



San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
ILUMINO

# LA IDENTIDAD



San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

# LA IDENTIDAD

## LA IDENTIDAD: TEORÍA DE ERIK ERIKSON, JAMES MARCIA, GÉNERO E IDENTIDAD, CULTURA E IDENTIDAD

### TEORÍA DE LA IDENTIDAD DE ERIK ERIKSON

Para Erikson citado por Jensen (2008), la tarea evolutiva principal de la adolescencia es la formación de una identidad individual congruente, la cual se integra en la medida que el adolescente elige valores, creencias y metas en la vida.

La sociedad espera que los jóvenes decidan ir a la universidad, trabajar, tengan relaciones amorosas y elijan sus preferencias políticas y prácticas religiosas.

El objetivo de formación de la identidad consiste en hacer elecciones, explorar alternativas y desempeñar roles.

En la teoría de la identidad planteada por Erikson, indica que en la etapa del establecimiento de la identidad versus la confusión de roles, el adolescente requiere verse a sí mismo y conocer como esperan los demás que él sea.

Este sentido de individualidad permite resolver los conflictos de forma adaptativa en el medio social.

Los adolescentes deben responder la pregunta ¿quién soy yo? de manera satisfactoria, si fallan en esto sufrirán confusión de roles, asociada a la dificultad de hallar una identidad ocupacional y para encontrar un lugar dentro de su entorno.

El desarrollo de una identidad positiva depende del apoyo de grupos significativos para identificarse con un papel adulto también significativo, de lo contrario surge la crisis de la identidad.

La falta de apoyo y un ambiente desfavorable posibilita que un adolescente adopte una identidad negativa que se opone a los valores y principios dominantes de la cultura, esto tiene un resultado perjudicial en la salud mental y acciones delictivas.





## TEORÍA DE LA IDENTIDAD DE JAMES MARCIA

Jensen (2008) menciona a Marcia como uno de los estudiosos que ha profundizado en la teoría de la identidad propuesta por Erikson.

James Marcia explica los criterios utilizados para establecer el logro de una identidad madura como dos variables: crisis y compromiso, en relación con la elección de una ocupación o vocación, las creencias religiosas y la política.

Para dicho investigador, la crisis se refiere al período de elección entre alternativas significativas por el que pasan los adolescentes, mientras que el compromiso se refiere al grado de implicación personal que muestra el individuo.

**LA CRISIS SE REFIERE AL PERÍODO DE ELECCIÓN ENTRE ALTERNATIVAS SIGNIFICATIVAS POR EL QUE PASAN LOS ADOLESCENTES.**

Asimismo, unifica estos dos criterios al señalar que una identidad madura, se logra cuando el individuo ha experimentado una crisis y se ha comprometido con una ocupación o una ideología.

A continuación, se hace una explicación del modelo de los niveles de la identidad en cuatro estados o niveles básicos que propone Marcia: identidad difusa, identidad prestada (exclusión), moratoria y logro de identidad.

- **Identidad difusa:** en este nivel el adolescente combina la falta de exploración con la ausencia de compromisos.

Aún no se ha experimentado un período de crisis, ni se han comprometido con una ocupación, una religión, una filosofía política, con roles o conductas sexuales. No han experimentado una crisis de identidad en relación con cualquiera de las situaciones anteriores, ni tampoco han reevaluado, buscado o considerado alternativas.



La difusión es una característica normal de la adolescencia temprana.

Los elementos como el tiempo, la presión de los padres, los iguales y el colegio detonan la lucha por tomar decisiones sobre su identidad.

Si los adolescentes no muestran algún interés por comprometerse pueden sentirse inseguros con respecto a su propia identidad.

Si un adolescente ha tratado de tener un compromiso de identidad y ha fallado, la respuesta puede ser la ira dirigida contra los padres o líderes religiosos, políticos o algún dirigente que represente la autoridad.

Los adolescentes mayores que se aíslan socialmente o se rebelan en contra de todos los valores establecidos y que adoptan una actitud desafiante en contra de toda autoridad, caen dentro de esta categoría, es decir su identidad es difusa.

Los adolescentes de identidad difusa que evitan la ansiedad, la crisis y el compromiso por medio del alcohol o de las drogas intentan negar que existan los problemas.

Algunos investigadores señalan que un estancamiento prolongado en un estadio de identidad difusa sin cambios, puede conducir a la desintegración de la personalidad y se produce un diagnóstico de enfermedad mental como la esquizofrenia o el suicidio.

- **Identidad prestada o exclusión:** en este nivel el adolescente tampoco ha experimentado una crisis, la diferencia es que sí se han comprometido con ocupaciones e ideologías que no son el resultado de su propia búsqueda, sino que han sido dadas por otros, como los padres.

En otras palabras hay compromiso pero no hay exploración.

Se identifican estrechamente con el progenitor del mismo sexo. Son lo que otros quieren que sean, sin decidirlo realmente por sí mismos. Un ejemplo de este tipo de estado de identidad es el o la joven que desea desempeñarse en la misma ocupación de su padre o madre.





Los adolescentes de identidad prestada no son capaces de distinguir entre sus propias metas y las que sus padres planean para ellos, dependen de ellos para establecer su identidad como un síntoma de dependencia neurótica, esto quiere decir que la dependencia es excesiva y genera mucha ansiedad en la persona codependiente.

Tales sujetos, con actitudes autoritarias e intolerantes muestran un alto grado de conformidad y generalmente se sienten satisfechos con su formación universitaria. Sin embargo, en situaciones de estrés tienen un bajo rendimiento. Su seguridad consiste en evitar el cambio o estrés.

Por esto, la falta total de conflicto durante la adolescencia es perjudicial en la madurez psicológica individual.

También se ha sugerido que el estado de identidad prestada es un medio de reducir la ansiedad. Las personas que se sienten muy mal ante la incertidumbre, toman decisiones sin un proceso largo de consideración.

Con frecuencia se casan cuando aún estudian y toman decisiones prematuras en relación con su profesión sin analizar los inconvenientes.

Entre este mismo grupo de personas también hay dos tipos los individuos de identidad prestada, ya sea permanente o temporal, basada en la voluntad de un individuo de responder a las circunstancias cambiantes del entorno.

Los individuos con una firme identidad prestada o son los que probablemente no cambiarán de estado.

En la formación de la identidad durante la adolescencia tardía y la edad adulta temprana es posible que algunos individuos difusos cambian su estado a mediano plazo.

También se puede distinguir entre aquellos que probablemente cambiarán, de los que probablemente permanecerán estancados en su desarrollo durante períodos más largos de tiempo.



Se puede diferenciar a los individuos de identidad prestada que demuestran una cierta apertura hacia las posibilidades de un futuro cambio, de los que no lo hacen. En otras palabras, algunos sujetos de identidad prestada cambian en la dirección de una identidad en fase de moratoria o de logro de identidad, que muestran la pérdida de vínculos con la categoría de identidad prestada.

¿Tienen identidades los individuos en culturas que no fomentan ni apoyan las crisis de identidad? Por supuesto, pero la identidad es prestada. Recorrer el proceso de toma de decisiones necesario para lograr una identidad, puede ser doloroso, una experiencia poco agradable sin el apoyo cultural para la crisis.

Analice lo siguiente: es más fácil permanecer con una identidad prestada en una sociedad estancada, restringida o con patrones colectivistas.

Esto es cierto, por cuanto las opciones de explorar o ensayar diferentes roles quedan limitadas y la estructura social es la que otorga las ocupaciones y funciones de los miembros jóvenes a quienes les es más fácil proseguir con la tradición familiar porque todo ya está dado.





San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

- **Moratoria:** la palabra moratoria significa un período de demora en alguien que aún no está preparado para tomar una decisión o asumir una obligación. En este nivel el adolescente inicia la exploración pero no el compromiso.

## LA ADOLESCENCIA ES UN PERÍODO REEXPLORACIÓN DE ALTERNATIVAS PREVIO A TOMAR COMPROMISOS.

La adolescencia es un período reexploración de alternativas previo a tomar compromisos.

Algunos sujetos en esta etapa se implican en crisis continuas. Como consecuencia, parecen confusos, inestables

y descontentos. Con frecuencia, son rebeldes, no cooperativos y son evaluados con un menor autoritarismo.

Algunas personas de estatus moratorio evitan enfrentarse a los problemas y pueden tener una tendencia a postergar hasta que las situaciones dicten un curso de acción. Debido a que experimentan crisis, tienden a ser ansiosos.

Los adolescentes en esta categoría, generalmente, tienen padres bastantes permisivos, se encuentran inseguros con respecto a la carrera y la universidad seleccionada y pueden sentirse infelices con la vivencia y la formación en la universidad.

Otros muestran un alto nivel de conflicto de autoridad, parte de sus crisis constituyen un intento por independizarse de sus padres.

En contraste con este ejemplo, utilizar la adolescencia como un período de moratoria puede ser una experiencia positiva.

Si los adolescentes con moratoria tienen la suficiente oportunidad de alcanzar, experimentar y desempeñar diferentes funciones, existe una muy buena alternativa para que se encuentren a sí mismos, formen una identidad y establezcan compromisos políticos, religiosos, se tracen una meta vocacional y opten por una orientación sexual definida más claramente. Estos compromisos finales son, con frecuencia, menos radicales que algunos de los tentativos y exploratorios compromisos durante la moratoria.





De acuerdo con Marcia, la moratoria es un prerrequisito verdaderamente esencial y necesario para el logro de la identidad.

Por ejemplo, balancear entre las opciones académicas que pueda financiar la familia y la preferencia vocacional del adolescente, puede ser una experiencia en el ejercicio de las elecciones personales al realizar una evaluación de las diferentes universidades, descripciones de los cursos y los requisitos para las carreras de su interés.

El proceso de análisis, complejidad cognitiva, tolerancia, inteligencia y clase social inciden en la moratoria para tomar la decisión.

La puntuación alta se da cuando mejor exploran alternativas y utilizan el período moratorio de una forma constructiva.

Ha observado que algunos adolescentes tienen dificultades para elegir una carrera universitaria más que otros, esto significa que el número de adolescentes en el estado de moratoria aumenta en el momento de ingreso en la universidad.

La razón es porque los estudiantes de universidad se enfrentan de una forma más activa y racional a la crisis para establecer un compromiso ocupacional y que están estimulados para reflexionar sobre sus ideologías.

Como resultado, muchos adolescentes cambian sus carreras universitarias y no las concluyen.





- **Logro de identidad:** en este nivel se combina la exploración y el compromiso, se ha resuelto la crisis de identidad al evaluar detenidamente varias alternativas y elecciones, concluyeron y tomaron decisiones por ellos mismos.

Han estado altamente motivados hacia el logro, con adecuado reconocimiento de sí mismos y un yo claramente definido y una adaptación social positiva.

Una vez que se ha logrado la identidad, hay una autoaceptación, una autodefinición estable, un compromiso hacia una vocación, religión o ideología política. Hay coherencia entre el sí mismo y la aceptación de capacidades, oportunidades y limitaciones.

Hay un concepto más realista de las metas. Aunque estos individuos son más avanzados en su desarrollo del yo, no están necesariamente libres de ansiedad. Una vez comprometidos con metas específicas, están todavía preocupados por cómo conseguirlas.

Depender de los padres, permanecer en la casa sin responsabilidades, con una vida y experiencias de trabajo limitadas no conducen al logro de la identidad. Algunos estudiantes se pierden la fase moratoria, pero asumen compromisos temporales, que con frecuencia son superficiales: mientras estudian una carrera de la que no están completamente seguros, realizan algún trabajo temporal, o se dedican a trabajar sin tener claro sus capacidades y preferencias vocacionales, con frecuencia cambian de trabajo porque no tienen claridad sobre lo que quieren o les gusta hacer.

Reflexione si en los ejemplos anteriores las personas han logrado sus identidades completas.

Incluso en el nivel universitario, un alto porcentaje de los estudiantes cambia su orientación profesional a lo largo de la carrera. Sin embargo, el porcentaje de adolescentes que ha logrado su identidad aumenta con la edad.

<b><i>NIVEL</i></b>	<b><i>DESCRIPCIÓN</i></b>
<b>Estado identidad difusa</b>	Combina falta de exploración y ausencia de compromiso.
<b>Estado identidad prestada o exclusión</b>	Hay compromiso pero no hay exploración.
<b>Moratoria</b>	Inicia exploración pero no hay compromiso.
<b>Logro de la identidad</b>	Combina exploración y compromiso.

Tabla 1.1 Niveles de identidad según James Marcia. Fuente: Elaboración propia con base en Jensen, J. (2008). Adolescencia y adultez emergente. México: Pearson.

Según lo anterior, todos los adolescentes pasan por los diferentes estados de identidad, es posible que en la transición se estancuen de forma temporal o permanente en alguno de los niveles o bien puedan lograr una identidad definida.

Es importante considerar que la exploración y vivencia de los diferentes estados de la identidad permite al adolescente ser funcional en determinados momentos, sin embargo, las exigencias de las siguientes etapas evolutivas y el entorno demandarán un mayor compromiso y más claridad en la definición de su identidad.

## GÉNERO E IDENTIDAD

Jensen (2008) señala que en la formación de la identidad hay diferencias de género y estas radican en la exploración ocupacional.

Como es sabido por muchos, la disponibilidad de carreras y ocupaciones también están sujetas a una condición de género o lo que se ha llamado sesgo por género o sexismo, en otras palabras, por una distorsión histórico social a las mujeres se le adjudican actividades académicas o laborales que estén en relación al cuidado y servicio de otros, como la prolongación de una función materna o maternaje y a los hombres la afirmación de su fuerza, inteligencia y liderazgo.

Los mitos de estas diferencias de género se sustentan en las características biológicas entre cada sexo y por el aprendizaje social, que sugieren que las mujeres no deben realizar determinadas actividades o están más dispuestas que los hombres a restringir su exploración ocupacional para mantener sus relaciones afectivas por un mandado o repetición del patrón cultural.

Compare a cuántas mujeres y hombres ha conocido, cuyo discurso tiene que ver con la renuncia o postergación de los estudios o puestos de trabajo por mantenerse cerca de sus familias.

Es posible que el resultado sea una mayoría de mujeres menos dispuestas que los hombres de aprovechar las oportunidades educativas u ocupacionales.

Parece que a las mujeres se les dificulta más en este proceso de construcción de identidad separarse del mandato social de la maternidad y conformar una familia para explorar otros roles o ampliar sus ideologías.

Este comportamiento ha cambiado, motivado por las luchas en favor de los derechos de todas las mujeres a acceder de forma equitativa a las mismas oportunidades.

En la teoría de Erikson mencionada por Jensen (2008) explica esta diferencia de género: mientras que las mujeres dan más importancia a la intimidad que a la identidad, en los hombres, la identidad tiene prioridad sobre la intimidad.



Según Erikson, el problema principal de la adultez joven es el de consolidar la intimidad frente a aislamiento.

Al crear la intimidad se une la identidad recién formada con otra persona en las mismas condiciones en una relación íntima, pero si esto no ocurre, la otra alternativa es el aislamiento, que se caracteriza por la incapacidad para formar una relación íntima duradera.

**LAS MUJERES QUE SE ENFRENTAN A UNA ETAPA DE INTIMIDAD SIN UNA IDENTIDAD CLARA, DEFINITIVAMENTE, CODEPENDERÁN DE SU PAREJA PARA LA MAYORÍA DE DECISIONES EN SU VIDA PERSONAL Y AFECTIVA.**

Este autor señala la relación entre identidad e intimidad enfocada en las diferencias de género y explica que las cuestiones de la intimidad se les presentan primero a las mujeres que a los hombres.

Esto se da históricamente por el aprendizaje social de que la mujer debe ser deseada y elegida para vivir en matrimonio, para luego hacerse cargo de la crianza y cuidado familiar.

De aquí se deriva la siguiente diferencia: las mujeres alcanzan la intimidad antes que la identidad, mientras que los hombres tienden a lograr la identidad antes que la intimidad.

Lo anterior tiene sentido cuando se trata de comprender la razón por la que mujeres adolescentes le brindan mayor importancia a las relaciones de noviazgo, mientras que sus pares masculinos parece que no maduran con respecto al compromiso sentimental. Pues resulta que cada uno inicia de forma temprana o rezagada el mismo proceso, cuya etapa evolutiva es diferente a la anterior.

Las mujeres que se enfrentan a una etapa de intimidad sin una identidad clara, definitivamente, codependarán de su pareja para la mayoría de decisiones en su vida personal y afectiva.





San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

## **CULTURA E IDENTIDAD**

El enfoque sobre este apartado se centrará en la influencia de la cultura sobre la identidad de los adolescentes.

En su proceso de formación como docente ya deber tener el conocimiento sobre la diferencia entre las culturas individualistas o amplias y colectivistas o restringidas y la forma en cómo se instaura el yo de las personas dentro de cada una de ellas.

Los teóricos Erikson y Marcia han plasmado sus propuestas con base en las experiencias personales con marcado arraigo hacia las sociedades industrializadas, no así con las más tradicionalistas, sobre lo que acontece y cómo se desenvuelven estas sociedades.

Entonces se parte de tres aspectos fundamentales en la conformación de la identidad como lo son: el amor, el trabajo y la ideología.

Para lograr experiencias y un balance en dichas situaciones, el adolescente debe ejercer un yo independiente y tomar libres decisiones sostenido en un marco de valores y principios que le orienten en actitudes y elecciones sanas.

Pues resulta que en la práctica este adolescente no logra independizarse en su totalidad por el control de la familia y la sociedad.

Esto significa que según la cultura del adolescente, las decisiones sobre el amor, trabajo e ideología serán posibles en unas y en otras no.

Para algunos jóvenes, y en comparación con sus culturas, la conformación de la identidad es un proceso más largo y más complejo que en épocas anteriores, pues se les permite mayor exploración y hay más variedad en los modelos de roles que su familia o entorno desconocían.

Con el aumento de la industrialización los valores del individualismo influyen en las culturas tradicionales a través de la globalización inmediata, la exposición a las redes sociales y lo que acontece con las personas de otras latitudes brinda información a los adolescentes sobre otras formas diferentes del ser, con respecto a lo que dicta su cultura de origen.



Las culturas tradicionalistas restringen la exploración en el amor, trabajo y la ideología, por lo que estos adolescentes se verán limitados en sus experiencias y las decisiones serán dadas por otros y no de su propio criterio.

Según el enfoque de Jensen (2008), entre la cultura y el establecimiento de la identidad existe un fenómeno que ha sido analizado desde la transculturación y la identidad étnica.

La transculturación es un proceso gradual en el que una cultura adopta rasgos de otra hasta culminar en una apropiación, mientras que la identidad étnica es el proceso individual del sujeto de una minoría cultural para adaptar, asimilar e identificarse con la cultura dominante.

Hay una distinción entre los pueblos debido a su impacto: inferior, débil o minoría cultural y superior, fuerte o cultura dominante.

Los ajustes que experimentan los individuos están relacionados con la incorporación o rechazo de las nuevas costumbres.

De forma general, las personas migrantes son las que pertenecen a una minoría que es asociada a la cultura débil.

La forma de responder, ajustarse o conformar una identidad étnica se basa en los siguientes cuatro resultados:

- **Asimilación:** rechazo de la propia cultura y se identifica con cultura dominante.
- **Separación:** se identifica con su propia cultura y rechaza a la cultura dominante.
- **Marginalidad:** hay una ambivalencia no se siente pertenecido a la cultura dominante y siente rechazo por su cultura de origen.
- **Biculturalismo:** desarrolla e integra dos identidades y las alterna según la ocasión.

Usted puede notar que para un adolescente migrante, en las dificultades propias de su etapa, se suma el reto de la identidad étnica, lo cual significa decidir sobre su transformación cultural basada en las tradiciones, costumbres o lenguaje sin que esto signifique sufrir la discriminación vigente en todas las sociedades.



## DESARROLLO EMOCIONAL

El desarrollo emocional forma parte de la dimensión psicológica del sujeto.

La emoción es un fenómeno complejo en el que intervienen factores que están interrelacionados y se experimenta como un estado de gran excitación, acompañado de cambios glandulares manifestados en patrones de comportamiento que pueden estar orientados o no hacia la consecución de metas.

De manera que, la emoción es un cambio global del organismo en el que intervienen el sistema nervioso central, el sistema nervioso autónomo, el sistema endocrino y el aprendizaje.

En el cerebro, la amígdala dirige las emociones y produce reacciones como la lucha o la huida.

En toda emoción se distinguen dos fenómenos: el fisiológico donde el cuerpo tiene secreciones o cambios físicos y el psicológico que incluye estados de ánimo como respuestas que representan alegría, miedo o angustia.

Por lo tanto, en la evolución de la persona, esta debe aprender a manejar sus emociones para responder adecuadamente sin que esto signifique una alteración descontrolada que produzca un desajuste en la estructura de su personalidad.

Algunos elementos presentes en el desarrollo emocional del adolescente son:

- **Reconocimiento de las emociones:** es la capacidad de identificar la emoción que se experimenta ante determinado evento.
- **Regulación afectiva:** es la capacidad para establecer la calma en situaciones de necesidad y regular por sí mismo las emociones, primero para controlar la intensidad de la manifestación emocional y luego para lograr pasar de un estado anímico a otro acorde con la situación.



- **Resiliencia:** es la capacidad de resolver los problemas que amenazan a la persona en distintos niveles, la habilidad de rechazar, rebotar y resistir eventos traumáticos y agresiones del ambiente y sobrellevar vulnerabilidades internas: enfermedades crónicas o sensibilidad inusual.

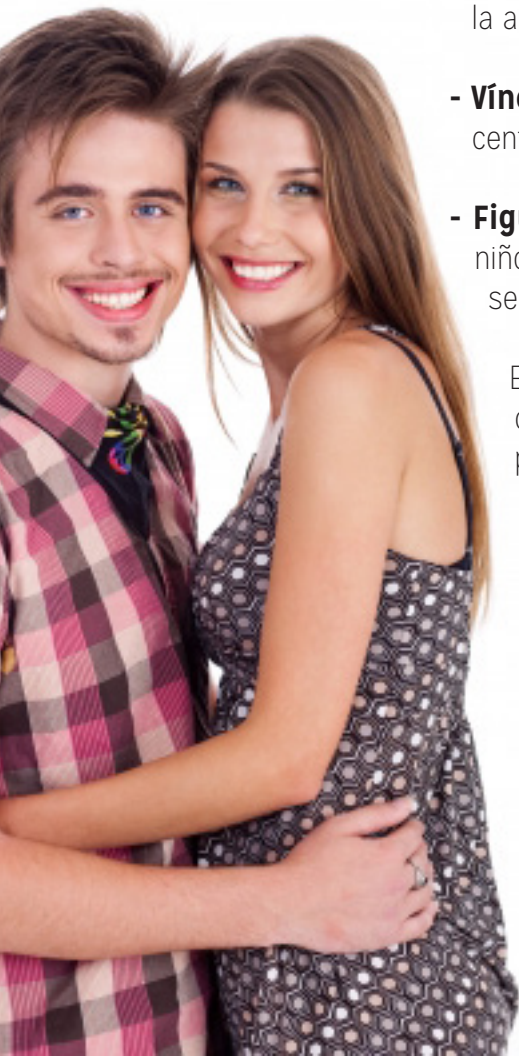
También consiste en la capacidad de avanzar en el desarrollo a pesar de los estresores.

Desde la niñez se debe trabajar la resiliencia para incorporar e internalizar las experiencias tempranas de estabilidad ambiental y la relación gratificante con los cuidadores primarios.

El adolescente puede construir una salida para superar el trauma cuando produce una modificación del yo, entonces se transforma en la capacidad de afrontar la adversidad y salir fortalecido.

- **Vínculos:** en este sentido lo que principalmente se plantea es cómo el adolescente se vincula afectivamente con el resto de las personas.
- **Figuras afectivas:** esta noción se refiere al tejido afectivo que sostiene al niño y adolescente en desarrollo, es una gama de vínculos que no están representados solo por la familia nuclear convencional.

Esa red incluye la presencia de seres significativos que intervienen en el proceso de desarrollo emocional del niño. Son personas que producen efectos psíquicos relevantes en la mente infanto juvenil.





## **AMBIVALENCIA AFECTIVA**

La ambivalencia afectiva sucede cuando el afecto se mantiene intermitente solo en dos polos, se quiere y se odia en forma simultánea, el cambio ocurre sin algún motivo o razón aparente.

El resto de las personas espera alguna transición entre ambos, pero sucede inesperadamente y de forma intensa.

El adolescente extraña a los padres cuando está lejos de ellos, pero si están cerca discute por su propio espacio individual y permanecer en soledad.

El enfoque del adolescente es hacia sí mismo, el pensamiento predominante es que solo a él le sucede lo que vivencia. Por lo tanto, los sentimientos que surgen son de soledad y aislamiento, por la incomprensión y lejanía de los miembros de su familia.

Aunque parezca que la ambivalencia no expresa nada sobre lo que realmente desea el adolescente, los adultos sí pueden identificar claramente que hay una confusión profunda.

**EL ADOLESCENTE EXTRAÑA A LOS PADRES CUANDO ESTÁ LEJOS DE ELLOS, PERO SI ESTÁN CERCA DISCUTE POR SU PROPIO ESPACIO INDIVIDUAL Y PERMANECER EN SOLEDAD.**

Esto puede conducir hacia una forma, para que el adolescente logre descifrar que desea espacios para estar solo, sin que esto signifique ser abandonado cuando requiera de la ayuda de alguien.

En este momento, si permite que la contrariedad de la situación lo consuma, no podrá

ayudar al hijo o estudiante que necesita la guía para comprender lo que sucede. Es importante indicarle otras alternativas de ayuda cuando las herramientas que usted tiene, no posibilitan una mejora.



## TEMOR AL FRACASO Y AL RIDÍCULO

El temor al fracaso puede ocurrir en cualquier circunstancia en la vida de un adolescente, principalmente para Krauskopf (2013), se da en el plano educativo.

La autora en mención define el fracaso escolar como la situación que presentan los estudiantes que no dominan las asignaturas del curso académico o que no pasan al grado que corresponde a su edad cronológica.

Las consecuencias de este fracaso son el retraso pedagógico cuando las edades cronológicas son superiores a lo esperado para el nivel educativo que cursan.

Por ello, la sobreedad, es a menudo, el resultado de una inserción escolar tardía y la repitencia por variedad de factores.

Para Erikson citado por Jensen (2008) el sarcasmo y el ridículo representan un papel en las amistades adolescentes y en las interacciones del grupo de amigos.

En las valoraciones críticas que hacen uno del otro es un aspecto frecuente de estas interacciones sociales.

El sarcasmo y el ridículo formaban parte de las “interacciones antagonistas”, consideradas comunes dentro y fuera de grupos de adolescentes, entre la adolescencia temprana y media, pero disminuye en la adolescencia tardía.

Las interacciones antagonistas cumplen las siguientes funciones principales:

- 1** Establecen una jerarquía de dominio o poder.
- 2** Sancionan a los miembros que no son parte del grupo.
- 3** Refuerzan la conformidad en el grupo de amigos, lo que aumenta la unidad del grupo.



Los adolescentes que ridiculizan a otros, marcan los límites entre ellos y el resto, lo que fortalece la identidad del grupo

El ridículo se utiliza cuando están inseguros de su identidad, en la revisión de quiénes son y no son.

Las interacciones antagonistas son una forma de calmar su ansiedad acerca de esos temas al dirigir la atención hacia otros, que suponen son inferiores y muy diferentes a ellos.

## **ANSIEDAD, DEPRESIÓN, SUICIDIO Y NEUROSIS**

El tema planteado en este apartado corresponde a problemas psicológicos que se presentan durante la adolescencia con mayor frecuencia.

Para realizar la explicación correspondiente se utilizará la información de Krauskopf (2013).

### **ANSIEDAD**

Krauskopf (2013) señala que la ansiedad transicional es la incertidumbre para responder a las exigencias de la adolescencia y no interfiere con el funcionamiento adaptativo, los individuos saludables logran resolver las demandas con las herramientas personales y el acompañamiento de sus familias.

Por el contrario, quienes no cuentan con estos recursos y sufren un desajuste en su funcionamiento normal inician con la llamada angustia patológica.

Conductualmente se manifiesta con una inquietud en general y un aumento de la tensión.

La misma autora, indica que la señal de angustia aparece “cuando un individuo siente amenazado su funcionamiento personal y experimenta un aumento de la tensión, que lo pone en peligro de no poder dominarla” (p.91).

En esta misma línea, explica que en dicho estado emocional el sujeto utiliza todos los recursos personales y mecanismos defensivos para controlar la tensión y disminuir la sensación de peligro.



## DEPRESIÓN

La depresión es una alteración del estado de ánimo en el que la persona experimenta sentimientos de incapacidad, desvalidez e indignación.

Krauskopf (2013) describe a los adolescentes depresivos como preocupados por el fracaso, por lo que piensan los demás sobre ellos, temerosos a ser rechazados y con poca valorización de sí mismos.

En esta condición la familia tiene su cuota, pues resulta que padres con expectativas exageradas de logros académicos, conductuales y personales de sus hijos, los impulsan a experimentar un temor intenso a fallar y ser descartados de la aprobación y el afecto.

La depresión es un detonante del suicidio.

## SUICIDIO

La mayoría de personas piensan sobre la muerte como un acontecimiento irreal, pero se convierte en real, en términos de su propia muerte. Vygotsky citado por Krauskopf (2013), plantea tres características fundamentales de la muerte:

- 1 Es universal.**
- 2 Es irrevocable.**
- 3 Hay cese de los procesos corporales.**

Así como ocurre el desarrollo humano, el concepto de muerte evoluciona paralelamente al desarrollo cognitivo y emocional, es decir, varía según la edad.

-A los 5 años el niño piensa que es reversible.

-Entre 5 a 9 años lo percibe como una separación.

-Entre 9 a 11 años es un proceso biológico lejano y distante.

-De los 11 años en adelante genera angustia y es irreversible.

En edades tempranas intensas fantasías sobre la muerte, pueden ser signos tempranos de riesgo suicida. Algún familiar puede señalar que desearía estar muerto cuando ocurre alguna situación difícil o bien puede indicarle a su hijo que estaría mejor si él no hubiera nacido cuando se presenta una dificultad.

Desde la niñez se fomenta que se vale morir cuando las situaciones de la vida no son como se esperaban.

Imagine a un adolescente con ese patrón de crianza cuando enfrente resolver una dificultad académica, ruptura sentimental o no visibilice su propio futuro, es posible que recurra al pensamiento del suicidio porque en reiteradas ocasiones el mensaje ha sido que acabar con la vida ante las situaciones difíciles, es una opción.

El suicidio se convierte en un acto de agresión, expresada hacia uno mismo, en contraste con el homicidio, que es un acto de agresión expresado hacia fuera. De todos los actos agresivos de los que las personas son capaces, el suicidio es uno de los más extremos, es un acto violento dirigido a las personas queridas, a la sociedad y al yo. Los demás siempre se quedan con la duda de en qué aspecto fracasaron.

**EN EDADES TEMPRANAS LAS INTENSAS FANTASÍAS SOBRE LA MUERTE, PUEDEN SER SIGNOS TEMPRANOS DE RIESGO SUICIDA.**

Se ha establecido que la persona después de un periodo de depresión y ansiedad toma la decisión de desaparecer porque no puede afrontar las situaciones que para ella sobrepasan toda su capacidad humana.

El intento de suicidio es un grito de ayuda para llamar la atención o la simpatía de los demás o un intento de manipularlos. El intento de suicidio no es necesariamente un intento de morir, sino una forma de comunicarse con los otros en un esfuerzo por mejorar la propia vida. De hecho, puede que produzca los cambios deseados en su vida como resultado de un intento de suicidio. Sin embargo, muchos intentos de suicidio que son gritos de ayuda fracasan y llevan a la muerte.



En orden de importancia, los principales predictores del suicidio son:

- 1 La depresión.**
- 2 El alcoholismo.**
- 3 Las ideas suicidas (pensamientos suicidas).**
- 4 Los intentos de suicidio previos.**

Al contrario de lo que habitualmente se piensa, los intentos de suicidio en la gran mayoría de los casos se planifican de antemano y se ubican de forma racional frente a otras alternativas.

Puede que el suicida haya intentado otros medios: rebelarse, escaparse de casa, mentir, robar u otras conductas para llamar la atención. Al haber intentado estos métodos y fallar, la persona se vuelca en los intentos de suicidio.

Muchos adolescentes que intentan suicidarse hablan primero de ello. Si los otros lo saben con tiempo, si prestan atención a estas evoluciones y los toman suficientemente en serio como para intentar remediar la situación, se puede prevenir una muerte. Refiera a un profesional, si conoce que la vida de la persona está en riesgo.

Se ha observado que otros adolescentes suicidas son sugestionables para seguir el ejemplo de otros. Este factor de sugestión se ha confirmado en estudios de epidemias de suicidios de adolescentes.

Cuando tiene lugar un suicidio, anima a otros adolescentes suicidas que son vulnerables. Se han llegado a crear pequeños grupos de adolescentes que forman una subcultura del suicidio.

Los adolescentes suicidas, con probabilidad, tienen un historial de suicidio dentro de la familia. Es por esta razón que se aplica el protocolo de salud pública para el manejo de la información sobre actos suicidas en adolescentes.





San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

Algunas investigaciones prueban que el suicidio puede ser el resultado directo de una enfermedad mental. Estos adolescentes experimentan alucinaciones que les dicen que se maten. Otros amenazan con suicidarse, en parte, por la culpa anticipada causada por veces que les impulsan a las agresiones externas. La gran mayoría de los adolescentes que cometen suicidio tiene un historial relativamente largo de conducta perturbada y síntomas psiquiátricos, sobre todo depresión y abuso de sustancias.

El suicidio de un adolescente es especialmente devastador para la familia y los compañeros que se dejan atrás.

Los sobrevivientes sienten a menudo miedo, rabia, culpa y depresión. Se sienten responsables por no haber reconocido las señales que podían haber tenido para prevenir el suicidio y se sienten enfadados con la víctima por haberlos abandonado.

Los sentimientos de pérdida y vacío y la sensación de incredulidad van seguidos a menudo de períodos de dudas de uno mismo y culpabilidad. Los supervivientes experimentan conmoción, incredulidad y paralización.

Recobrase de la pérdida puede llevar uno o dos años, depende de la personalidad de cada uno y de los hechos que rodeen el suicidio. Estos sentimientos intensos tienen que eliminarse conforme los supervivientes aceptan la pérdida.



## NEUROSIS

Para Krauskopf (2013), la neurosis son formas patológicas organizadas y requieren un desarrollo de la personalidad avanzado para consolidarse.

En la adolescencia se presentan los rasgos neuróticos:

“

Como forma de manejar impulsos que, al tornárseles conflictivos, son reprimidos para luego ser desplazados y expresados en formas simbólicas. (p.105)

”

, las expresiones son los síntomas neuróticos.

La autora señala tres elementos básicos en la neurosis:

- 1 | El anhelo reprimido y los impulsos asociados.
- 2 | El sentimiento de culpa inconsciente y la necesidad de castigo .
- 3 | Los comportamientos que preservan la represión.

Un ejemplo de tendencias neuróticas es cuando el adolescente inmerso en una relación de violencia piensa que merece los castigos de su pareja abusiva y se somete a ella porque se culpabiliza de desencadenar la ira del otro.





San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

## MOTIVACIÓN Y AUTOESTIMA

El desarrollo de este tema se basa en la relación entre la motivación y la autoestima en el periodo de la adolescencia.

La motivación en la adolescencia está relacionada con las afinidades que desarrollan los individuos en estas etapas.

Para que el adolescente pueda determinar los gustos y preferencias debe conocerse a sí mismo tal cual es.

En este planteamiento la motivación de los adolescentes está determinada por las sensaciones placenteras que se generan a partir de las actividades que sabe, le generan plenitud y satisfacción, por ende, se siente motivado a participar cuando reconoce que son de su agrado.

De esta forma se establece una relación entre una alta motivación del adolescente a través de una autoestima positiva, mientras que una baja motivación se asocia con una autoestima negativa.

Cuando el joven reconoce sus habilidades pero también las áreas en las que debe mejorar, esto se convierte en una oportunidad para ampliar sus horizontes y logra llevar a cabo las metas que se propone.

Con estos sencillos pasos usted como docente puede promover la motivación en su clase de la siguiente forma:

- Enfatique entre sus alumnos el valor de la motivación, a través de frases o lecturas.
- Enseñe a los estudiantes a motivarse entre sí, con actividades que los reten y modele frases motivantes.
- Resalte los logros aunque sean pequeños
- Reconozca las virtudes de cada uno.



Si logra analizar un poco las técnicas previas, se dará cuenta que simultáneamente se trabajan aspectos de la autoestima.

Siempre tenga presente que cada persona es única e irrepetible y esta condición le hace acreedor de un trato respetuoso y sincero.

Si logra identificar una baja motivación o una baja autoestima, estimule actividades que impacten positivamente para que los estudiantes perciban avances y refuércelos de forma apropiada.

La falta de metas y proyección en el futuro es una característica presente de los adolescentes suicidas. Tienen más probabilidad de ver sus futuros sin esperanza,

sin planes reales o expectativas. Normalmente, solo ven la incomodidad y el dolor de la situación presente.

**CADA PERSONA ES ÚNICA E IRREPETIBLE  
Y ESTA CONDICIÓN LE HACE ACREEDOR  
DE UN TRATO RESPETUOSO Y SINCERO.**

Algunos adolescentes suicidas se han categorizado como personas inmaduras con poco control de los impulsos.

Se ha visto que los adolescentes suicidas tienen una falta de desarrollo positivo de la identidad individual, necesario para dar paso a los sentimientos de autovalía, de sentirse alguien relevante y con un propósito en la vida.

Reflexione sobre la forma en como trate a los demás, así es como será aceptado y respetado como docente.



San Marcos

MIEMBRO DE LA RED  
**ILUMNO**

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Jensen, J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente*. México: Editorial Pearson.

Krauskopf, D. (2013). *Adolescencia y Educación*. Costa Rica: UNED.

