeninos lanzan, hacia las Trompas de Falopio, los óvulos maduros. La menstruación tiene lugar si no hay concepción.

b. En los chicos:

- (1) Los testículos producen esperma, y la glándula prostática produce semen. Existe la capacidad de eyacular el semen que contiene el esperma.

2. Características sexuales secundarias. Son las que distinguen a los chicos de las chicas.

MUCHACHOS		MUCHACHAS	
Características	Edad de aparición	Características	Edad de aparición
Crecimiento de los pechos	8-13 años	Crecimiento de los testículos y del escroto	10-13 años
Aparición y desarrollo del vello púbico	8-14 años	Aparición y desarrollo del vello púbico	10-15 años
Crecimiento corporal	9 ½ -14 ½ años	Crecimiento corporal	10 ½-16 años
Primera regla	10-16 ½ años	Crecimiento del pene	11-14 ½
Pelo en las axilas	Alrededor de dos años después del vello púbico	Pelo en las axilas y barba	Alrededor de dos años después del vello púbico
Glándulas de sudor	Al mismo tiempo que el pelo en las axilas	Glándulas de sudor	Alrededor de dos años después del vello púbico
		Cambio en la voz (crecimiento de la laringe)	Al mismo tiempo que el crecimiento del pene

III. PUBERTAD Y SEXUALIDAD

A. El adelanto de la pubertad

1. Hoy en día la pubertad tiene lugar mucho antes que hace cien años

- a. En promedio, las chicas alcanzan la pubertad (comienzan a menstruar) a los doce años y medio. Para los chicos, la pubertad comienza a los catorce. Para ambos, la edad de matrimonio ronda los 26 ó 27 años de edad.
- b. Como consecuencia vemos que el tiempo entre la pubertad y el primer matrimonio ha crecido considerablemente.

B. Las implicaciones para la sexualidad

1. Los chicos y las chicas precoces en su pubertad tienen cierta tendencia a adoptar más rápido ciertas conductas propias de adultos. Sin embargo, en la adolescencia tardía estas diferencias tienden a desaparecer.
2. Hay factores sociales –los amigos- que afectan a la conducta sexual del adolescente:
 - a. El desarrollo propio de la pubertad es una señal para el estímulo social de la conducta sexual.

- b. La iniciación en las relaciones sexuales está fuertemente asociada con las normas propias del grupo de amigos.
- c. Tener amigos que son sexualmente permisivos es uno de los factores que más contribuye a las relaciones sexuales de los adolescentes.
- d. Poco a poco las relaciones sexuales entre pre-púberes se están haciendo más frecuentes.
- e. Las influencias sociales, a tenor de lo que indican ciertos estudiosos, tienen más influencia sobre el adolescente que la que tienen sus padres. Sin embargo, otros estudios muestran que aquellos adolescentes que claramente han recibido de sus padres el mensaje que esperan que no tengan relaciones sexuales, en un gran porcentaje lo hacen.
- f. Otro factor que contribuye a las relaciones sexuales entre adolescentes es el hecho de que reciban el mensaje que el sexo es un acto puramente físico sin implicaciones emocionales, intelectuales o espirituales.
- g. Muchos padres asumen como algo inevitable el hecho de que sus hijos tengan relaciones sexuales, por tanto, no expresan mensajes en sentido contrario.

V. LOS CAMBIOS COGNOSCITIVOS EN LA ADOLESCENCIA

I. UNA MENTE EN PROCESO DE CAMBIO

- A. Durante la infancia se tiene una comprensión muy escasa de todo aquello que no se puede ver, oír, gustar o tocar.
- B. Al llegar a la adolescencia el cerebro se vuelve capaz de procesar y desarrollar operaciones mucho más complejas. Los cambios cognoscitivos se producen en la forma en que un individuo piensa y procesa la información.

1. Adolescencia temprana

- a. Capacidad de pensar de forma abstracta
- b. Se puede proponer situaciones teóricas
- c. Hay la capacidad para razonar de forma lógica
- d. Ver las cosas desde otros puntos de vista
- e. Estas nuevas capacidades permiten a los adolescentes cuestionar las inconsistencias e incoherencias que ven en el mundo.

(1) Es normal, pues, que se cuestione sus antiguas creencias y las de sus padres

2. El periodo medio de la adolescencia

- a. Tienen una mejor comprensión de las nuevas capacidades mentales que han descubierto, sin embargo, eso no quiere decir que siempre estén dispuestos a aplicarlas.

(1) Esta resistencia proviene del concepto que el hijo tiene de que las opiniones de sus padres no son de forma necesaria la ley última a acatar.

3. La adolescencia tardía

- a. A menudo pueden dominar mucho mejor las formas abstractas de pensamiento. Tiene la capacidad de ponerse en el lugar del otro y entender sus puntos de vista, incluso los de sus padres, los cuales, pueden ser considerados aceptables y válidos. Pero a la vez consideran los suyos igualmente aceptables y válidos.

II. LOS CAMBIOS COGNOSCITIVOS Y SU INFLUENCIA SOBRE LA RELACIÓN ENTRE PADRES Y ADOLESCENTES

- A. Los crecientes conflictos entre unos y otros, son el resultado normal del proceso de desarrollo de los adolescentes.
- B. Las causas más habituales de conflicto son:
 - 1. Las responsabilidades en la casa
 - 2. Los deberes escolares
 - 3. Los horarios de entrada y salida
 - 4. Limitaciones impuestas a la conducta del adolescente
 - 5. Dinero para gastos
 - 6. Apariencia física
 - 7. Salidas con chicos/as
 - 8. Los amigos
 - 9. Las relaciones sexuales
 - 10. Estudios
- C. El desarrollo de la propia identidad incluye formarse opiniones diferentes a las de los padres.
 - 1. Empiezan a darse cuenta de que los padres no siempre tienen la razón. Este es el proceso de “desidealización” de los padres.
 - a. El desarrollo de las capacidades de pensamiento lógico y abstracto hace que los adolescentes se interesen más por conceptos como la justicia, la igualdad, los derechos, etc.
 - b. Estos cambios hacen que se cuestionen las reglas y la autoridad de sus padres.
- D. Lo que los estudiosos llaman “racionamiento social” es la causa del creciente conflicto entre los padres y los adolescentes. Éstos piensan que muchos temas deberían ser una cuestión de elección personal, en vez de la opinión de los padres, la cual, al fin y al cabo, es considerada tan sólo una convención social.
- E. A pesar de toda los conflictos que afectan las relaciones entre padres e hijos, por lo general éstas no se ve amenazadas por los conflictos. El conflicto durante la adolescencia forma parte del proceso normal de maduración de la persona. No obstante, algunas realidades sociales parecen indicar que nunca como antes la brecha entre padres e hijos es una realidad y está afectando a las relaciones entre ambos.

VI. LOS CAMBIOS SOCIALES EN LA ADOLESCENCIA

I. LOS CAMBIOS SOCIALES

- A. Una creciente autonomía y una creciente distancia emocional de los padres son dos de las características sociales de la adolescencia. Ésta última se ve acompañada por una mayor influencia de los amigos sobre el adolescente, el cual puede contar con ellos para abrirse emocionalmente y poder explicar cosas tales como la sexualidad, problemas personales, miedos, preocupaciones etc.
 - 1. Esto no significa que lo mismo no pudiera ser hecho con los padres. De hecho el adolescente continúa necesitando la aprobación de sus progenitores. Sin embargo, el miedo a parecer infantiles provoca que se vuelvan hacia sus amigos en la búsqueda de comprensión y apoyo.

B. Los cambios más importantes

1. Incremento de la autonomía

- a. Durante la niñez los chicos y las chicas son más dependientes de la supervisión de los padres u otros adultos.
- b. Con el crecimiento, la necesidad de supervisión y cuidado parental se hace menos necesarios, por tanto, la ganancia en autonomía personal es evidente.
- c. Los adolescentes están aprendiendo a ser independientes y, por tanto, disfrutan grandemente con las cotas de autonomía que van adquiriendo.
- d. La mayor autonomía les permite pasar más tiempo fuera de casa y, por tanto, favorece, junto con la asistencia a escuelas más grandes, poder dedicar más tiempo a estar con sus amigos.
- e. Autonomía también supone mayor movilidad y más tiempo fuera de casa. Muchos adolescentes incrementan esa movilidad poseyendo una moto propia.
- f. La necesidad de aceptación social que todo adolescente necesita, la encuentran pasando tiempo y saliendo con sus amigos.
- g. La creciente autonomía es también una fuente previsible de conflictos con los padres. Los chicos y las chicas consideran que tienen derecho a dar su opinión y tomar decisiones en aquellas cosas que les afectan.

2. Una mayor influencia de los amigos

- a. Los amigos adquieren una tremenda influencia en la vida de los adolescentes.

- (1) De hecho, los estudiosos afirman que los amigos se están convirtiendo en el marco de referencia por excelencia –junto con los medios de comunicación– para la nueva generación de adolescentes. En este proceso, están sustituyendo a los marcos más tradicionales.
- (2) Esta influencia es normal, ya que los amigos reemplazan a los padres y otros adultos en proveer el apoyo emocional que el adolescente necesita hasta que llega a ser completamente autónomo.

- (a) Los adolescentes pasan mucho tiempo juntos porque se sienten a gusto entre ellos.
- (b) Sienten que entre ellos se entienden y comparten creencias e intereses similares.
- (c) El deseo de aceptación social se ve satisfecho al ser acogido y valorado por los amigos.

- b. Las características de los amigos

- (1) Lealtad. Los adolescentes consideran que los amigos no deberían criticar a uno a sus espaldas y deben ser fieles en su amistad.
- (2) Intimidad. Los jóvenes tienen una gran necesidad de poder compartir sus pensamientos y sentimientos más profundos. Los adolescentes se sienten comprendidos por sus amigos, los cuales, ellos creen, les permiten ser ellos mismos.
- (3) Afinidad. Los amigos suelen ser escogidos por criterios de afinidad.
 - (a) Los adolescentes tienen la tendencia a buscar relaciones que no les provoquen estrés, que sean seguras y que les hagan sentir cómodos.
 - (b) Es por eso que se juntan con otros que tengan ideas similares en temas tales como religión, salir con chicas, etc.

Es el mismo criterio el que hace que se agrupen con aquellos que tienen