

LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es el período evolutivo del individuo que empieza en la pubertad y termina al iniciarse la vida adulta. Se denomina pubertad al momento en que las glándulas sexuales empiezan a adquirir madurez, desarrollándose anatómicamente y fisiológicamente los órganos sexuales y apareciendo los denominados caracteres sexuales secundarios.

La pubertad no tiene una edad fija de aparición. Según KELIHER, a los once años y medio una cuarta parte de las niñas empiezan ya a menstruar, con lo cual se inicia la pubertad; dos años más tarde, es decir, a los trece años y medio aproximadamente, sólo una sexta parte de las niñas no han comenzado todavía a menstruar. En los varones, a los trece años y medio solamente unas dos quintas partes de los muchachos tienen ya desarrollados sus caracteres sexuales secundarios y han experimentado un notable crecimiento sus genitales, mientras que a los quince años y medio una décima parte todavía no ha entrado en la pubertad.

La adolescencia es un período en el que se experimentan importantes modificaciones físicas y psíquicas, necesarias para llegar a ser un adulto. Durante este período acontecen muchos cambios físicos consistentes en la adquisición de las formas y funciones propias de los adultos de su sexo. En los varones se cambia la voz volviéndose ésta más grave, crece la barba y hay posibilidades de eyacular semen. En las niñas se desarrollan los pechos, se producen cambios en el útero y en el área pelviana y aparece la menarquia. En ambos sexos crece el vello, particularmente en el pubis y en las axilas, se produce un aumento de la estatura y del peso, se modifican, a veces notablemente, las facciones y cambia algo la estructura general del cuerpo. En la mayor parte de los niños se produce el "estirón" prepuberal, caracterizado por un rápido y acentuado aumento en altura y peso que ocurre durante los meses precedentes a la menarquia en las niñas y al desarrollo de vello pubiano y la posibilidad de eyacular semen en los niños.

Según una estadística de F. K. SHUTTLEWORTH, las niñas maduran como media más pronto que los muchachos; esto significa que habrá un período de varios meses durante los cuales las niñas son un poco más altas y corpulentas que los muchachos de su misma edad. La máxima aceleración de este proceso tiene lugar en las niñas a los 12 años 6 meses como media, mientras que en los niños es a los 14 años 8 meses de media. La hembra acaba de desarrollar su morfología femenina entre los 15 y los 18 años. El varón no termina la formación de su morfología masculina hasta los 20 ó 22 años.

Desde el punto de vista psicológico el adolescente se ve envuelto en una serie de circunstancias típicas de este período y que de no ser resueltas correctamente pueden dar lugar al desarrollo de conflictos y desajustes de su personalidad. Las más importantes son las siguientes:

a) *Relaciones con los padres y camaradas.* Durante este período se produce un desplazamiento de los intereses del adolescente, desde el marco familiar al extrafamiliar. Generalmente este cambio no se verifica de forma gradual y lenta, sino que brota generalmente con cierta brusquedad y da lugar a fricciones. Un chico a los 12 ó 13 años suele encontrarse en el ambiente familiar en un estado de subordinación, mientras que con sus amigos puede encontrarse en una situación de igualdad y aún de superioridad. La actitud de los padres debe ser comprensiva hacia las nuevas necesidades y, en tanto

este desplazamiento de intereses no sea exagerado, no deben reñir a sus hijos porque hagan menos vida de familia que antes, o lamentarse de ello a menudo. Todos los padres tienen que mo-

personas y ver las cosas como ellas las ven, comprendiendo los sentimientos y actitudes de los demás. Esto requiere haber alcanzado ya un aceptable grado de madurez emocional. El ado-

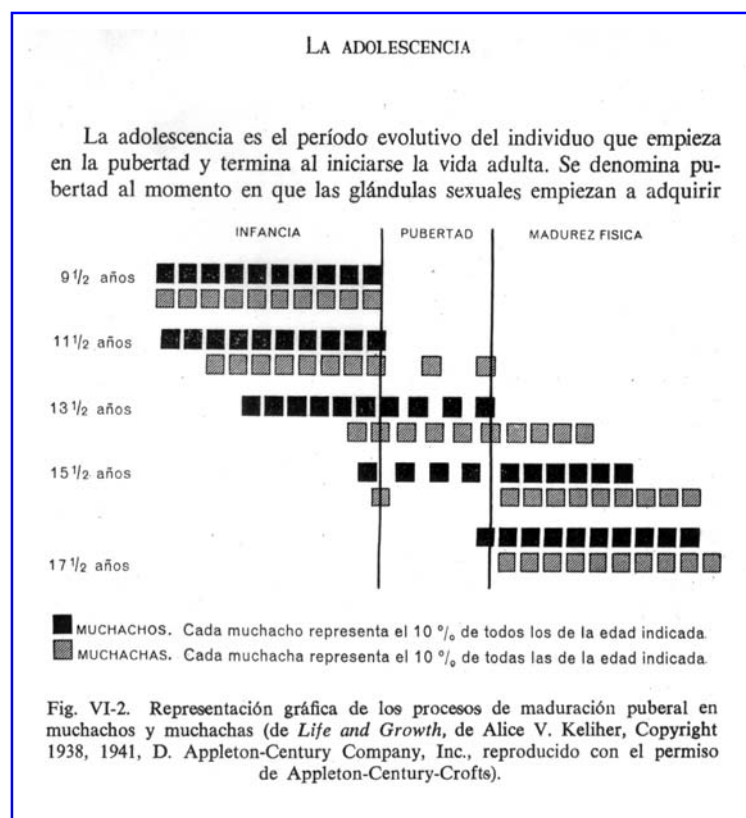
de a la vida privada de la mayor parte de las personas y que las normas que sobre la vida sexual se aconsejan o preconizan, luego ellos mismos no las cumplan con exactitud. Esto puede sembrar la confusión en la adolescente, que no sabe si ceder a las pulsiones sexuales que ya siente o atenerse a las normas de comportamiento que se le inculcan, y como los impulsos eróticos ejercen su presión ya a esta edad en que la sociedad no aprueba su satisfacción, la solución más frecuente suele ser la masturbación. Virtualmente todos los muchachos varones se masturban y probablemente de la mitad a los dos tercios de las muchachas también recurren a esta actividad cuando sienten pulsiones eróticas y no aprenden a sublimarlas, canalizarlas o satisfacerlas de otra manera, según resulta de las investigaciones de KINSEY, LANDIS y RAMSEY, KINSEY ha encontrado que los muchachos con un grado de escolaridad sólo primario realizan prácticas premaritales con una frecuencia siete veces mayor que los universitarios; éstos practican más la masturbación y el petting.

Puesto que la continencia sexual es perfectamente compatible con la vida, un sujeto puede aprender a no satisfacer sus pulsiones sexuales, canalizándolas «sublimándolas», en una amplia variedad de actividades -trabajo, deportes, arte y otras formas de actividad creadora-. De no encontrar tales substituciones, estos impulsos pueden reprimirse o dar lugar a una perversión. Para Freud el estado de salud mental depende precisamente en gran parte de la forma en que se haya aprendido a satisfacer, sublimar o frustrar la libido.

Los trabajos de Freud han servido también para comprender mejor la dinámica y estado de la sexualidad en las diferentes fases de la evolución de un individuo. Hay muy poca atracción entre los sexos antes de la pubertad. Los niños miran a las niñas a menudo como seres cargantes y débiles y consideran rebajarse o afeminarse formar parte de sus grupos, juegos o actividades. A su vez, las niñas consideran frecuentemente que los niños son demasiado rudos y descorteses. Estas aversiones generalmente continúan hasta un corto tiempo después de la pubertad y muchas veces son formaciones reactivas que de hecho camuflan el interés creciente por los miembros del sexo opuesto. Poco después, sin embargo, el camuflaje suele dar paso a que cada individuo vaya escogiendo con mayor o menor certidumbre las técnicas y mecanismos que estime más adecuados para ejercer una atracción sobre el otro sexo.

El final de la adolescencia

Es difícil precisar cuando termina la adolescencia. Ser adulto quiere decir asumir los papeles propios de esta etapa de la vida, tales como la adquisición de la independencia económica, el desempeño de una profesión, el matrimonio, la paternidad y la asunción de una serie de responsabilidades civiles servicio militar, poder votar, etc.-. No se llega a la etapa adulta a la misma edad en unos medios culturales o en otros. En general, en las culturas primitivas se es más pronto adulto. En las culturas de tipo occidental generalmente cuesta más tiempo llegar a asumir un papel adulto, sobre todo cuando la iniciación de las actividades profesionales sólo es posible a través de un largo período de aprendizaje. Los adolescentes de las clases trabajadoras se convierten en adultos -es decir, actúan como tales- generalmente más pronto que la mayor parte de los universitarios, que generalmente no pueden organizar su vida adulta basta después de los 25 años.



dificar paulatinamente sus actitudes o su conducta hacia sus hijos adolescentes aceptando que es natural que tiendan a adquirir más independencia y procuren valerse cada vez más por sí mismos, por lo que les resulta molesto y desagradable que los padres continúen dirigiendo sus vidas, inmiscuyéndose hasta en cuestiones de detalle. El adolescente es ya plenamente consciente de su desarrollo sexual y de las modificaciones que ha alcanzado su propio cuerpo. Sabe que ya no es el niño que antes era y le resulta fastidioso que sus padres se empeñen en seguirle tratando de la misma forma. Es él quien va escogiendo sus amigos, planea sus propias actividades y se rebela si padres, maestros o superiores no le conceden el minimum de libertad a que se considera ya acreedor.

Esta fase de transición es más difícil cuando los padres tienen ellos mismo dificultades emocionales. El adolescente generalmente se ve envuelto en una situación ambivalente, por una parte necesita el amor y dirección de los padres, pero por otra manifestarse así le parece un exceso de debilidad o de dependencia. El porte de autosuficiencia de algunos adolescentes es muchas veces una máscara que sirve para camuflar sus propias vacilaciones interiores a los amigos, a la familia e incluso asimismo. Se requiere, pues, para esta etapa de la vida una mutua comprensión.

La importancia de las relaciones intrafamiliares positivas la ha demostrado WARNATH en una investigación consistente en entrevistar de forma sistematizada a un grupo de muchachos acerca de las actitudes recíprocas de padres e hijos durante el período de la adolescencia y comparar estos resultados con los obtenidos al puntuar una "escala de estimación" sus compañeros de clase en función de su sociabilidad, simpatía, cordialidad y éxito. Warnath encontró que los muchachos que por las fricciones de la familia se veían forzados a buscar satisfacciones sociales fuera de casa eran actualmente menos cooperadores y desenvueltos socialmente que aquellos muchachos cuyos padres mantuvieron un ambiente cordial y prudentemente permisivo hacia las necesidades de sus hijos adolescentes.

b) Conflictos emocionales.

La fase de la adolescencia es propicia al desarrollo de conflictos emocionales en parte dependientes de la habilidad y el éxito en el entablamiento de nuevos contactos.

Puede desarrollar más fácilmente contactos quien tiene más tendencia a la empatía, es decir, quien tiene más facilidad para ponerse en el lugar de las otras

lescente que ha tenido éxito desarrollando unas relaciones armónicas con los padres, tiene luego también más facilidad para empatizar con otros adolescentes. En sus relaciones con los adultos suele mostrarse con menos "empatía", probablemente a consecuencia de que la experiencia que tienen los adolescentes en asumir papeles adultos es todavía muy limitada. Cuando los adolescentes empiezan a asumir papeles adultos, por ejemplo cuando a través de su trabajo empiezan a ganar dinero, aumentan sus posibilidades de empatía con los adultos.

Los adolescentes que están más preocupados consigo mismos, con sus necesidades y problemas, tienen menos posibilidades de empatía, lo cual puede engendrar en ellos un período de ansiedad. Hay en el adolescente una tensión expectativa acerca de cómo considerarán los demás sus nuevos papeles y formas de actuar. REMMERS y RADLER hicieron, en 1957, una investigación consistente en administrar a un grupo de adolescentes un cuestionario en el que, de todos los problemas y circunstancias de cada uno de los items del cuestionario, debían clasificar en orden de importancia aquellos que consideraban como más importantes. En cabeza figuraban las siguientes cuestiones: 1.ª desear agradar más a otras personas; 2.ª desear hacer nuevas amistades; 3.ª no inspirar lástima a un grupo; 4.ª desear ganar -o perder- peso; 5.ª desear tener éxito social.

Estos mismos autores y otros investigadores indican que las niñas tienen como media algo más de ansiedad que los muchachos, quizá porque generalmente tienen menos oportunidades de descargar directamente las tensiones resultantes de sus conflictos y frustraciones. Aunque la sociedad tolera una cierta agresividad y espíritu competitivo en las muchachas, estos rasgos se permiten más a los chicos, por lo que aquéllas tienen más ocasiones de quedar bloqueadas. También el hecho de que la sociedad espere de ellas papeles más secundarios, puede contribuir a aumentar los sentimientos de inseguridad y ansiedad en las adolescentes.

c) *Problemática sexual.* La mayor parte de los adolescentes cuando tienen 15 años pueden realizar ya las funciones sexuales como si fueran adultos; sin embargo, la sociedad exige y espera del adolescente que postergue hasta el matrimonio sus satisfacciones sexuales. Generalmente es difícil que un adolescente obtenga de un adulto una contestación sincera y clara a las cuestiones que le plantea sobre materia sexual. No es raro que los adultos aparenten un tipo de conducta sexual más puritana que la que de verdad correspon-