

RELACIONES FAMILIARES

La familia es un contexto fundamental en el desarrollo de las personas, incluso en la etapa adolescente. Sin embargo, en la sociedad permanece una idea del adolescente conflictivo que rompe con las normas familiares. Esta idea está promovida por la visión psicoanalítica y por la evolutiva, según las cuales para conseguir la individualización es necesario que rompa y se distancie de los vínculos familiares al tiempo que gira en busca de una relación más igualitaria que le permita crear nuevos vínculos afectivos.

EL MITO DE LOS CONTINUOS CONFLICTOS FAMILIARES

La pubertad y adolescencia de los hijos puede también coincidir con la crisis de la mitad de la vida de los padres. Los conflictos familiares son algo normal y a pesar de todo, los adolescentes siguen considerando a la familia como fundamental.

Los adolescentes perciben menor cercanía, compañía e intimidad de los padres y madres que los preadolescentes. Y los padres y madres consideran que los adolescentes rompen sus expectativas con más frecuencias que cuando eran preadolescentes.

Es importante no ver estos conflictos como algo negativo, ya que cuando se producen en un clima de afecto y cariño supondrán un mejor ajuste del adolescente.

CONTINUIDAD ENTRE RELACIONES FAMILIARES EN LA INFANCIA Y EN LA ADOLESCENCIA

Según la teoría de apego, el tipo de apego establecido durante la niñez tiende a ser estable, y aquellos que establecieron un vínculo seguro, tienden a mantenerlo.

La forma externa de la expresión de las emociones va a variar durante la adolescencia, y en lugar de muestras de afecto explícito, mostrarán su cariño a sus padres preocupándose por sus asuntos, cuidándoles, bromeando...

Lo destacable es la idea de continuidad, y que aquellas familias que mejor se ajustan a la transición adolescentes con apego seguro tendrán más confianza para explorar en las relaciones con los iguales, la pareja... Han formado un modelo mental en el que son dignos de ser queridos y que saben que cuando necesiten a sus padres, allí estarán.

LA AUTOESTIMA

A lo largo de la adolescencia, la autoestima se diversificará al tiempo que el autoconcepto, añadiendo más componentes (autoestima física, autoestima relacional...).

Pero a pesar de esto seguirá existiendo una autoestima global que se verá influida por los diferentes componentes en función de la importancia que tenga para la persona.

Los chicos suelen tener mejores niveles de autoestima global que las chicas. Los chicos tendrán mejor autoestima en matemáticas, apariencia física o deportes y las chicas en competencias verbales y relaciones interpersonales.

La autoestima suele decrecer al inicio de la adolescencia puesto que es el momento en el que se enfrentan a mayores cambios físicos.

Los factores que afectan a la autoestima son el contexto familiar afectuoso y cohesionado, con estilo democrático o relación de apego seguro y las relaciones de comunicación y confianza con el grupo de iguales.