A parentalidade na adolescencia, etapa de cambios. Eu contigo e ti comigo

27 de Outubro de 2022

Tempo estimado de lectura: 5 min

Acompañar o proceso de desenvolvemento dunha persoa ata a adultez esixe, por parte das persoas coidadoras, un **continuo reaxuste** dos obxectivos, habilidades e capacidades que se deben poñer en xogo.

Durante os primeiros anos (período intrauterino, perinatal, lactación e primeira infancia), a responsabilidade das **persoas coidadoras** é garantir a supervivencia e a seguridade do neno e da nena. Tamén é a de preservar e favorecer o desenvolvemento da totalidade das áreas que conforman a persoa: social, emocional, afectivo-sexual, tamén os intereses e características que fan os individuos únicos e irrepetibles.

A etapa vital da **adolescencia** significa que deban navegar nunha realidade cada vez máis complexa e en contacto con persoas alleas á familia, así como aos conflitos internos que supón ter un pé na infancia e outro na xuventude.

Neste artigo, propóñoche reflexionar sobre o vínculo de apego e a súa evolución na adolescencia.

- Evoluciona o estilo de apego durante as distintas fases do desenvolvemento da persoa? Se algo define o ser humano é a constante capacidade de resiliencia: o poder resistir e refacernos, debido ás sucesivas experiencias coas que nos encontramos. As novas necesidades e circunstancias van esixir respostas novas e creativas para afrontalas cun certo nivel de éxito. Na adolescencia, é imprescindible o apoio e o ensino parte das persoas adultas significativas para esta evolución e aprendizaxe.

- Inflúen as relacións que establecemos con persoas alleas á nosa familia de orixe? Si, durante todo o proceso evolutivo enriquecémonos na relación con persoas que completan o noso mundo afectivo e social, e que poden ser dunha importancia decisiva no noso desenvolvemento. O concepto persoa titora de resiliencia refírese a todas esas persoas que nos encontramos nos primeiros períodos da nosa vida, coas que establecemos unha relación significativa e que nos miran con «lentes apreciativas» e nos axudan a sentirnos capaces, valiosos, e dignos de ser amados. Dispoñer dun contexto protector e implicado que arroupe a familia marca en moitos casos a diferenza entre poder avanzar ou permanecer na vulnerabilidade.



EU CONTIGO E TI COMIGO

Nunca é suficiente o tempo que lle dediquemos a observar e a reflexionar sobre as necesidades na adolescencia, nin sobre a relación que se establece nesa etapa coas persoas adultas e entre iguais, porque cada relación con esa persoa en crecemento supón unha marabillosa oportunidade de medrar conxuntamente. **Eu medro contigo e ti medras comigo.**

Seguro que se vos pregunto ás nais e pais que desexo pediriades con respecto á relación coas vosas fillas e fillos, diriades: que non teña que dicirlle «deixa o móbil»; que cando o/a chame para cear, diga «si, agora mesmo»; que cando lle pregunte «que tal o día?», me conteste algunhas palabras máis que ese monosílabo borboriñado. Porén, tamén creo que ao terminar esta resposta diriades: non, non é certo de todo; **gústame como é a miña filla, o meu fillo.** Mencionariades, por exemplo, que ten moita creatividade, tamén simpatía cando quere, ou que vos sorprende con detalles inesperados que vos emocionan, e que tedes a certeza de que é unha persoa moi valiosa e con moito bo que ofrecerlle ao mundo.

Relacionarnos e convivir con persoas adolescentes axúdanos a medrar, a reflexionar, a **admirarnos co inesperado.** Tamén a explorar que significa o amor, o medo, o compromiso, o enfado ou a frustración. **Ti sentes comigo, eu sinto contigo.**

Na relación interpersoal, todos os individuos medramos, cambiamos, evolucionamos, enfrontámonos a retos e recibimos amor.

As persoas adultas (nais, pais, familiares, sociedade) temos que ser o porto seguro no que as persoas en proceso de desenvolvemento encontren afecto, impulso, unha mirada apreciativa e unha contención emocional cando regresen.

Pode haber unha aventura máis apaixonante? Oxalá todas as nais e pais encontredes na sociedade o apoio e respecto que merecedes para lle facer fronte á importante tarefa de educar e criar persoas destinadas a ser autónomas, responsables e felices.

Yudit González Núñez. Psicóloga. Coordinadora do Programa de integración familiar da Fundación

Meniños en Ourense