

¿Cómo se desarrolla la identidad durante la adolescencia?



La adolescencia es el periodo que transcurre desde el inicio de la pubertad (13/14 años) hasta los 18 años. Popularmente, es conocido como un periodo difícil y lleno de problemas, pero en realidad la mayoría de individuos cruza esta etapa de su vida sin complicaciones. Sin embargo, es importante tener en cuenta que la identidad durante la adolescencia sufre una serie de cambios.

Los cambios conducen al adolescente hacia un objetivo: alcanzar una autonomía e independencia esencial para que pueda sumergirse en la vida adulta, con sus derechos y obligaciones. Ahora bien, ¿cómo se desarrolla esta identidad durante la adolescencia? James Marcia, a través de su teoría de la identidad adolescente, ha buscado dar luz a este proceso.

Teoría de la identidad durante la adolescencia

Para explicar este proceso en el que los rasgos más importantes de la identidad quedan configurados, James Marcia sugirió cuatro estatus de identidad. Estos cuatro estatus mostrarían el estado del individuo respecto a su identidad y nacerían de dos circunstancias: (a) el haber o no haber atravesado una crisis de identidad, o (b) el haber o no haber adoptado compromisos vocacionales, ideológicos o personales.

¿Qué significa una crisis de identidad? Durante la adolescencia, a la persona se le presentan multitud de opciones para construir su propia identidad. Cuando el adolescente se da cuenta de estas alternativas, es cuando empieza a explorar su mundo, sus gustos, sus relaciones íntimas, su género, sus amistades, etc. Esta búsqueda, entre tantas oportunidades, es lo que puede dar lugar a lo que conocemos como crisis de identidad.

¿Qué significa adoptar compromisos respecto a su identidad? Tras la exploración de las opciones que brinda el mundo al adolescente, este puede decidir cribar algunos aspectos (ideas, compromisos, valores, etc.) y aceptar otros como suyos. Esta aceptación supone un compromiso con ciertos conceptos ideológicos, personales y vocacionales, los cuales desarrollarán una identidad durante la adolescencia y un auto-concepto que influirá, y mucho, en su vida adulta.

A continuación te explicaré los cuatro estatus que aparecen tras el cruce de estas dos dimensiones: Identidad Difusa, Moratoria, Identidad de logro y Identidad Hipotecada.

Identidad Difusa

Es la primera etapa del desarrollo de la identidad durante la adolescencia. El adolescente se sitúa en este estatus cuando

no ha adoptado ningún compromiso ni está explorando las alternativas que se le plantean. En esta etapa el adolescente no se preocupa por su identidad.

Hablamos de un estado que tarde o temprano se romperá, ya que el adolescente se verá obligado a desarrollar una identidad personal: ya sea por el surgimiento de una crisis de identidad o las presiones sociales de comprometerse que acompañan a todo compromiso importante.

Moratoria

Esta es la etapa que en el desarrollo normal suele seguir a la identidad difusa. El adolescente se encuentra en Moratoria cuando ha sufrido una crisis de identidad, pero aún no ha desarrollado compromisos de ningún aspecto.

Aquí el individuo busca, explora, prueba diferentes alternativas, eso sí, sin llegar a decantarse con seguridad por una de ellas. Es una etapa peligrosa debido a que, por ejemplo, si el adolescente cuenta con una autoestima maltratada, puede derivar en consumo de sustancias adictivas (alcohol, tabaco...).

Identidad de logro

Estatus en el cual el adolescente ha superado la etapa de moratoria y se ha decido por ciertos compromisos ideológicos, vocacionales y personales. Tras la crisis de identidad y explorar sus opciones, el individuo ha escogido el camino que quiere seguir para seguir desarrollándose como persona.

Lo que le lleva a la construcción de su identidad y a tener una idea de cómo es el mismo. Tras esto la persona se sentirá segura de sí misma que mostrará un ajuste positivo tanto a nivel conductual como personal.

Identidad Hipotecada

Pero, ¿qué ocurre si el adolescente nunca sufre una crisis de identidad? En algunas ocasiones puede que no explore sus opciones y nunca sufra un periodo de moratoria. Así, su manera de construir su identidad será a través de los consejos o directrices de un adulto.

Las personas que se encuentran en este estado muestran un mejor ajuste que los que están en moratoria o difusa. Sin embargo, no es menos cierto que es un estado bastante inestable y mucho más inseguro que la Identidad de logro.

Conclusiones finales

Lo primero que hay que tener en cuenta a la hora de entender esta teoría del desarrollo de la identidad durante la adolescencia es: la identidad personal no es algo unitario y no es un proceso irrevocable. En este sentido es una dinámica en la que habrá decisiones, pero sobre todo pruebas.

Al decir que no es unitario, nos referimos a que este proceso puede darse a distintos ritmos en distintos aspectos de nuestra identidad. Por ejemplo, puedo tener unos compromisos férreos que determinan mi identidad profesional, pero en lo referente a mi identidad política encontrarme en un periodo de Moratoria.

Además, es importante entender que no es irrevocable, es un proceso dinámico de ida y vuelta. Esto quiere decir que después de alcanzar una identidad de logro o una identidad hipotecada se puede sufrir una nueva crisis de identidad, que lleve a otra identidad distinta a la anterior. Por ejemplo, alguien que empezó la carrera de Medicina puede reevaluar sus situación y cambiarse a la de Derecho.

Tras ver los estudios y la teoría de James Marcia, la conclusión final subraya la importancia de que el adolescente

explore el mundo que le rodea y pone de relieve la trascendencia que tiene la forma en la que afronte esta tarea.

Es necesario ampliar los límites para permitir que explore sobre lo que está bien o mal, de manera que lo haga por curiosidad y cabeza y no como un acto de rebeldía. Pensemos que es la única manera que tiene de descubrir su identidad personal. Si los adultos fuerzan al adolescente a adquirir compromisos arbitrarios, este desarrollará una Identidad Hipotecada: una identidad inestable y que puede impedir que nunca alcance su verdadera Identidad de logro.

Fuente: lamenteesmaravillosa.