



## ¿CÓMO NOS PREPARAMOS LOS PADRES Y MAESTROS PARA COMPRENDER LA ADOLESCENCIA?



Con frecuencia los padres se sienten desconcertados cuando sus hijos ingresan a la adolescencia. Esto se debe a que es una etapa en la que los profundos cambios físicos y emocionales producen la inestabilidad emocional que es característica de este período de la vida en la que el niño transita gradualmente de la niñez a la adultez.

Uno de los cambios importantes se da en el plano corporal, se produce la maduración de las características sexuales secundarias impulsada por los cambios hormonales y el cuerpo del niño se transforma en un cuerpo adulto. El adolescente tiene que ir adaptándose a este nuevo cuerpo y a sus nuevos impulsos sexuales que lo llevan a sentir atracción por el sexo opuesto.

Otro aspecto que va cambiando es que el adolescente va dejando atrás su actitud y rol de niño y va gradualmente aceptando nuevas responsabilidades. Al inicio de la adolescencia se da una profunda dependencia y el adolescente necesita mucho del apoyo y protección de sus padres pues se encuentra conmocionado por los cambios de la pubertad.

Gradualmente busca ser más independiente pero a su vez teme perder la protección que sus padres le daban cuando era niño. Por eso muchas veces oscila entre un comportamiento rebelde que busca lograr mayor autonomía, y por otro lado busca la dependencia y protección de cuando niño. Se dan estos sentimientos y comportamientos ambivalentes que muchas veces desorientan a los padres que no saben cómo tratarlos. Es de suma utilidad que los padres les den protección e independencia de acuerdo a las necesidades de sus hijos, y que la libertad que le otorguen tenga a su vez límites, pues los límites ayudan a que el adolescente se desarrolle dentro de un marco de reglas claras. La libertad excesiva es sentida como abandono por los hijos, así como la sobreprotección genera inseguridad, dependencia y no permite el desarrollo gradual de la independencia y madurez.

Como vemos, es una etapa del desarrollo llena de cambios y contradicciones, en la cual el adolescente va a refugiarse en sí mismo para tratar de entender y de procesar sus cambios. Por eso muchas veces se aísla y está pensativo o inmerso en sus fantasías; este tiempo es muy valioso ya que el adolescente está tratando de integrar, de tender puentes entre su niñez y sus cambios actuales para proyectarse como adulto y poder construir su futuro. Es importante entonces, que los adultos comprendan que esta actitud contemplativa cumple una función psíquica.

Todos estos cambios, producto de su desarrollo, apuntan a la construcción de una nueva identidad, que es una de las grandes tareas de la adolescencia. El adolescente busca encontrarse a sí mismo,

lograr una continuidad integrando sus cambios y poder proyectarse a la adultez. Quieren ser ellos mismos, necesitan separarse gradualmente de los padres para lograr individualizarse, desarrollar sus propias ideas, sus propias metas, su propia manera de ver la vida.

En este proceso de construcción de su identidad adolescente, el grupo de amigos es muy importante pues es un espacio diferente a la familia, un referente para compartir experiencias, sentirse acompañado, intercambiar ideas e identificarse entre pares. El grupo también brinda un lugar de apoyo en el proceso de independizarse de los padres y lograr más autonomía.

Otro aspecto central en la construcción de su identidad es el desarrollo de su sexualidad. El impulso sexual se ve exacerbado y pasa del autoerotismo a una sexualidad genital. Gradualmente el interés por el sexo opuesto se acrecienta y las relaciones de enamoramiento son muy importantes en el desarrollo de su vida afectiva y también son formas en que el adolescente se va preparando para una posterior relación de pareja más adulta.

Finalmente, quiero mencionar que todos estos cambios forman parte de la "crisis normal de la adolescencia" como ha sido denominada por algunos autores. Para los padres también supone, muchas veces, una etapa de crisis pues es un período de cambios para ellos: aceptar que el hijo deja de depender y necesitarlos como cuando era niño, así como que puede criticarlos y juzgarlos, suele ser doloroso.

Sin embargo, es importante que los padres, para poder tolerar mejor estos cambios, puedan comprender que estas actitudes son formas que tiene el adolescente de autoafirmarse en su proceso de convertirse en adulto. Es pues un reto para los adultos, tanto padres como maestros, lograr adaptarse a los cambios de los adolescentes, poder protegerlos y a la vez darles libertad, tener autoridad pero no dejar de dialogar y comprender, respetar sus ideas y gustos, ser firmes y flexibles cuando es necesario. Por último, es importante comprender que se debe estar lo suficientemente cerca, es decir, ni muy cerca ni muy lejos en la relación con ellos.

*Raquel Northcote*