Mirando la vida

Crisis en la adolescencia

Freepik
jcomp

María del Pilar Graiño
Lic. en Psicología

La crisis de esta etapa involucra también a los padres, en realidad todas las crisis afectan en menor o mayor medida al entorno familiar, pero ésta de una manera muy especial ya que también los padres tienen que elaborar duelos.

La adolescencia es una etapa muy importante de transición entre la niñez y la vida adulta, constituye un momento decisivo en el proceso de desarrollo de la persona. En ella se configura el "Yo" de lo que será el adulto. Se supone que es el momento en que se termina de estructurar la personalidad. En ella se define la "Identidad" del individuo. El Psicólogo Erik Erikson, la define como una crisis normativa cuyo eje es la "Identidad": el ser humano se plantea "quién soy".

Es un período confuso, plagado de contradicciones, doloroso, de desprendimiento, de duelos. En este pasaje de la infancia a la vida adulta, el adolescente debe superar el duelo por la etapa de niño que deja atrás; por los padres de la infancia generalmente idealizados; por la escuela primaria y el grupo de compañeros; por el cuerpo de niño que siente amenazado por una serie de sensaciones, impulsos y sentimientos que le resultan nuevos y no comprende. Se ve enfrentado a un cambio, algo que no conoce; tiene que tomar decisiones que le preocupan; siente que no lo escuchan, que no lo comprenden.

La crisis de esta etapa involucra también a los padres, en realidad todas las crisis afectan en menor o mayor medida al entorno familiar, pero ésta de una manera muy especial ya que también los padres tienen que elaborar duelos. La pérdida del hijo pequeño; la aceptación de este personaje que intenta ser "grande" y que no siempre responde a las expectativas que se tenían sobre él; que toma distancia; que ya no cuenta a mamá todo lo que hace o le pasa; que hace cosas o se relaciona con gente que a los papás no les agradan; etc. etc.

Pero a todo esto también se suma que los padres viven su propio duelo: por el paso del tiempo ya que el crecimiento de los hijos y su desprendimiento también los enfrenta con su propia madurez; con las cosas de la vida que les quedaron pendientes; con el miedo a la vejez, a la soledad.

El adolescente es visto por la familia y también por la sociedad como alguien grande para algunas cosas, pero aún pequeño para otras. Esto provoca rebeldía y enfrentamientos. En esta situación sufre una crisis de identidad. El psicólogo Erik Erikson, ya mencionado, definió tres formas de crisis en la configuración de la identidad: **1) difusión, 2) confusión, 3) identidad negativa.**

En la primera, la **difusión**, al perder los rasgos característicos de su forma de ser hasta ese momento, necesita ampliar su campo de experiencias y de nuevas emociones. Está en la búsqueda de nuevas vivencias y a veces parece contradictorio.

En la **confusión**, hay un empobrecimiento del sentido de identidad. Ante la dificultad para asumir nuevos roles, se encierra en sí mismo y se aísla de la realidad. Puede dejar de asistir a la escuela o abandonar el trabajo y a veces asume actitudes impropias e incomprensibles para los demás.

En la crisis de **identidad negativa**, el adolescente siente que no encuentra una identidad aceptable y asume actitudes hostiles y descalificatorias hacia todo lo que la familia y la sociedad ofrecen como adecuado o deseable. Es en estos casos ante la insatisfacción consigo mismo, puede caer en el alcohol, las drogas, la delincuencia y, en casos extremos, hasta en el suicidio.

Ninguna de estas fases descriptas es irreversible y, detectada a tiempo y vistas como momentos de transición, con acompañamiento adecuado, pueden llevar al logro de una identidad positiva.

Todo este proceso al que se suman los cambios corporales, la revolución hormonal, las oscilaciones en los estados de ánimo y la soledad, el proceso hace que se sienta diferente de los demás, solo e incomprendido. Es muy fuerte en esta etapa la necesidad de "pertenencia". Al sentir que se discrimina, se separa del nido, de los padres, de todo lo conocido necesita imperiosamente "pertenecer" a algo.

Freepik rawpixel.com

En los próximos números, seguiremos compartiendo una serie de artículos sobre esta temática.