



La parentalidad en la adolescencia, etapa de cambios. Yo contigo, y tú conmigo

27 de Octubre de 2022

Tiempo estimado de lectura: 5 min

Acompañar el proceso de desarrollo de una persona hasta La adultez exige, por parte de las personas cuidadoras, un **continuo reajuste** de los objetivos, habilidades y capacidades que se deben poner en juego.

Durante los primeros años (período intrauterino, perinatal, lactancia y primera infancia), la responsabilidad de las **personas cuidadoras** es garantizar la supervivencia y la seguridad del niño y de la niña. También es la de preservar y favorecer el desarrollo de la totalidad de las áreas que conforman la persona: social, emocional, afectivo-sexual, también los intereses y características que hacen los individuos únicos e irrepetibles.

La etapa vital de la **adolescencia** significa que deban navegar en una realidad cada vez más compleja y en contacto con personas ajenas a la familia, así como a los conflictos internos que supone tener un pie en la infancia y otro en la juventud.

En este artículo, te propongo reflexionar sobre el vínculo de apego y su evolución en la adolescencia.

- ¿Evoluciona el estilo de apego durante las distintas fases del desarrollo de la persona? Si algo define el ser humano es la constante capacidad de resiliencia: el poder resistir y rehacernos, debido a las sucesivas experiencias con las que nos encontramos. Las nuevas necesidades y circunstancias van a exigir respuestas nuevas y creativas para afrontarlas con un cierto nivel de éxito. En la adolescencia, es imprescindible el apoyo y la enseñanza parte de las personas adultas significativas para esta evolución y aprendizaje.
- ¿Influyen las relaciones que establecemos con personas ajenas a nuestra familia de origen? Sí, durante todo el proceso evolutivo nos enriquecimos en la relación con personas que completan nuestro mundo afectivo y social, y que pueden ser de una importancia decisiva en nuestro desarrollo. El concepto persona tutora de resiliencia se refiere a todas esas personas que nos encontramos en los primeros períodos de nuestra vida, con las que establecemos una relación significativa y que nos miran con «gafas apreciativas» y nos ayudan a sentirnos capaces, valiosos, y dignos de ser amados. Disponer de un contexto protector e implicado que arroje la familia marca en muchos casos a diferencia entre poder avanzar o permanecer en la vulnerabilidad.



YO CONTIGO Y TÚ CONMIGO

Nunca es suficiente el tiempo que le dediquemos a observar y a reflexionar sobre las necesidades en la adolescencia, ni sobre la relación que se establece en esa etapa con las personas adultas y entre iguales, porque cada relación con esa persona en crecimiento supone una maravillosa oportunidad de crecer conjuntamente. **Yo crezco contigo y tú creces conmigo.**

Seguro que si os pregunto a las madres y padres qué deseo pediríais con respecto a la relación con vuestras hijas e hijos, diríais: que no tenga que decirle «deja el móvil»; que cuando lo/la llame a cenar, diga «sí, ahora mismo»; que cuando le pregunte «¿qué tal el día?», me conteste algunas palabras más que ese monosílabo susurrado. Sin embargo, también creo que al terminar esta respuesta diríais: no, no es cierto del todo; **me gusta como es mi hija, mi hijo.** Mencionaríais, por ejemplo, que tiene mucha creatividad, también simpatía cuando quiere, o que os sorprende con detalles inesperados que os emocionan, y que tenéis la certeza de que es una persona muy valiosa y con mucho bueno que ofrecerle al mundo.

Relacionarnos y convivir con personas adolescentes los ayudan a crecer, a reflexionar, a admirarnos **con lo inesperado.** También a explorar qué significa el amor, el miedo, el compromiso, el enfado o la frustración. **Tú sientes conmigo, yo siento contigo.**

En la relación interpersonal, todos los individuos crecemos, cambiamos, evolucionamos, nos enfrentamos a retos y recibimos amor.

Las personas adultas (madres, padres, familiares, sociedad) tenemos que ser el puerto seguro en el que las personas en proceso de desarrollo encuentren afecto, impulso, una mirada apreciativa y una contención emocional cuando regresen.

¿Puede haber una aventura más apasionante? Ojalá todas las madres y padres encontréis en la sociedad el apoyo y respeto que merecéis para hacerle frente a la importante tarea de educar y criar personas destinadas a ser autónomas, responsables y felices.

Yudit González Núñez. Psicóloga. Coordinadora del Programa de integración familiar de la Fundación Meniños en Ourense

Embarazo y primer año de vida

Infancia

Adolescencia

Familia

Actividad física

Prevención de adicciones

Bienestar emocional

Gastas pista

REGAPS



La información para los tuyos, rigurosa

El proyecto RISCAR está cofinanciado por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) a través del Programa Interreg V-A España-Portugal (POCTEP) 2014-2020