



**ADOLESCENCIA**

ENTIENDE A TUS HIJOS

## Cambios cognitivos en la adolescencia

El desarrollo del pensamiento abstracto es un factor de gran importancia en esta etapa. Aquello que no pueden ver ni tocar.

Cerebro rosa. capas

De hecho, la capacidad de razonar les permite resolver problemas desde diversas perspectivas, incluida la de anticipar las consecuencias de las acciones de los demás y las propias.

Este ámbito también es muy importante porque el razonamiento les ayuda a vivir mejor con sus padres y con la sociedad en general. El razonamiento, además, les permite entender más profundamente las reglas sociales y los papeles que tienen la posibilidad de realizar en cada entorno.

En el ámbito cognitivo, el estilo de pensamiento cambia: los adolescentes desarrollan la capacidad de pensar de manera abstracta (como ya hemos remarcado) y, por tanto, van más allá de los procesos de pensamiento descriptivos concretos.

Se pueden formar hipótesis, desarrollar soluciones a los problemas en pasos individuales y sacar conclusiones lógicas. El conocimiento también se amplía en el ámbito social.

Los jóvenes prestan más atención a su entorno social y al reconocimiento de los demás. La capacidad de introspección y autorreflexión alcanza un primer pico. Los sistemas anteriores de evaluación y orientación suelen perder su validez.

Normalmente, los jóvenes se embarcan en la búsqueda de lo "propio", lo que a menudo implica la investigación de sus propios orígenes o investigaciones geográficas.

Especialmente los jóvenes que han sido adoptados o crecen con familias de acogida muestran un especial interés por conocer a sus padres biológicos o, al menos, por saber algo de sus orígenes en esta etapa de la vida.

A medida que crece su capacidad crítica, los jóvenes adoptan una postura muy personal ante el mundo. Las autoridades y los sistemas de valores no se adoptan sin más.

Los jóvenes pueden entrar en crisis de valores cuando reconocen diferentes actitudes de valores en los distintos ámbitos de la vida de su entorno social, por ejemplo, en la familia, el grupo de compañeros en la escuela, la formación profesional y el tiempo libre, exponen la mendacidad y a menudo encuentran incompatibilidad.

Los ideales, generalmente de alto valor, hacen que los jóvenes sean críticos con las ambigüedades de las llamadas autoridades morales u objetivos sociales.

Son excesivamente críticos con los compromisos cotidianos que hacen los adultos entre los grandes objetivos y la satisfacción de las necesidades. Sin embargo, la arbitrariedad de las orientaciones de valores también puede conducir a la difusión o al aplanamiento, para acabar en la reacción contraria del sentimiento de "no futuro".

Entonces todos los conceptos morales del mundo de los adultos se interpretan de forma nihilista. Otra compensación termina en el intento de orientarse a una norma rígida de poder y violencia.



**ADOLESCENCIA**

ENTIENDE A TUS HIJOS

## Cambios cognitivos en la adolescencia

Muchos adolescentes desarrollan una competencia cada vez mayor no sólo en la capacidad de adoptar perspectivas, sino también en la coordinación de perspectivas, es decir, pueden adoptar también el punto de vista de otra tercera persona en los conflictos.

Así, mejoran las estrategias de resolución de conflictos y las formas de interacción social con los adultos y con los compañeros abren nuevos horizontes de experiencia.

Aunque el aumento de las hormonas sexuales desencadene turbulencias afectivas en el ámbito del bienestar emocional, los mecanismos de control de los afectos, la autorregulación y el ajuste social suelen compensar estas turbulencias.

Sin embargo, a veces, según el temperamento, se pueden observar fenómenos temporales de sobrecontrol (incluyendo compulsividad, rigidez, estrechez de miras) o comportamientos de descontrol en forma de pérdida de control de los impulsos, inestabilidad afectiva, dejarse llevar y arrebatos agresivos.

Los adolescentes aprenden cada vez más que deben aceptar la responsabilidad de sus decisiones. Planifican con antelación, piensan en las consecuencias, se mueven cada vez más tiempo en el espacio de la imaginación mental antes de llegar a la acción.

Los crecientes logros cognitivos no pocas veces entran en conflicto con las tensiones de excitación afectiva, a veces elevadas.

Sólo hacia el final de la adolescencia se alcanza la meta del llamado pensamiento polivalente, que permite a los adolescentes sopesar prudentemente diferentes opciones de actuación.

La etapa de la adolescencia se caracteriza por las elecciones importantes. Se toman nuevos caminos no sólo en el ámbito de la educación y la carrera personal, sino también en el acercamiento a los compañeros sexuales en el desarrollo de relaciones colegiales y amistosas.

Sin embargo, las crisis mentales pueden dificultar enormemente el acceso a la solución de estas tareas de desarrollo y, por tanto, tener un efecto desfavorable duradero en el desarrollo social.

### **Otros artículos relacionados:**

[Trastornos alimenticios en la adolescencia](#)

[Autoestima en la adolescencia](#)

[Salud en la adolescencia](#)

[Cambios emocionales en la adolescencia](#)