

7 razones por las que no deberíamos ser tan duros con los adolescentes



¿Esperamos demasiado de los adolescentes?

A los adolescentes se los acusa de ser culpables de muchas cosas: de que a sus padres les crezcan cabellos grises, de pasar demasiado tiempo en la cama, de la exasperante incapacidad para controlar sus hormonas inquietas...

Para saber si estamos siendo justos o injustos con ellos, el programa de la BBC *The Infinite Monkey Cage* estudió la ciencia detrás de la adolescencia.

¿Estamos pidiendo a los jóvenes que desafíen miles de años de evolución e incluso a su estructura cerebral?

La evidencia sugiere que sí.

- [¿Adolescentes hasta los 24 años? Un artículo abre el debate sobre cuándo nos convertimos realmente en adultos](#)
-

1. El reino animal también tiene adolescentes



Los adolescentes pueden tomar muchas formas.

Los humanos no somos únicos.

- [Por qué la mitad de tu cuerpo no es humano \(y cómo eso es fundamental para tu salud\)](#)

www.psicoadolescencia.com.ar

El comportamiento de búsqueda de sensaciones asociado con los **adolescentes también se puede ver en los animales.**

"En los mamíferos hay un período de cambio que tiene que ver con el paso a la edad adulta, y está asociado con la toma de riesgos", dice el zoólogo Matthew Cobb.

- [Cómo la psicología de capital social ayudó a una adolescente a combatir el "bullying" en su escuela](#)

Una rata, por ejemplo, llega a la adolescencia alrededor de los 30 días de edad.

"No estamos hablando de saltar acantilados", dice Cobb, "pero si hay algo nuevo en la jaula que podría ser peligroso, las ratas adolescentes son mucho más rápidas para salir, olerlo y estar interesadas".

Un estudio reciente incluso encontró que los ratones adolescentes expuestos al alcohol **beben más cuando están rodeados de otros ratones adolescentes.**

2. La presión de grupo es real



¡Continúa! ¡No seas cobarde!

Muchos estudios demostraron que los adolescentes no necesariamente toman más riesgos que los adultos cuando están solos. Pero si sus amigos los observan, eso cambia. Durante un estudio de escaneo cerebral en el que las personas jugaban un juego de conducir un auto, **los adolescentes tomaron cerca del triple de riesgos cuando sabían que sus amigos los estaban mirando.**

Y los centros de recompensa en sus cerebros "se iluminaron" cuando presumieron frente a sus compañeros.

- [¿Por qué la música que nos encanta de adolescentes nos sigue gustando toda la vida?](#)

Mientras tanto, los adultos tomaron las mismas decisiones, ya sea que estuvieran siendo observados o no.

3. Presumir puede tener un propósito evolutivo



Afirmar la individualidad es una parte importante de la adolescencia.

Cuando los adolescentes toman decisiones, tienen una mayor conciencia de lo que piensan sus compañeros y el riesgo de ser rechazado por el grupo puede ser mayor que otros peligros.

Según la neurocientífica Sarah-Jayne Blakemore, **el objetivo de la adolescencia es independizarse.**

Se necesita experimentar, explorar y establecerse en la jerarquía social.

- [El ingenioso invento de una adolescente que podría dar luz a millones de personas en todo el mundo](#)

4. Los adolescentes están atrapados en una contradicción



¡No saldrás así vestida!

Los adolescentes quieren ser aceptados por sus compañeros, pero al mismo tiempo están dejando atrás su infancia y distanciándose de sus padres.

"Los jóvenes siempre tienen el mismo problema: **cómo rebelarse y ser aceptados al mismo tiempo**. Resuelven este problema desafiando a sus mayores y copiándose unos a otros", dice el cómico británico y padre de adolescentes Rory Bremner.

5. Los cerebros adolescentes se están transformando



Los adolescentes pueden parecer adultos en su exterior, pero todavía son niños en su interior porque sus cerebros no están completamente desarrollados.

No son solo las hormonas las que afectan el comportamiento cuando los niños llegan a la pubertad.

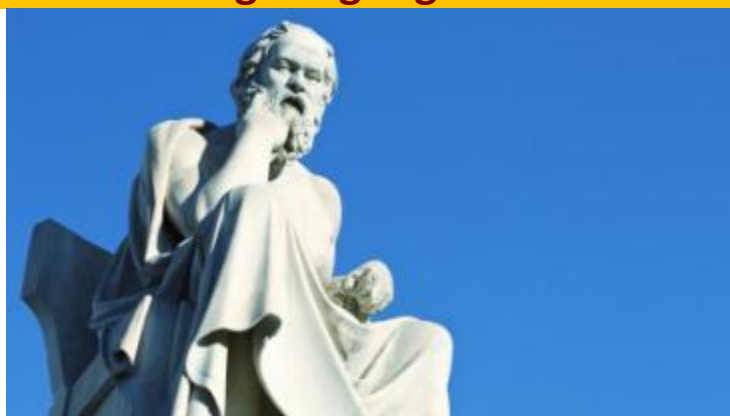
"El cerebro continúa desarrollándose durante la adolescencia e incluso hasta los 20 años", dice la profesora Blakemore.

Los cerebros humanos alcanzan un tamaño adulto alrededor de los 8 o 9 años, pero su composición sigue cambiando.

- [¿Por qué algunos adolescentes se maltratan a sí mismos en redes sociales?](#)

Los cerebros más jóvenes continúan adaptándose para poder planificar, tomar decisiones e inhibir las respuestas inapropiadas.

6. ¿Piensas que los niños de hoy están peor que nunca? Pregúntaselo a los antiguos griegos...



Parece que **los adultos tienen una larga historia de quejas sobre los jóvenes.**

www.psicoadolescencia.com.ar

"Los niños aman el lujo. Tienen malos modales, desprecio por la autoridad, muestran falta de respeto por los mayores y aman conversar en el lugar del ejercicio", dijo el filósofo Sócrates, en algún momento alrededor del año 400 a. C.

En medio de una tormenta perfecta de cambios físicos, hormonales y cerebrales, **el mayor problema para los adolescentes podría ser las expectativas de los adultos.**

Cuando dejan de verse como niños, la sociedad los trata de manera diferente y las expectativas de las personas sobre ellos crecen. Pero bajo la superficie, todavía están en desarrollo.

Rory Bremner tiene un consejo para los padres que piensan que sus propios hijos adolescentes se comportan de manera particularmente estúpida: "Están haciendo lo que se supone que deben hacer, están descubriendo lo que es ser 'estúpido'. Déjenlos solos en su habitación y ¡no se preocupen por lo que están haciendo!"

7. A pesar de las arrugas, TÚ aún puedes ser un adolescente



¡Por favor! ¡Crezcan de una vez!

Si nunca te mudaste de la casa de tus padres, ten cuidado con las definiciones del diccionario.

"El final de la adolescencia se define como 'el momento en que logras un papel estable e independiente en la sociedad'", dice la profesora Blakemore.

"¡Así que en teoría puede durar bastante tiempo!"

RedacciónBBC News Mundo 19 agosto 2018

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-45236921>