

**Desarrollo socioemocional en las adolescencias: identidad, autoestima y
autoconcepto**

Calandria C.

IFD San Ramón

Desarrollo Humano Integral

Prof. Tagliani J.

15 de octubre de 2025

Introducción

El desarrollo socioemocional en la adolescencia implica una reorganización profunda de la identidad, la autoestima y el autoconcepto. No se reduce a “cambios hormonales”, sino que supone duelos por posiciones infantiles, una reconstrucción de la imagen corporal y la maduración de circuitos neurocognitivos que sostienen la autorregulación. Desde un enfoque integrador, la crisis adolescente puede entenderse como una oportunidad de crecimiento si se acompaña con tiempos psíquicos adecuados, validación social y desafíos graduales que fortalezcan la autoeficacia.

Definiciones operativas

Identidad: continuidad del yo a través del cambio; se negocia entre pérdidas, nuevas identificaciones y validaciones externas. En la adolescencia, se reactualiza el proceso de individuación y se reconfigura el ideal del Yo (Kestenberg, s.f.).

Autoconcepto: conjunto de creencias y descripciones sobre uno mismo; se recalibra con la nueva imagen corporal, los logros y los comentarios de pares y adultos.

Autoestima: evaluación afectiva global del autoconcepto; fluctúa según la integración entre cuerpo cambiante, metas y vínculos, y depende de la autorregulación sostenida por funciones ejecutivas en maduración.

Desarrollo

Adolescencia como Reorganización Psíquica: Identidad en Tránsito

La adolescencia marca una cesura: se pierden objetos y posiciones infantiles y se inauguran nuevas formas de ser-con-otros. Elaborar estos duelos —incluida la renuncia a la bisexualidad infantil y la revisión de idealizaciones parentales— permite restituir continuidad del yo en una etapa de intensas transformaciones. En la línea de Kestenberg, la crisis no es patológica por sí misma: puede ser vivida como decepción o como conquista según cómo el sujeto procese la brecha entre ideales y realidad. La noción de regresión al servicio del desarrollo ayuda a comprender oscilaciones entre lo infantil y lo adulto sin patologizarlas; retrocesos transitorios permiten re-trabajar tareas previas y sostener una narrativa identitaria más integrada (Amorín, 2008).

Imagen Corporal, Autoconcepto y Autoestima

La pubertad obliga a reconstruir la imagen corporal. El cuerpo, hiperinvestido narcisísticamente, se vuelve una ‘pantalla’ donde se proyectan ideales y temores;

cualquier rasgo físico puede leerse como ‘prueba’ de adecuación o inadecuación, con efectos directos en el autoconcepto y la autoestima. Lillo subraya la vulnerabilidad a la aprobación/desaprobación y la comparación con una imagen corporal ideal, núcleo de sentimientos de eficacia o humillación (Lillo, 2002). Asimismo, pueden aparecer desfasajes entre maduración física y psíquica —cuerpo aparentemente adulto con recursos psíquicos aún en latencia, o a la inversa— que complican la integración del autoconcepto (Lillo, 2002).

Lo Neurocognitivo de lo Socioemocional: Funciones Ejecutivas y Regulación Afectiva

La maduración de la corteza prefrontal —vinculada con planificación, inhibición y flexibilidad— es relativamente tardía respecto de los sistemas límbico-motivacionales, lo que produce un desbalance transitorio: alta reactividad emocional y sensibilidad a las recompensas sociales con controles ejecutivos aún en consolidación (*El cerebro adolescente*, 2025). Las funciones ejecutivas básicas —memoria de trabajo, control inhibitorio y flexibilidad cognitiva— organizan la conducta orientada a metas, sostienen la regulación afectiva y, por extensión, la vivencia de autoeficacia que alimenta la autoestima (*El cerebro adolescente*, 2025). En educación, esto se traduce en la utilidad de andamiajes graduales y tareas con sentido para entrenar estas funciones.

Pares, Expectativas y el Laboratorio Social de la Identidad

Los grupos de pares incrementan la exposición a recompensas sociales y a la evaluación por otros. Esto puede potenciar la búsqueda de novedad o riesgo, pero también habilita validaciones y aprendizajes cooperativos cruciales para la autoestima. La brecha entre ideales y oportunidades efectivas —señalada por Kesternberg— puede derivar en decepción o hiperlatencia si la ‘nueva vida’ imaginada no encuentra escenas donde realizarse (Kesternberg, s.f.). Diseñar climas de reconocimiento y prácticas de feedback no comparativo reduce la vulnerabilidad narcisista y favorece autoconceptos más realistas.

Conclusiones

El desarrollo socioemocional adolescente es una obra abierta donde identidad, autoconcepto y autoestima se co-construyen entre el cuerpo que cambia, un cerebro que madura, los otros significativos y los propios ideales. En resumen:

- Entrenar funciones ejecutivas con desafíos graduados y significativos fortalece la autorregulación y la autoeficacia (*El cerebro adolescente*, 2025).
- Cuidar el clima entre pares mediante feedback no comparativo y reconocimiento reduce la vulnerabilidad narcisista (Lillo, 2002).
- Integrar una alfabetización corporal que nombre cambios sin catastrofismo favorece autoconceptos más realistas (Lillo, 2002).
- Evitar presionar definiciones identitarias prematuras y acompañar procesos con tiempos psíquicos adecuados (Kesternberg, s.f.; Amorín, 2008).

Referencias

Amorín, A. (2008). *Apuntes para una posible Psicología Evolutiva*. Psicolibros Waslala.

Kesternberg, E. (s.f.). *De la decepción a la conquista*.

Lillo Espinosa, A. (2002.). *Crecimiento y comportamiento en la adolescencia*.

Beltrán, S.. Kemp, N.. Urbina, G.. Alonso, L.. (2025). *El cerebro adolescente y sus dificultades asociadas a las conductas violentas*. Astra Editorial.