

¿LA VIOLENCIA AFECTA EL AUTOESTIMA DURANTE LA ADOLESCENCIA?

La adolescencia se identifica como una etapa de vulnerabilidad hacia la exposición a una violencia directa (ser víctima) y/o indirecta (ser testigos de hechos de violencia) mismas que afectan a la salud física y psicológica.

Debemos tener en cuenta que en esta etapa también desarrollamos una imagen de nosotros mismos. La autoestima, se ve reflejada en una actitud general o global sobre sí mismo, así como actitudes hacia aspectos específicos que no son equivalentes ni intercambiables. En este sentido, un adolescente puede tener un buen concepto de sí mismo en el ámbito familiar, pero no en el académico o viceversa.

Las secuelas psicológicas de sufrir malos tratos durante la adolescencia pueden cronificarse a lo largo de tu vida. Los malos tratos físicos y psicológicos, dejan una profunda huella de sufrimiento, soledad y angustia.

Miedos, confusión, pensamientos y recuerdos intrusivos, sensación de indefensión, culpa, pérdida de autoconfianza, autoestima deteriorada, tristeza, vergüenza, problemas de concentración y memoria, apatía y aislamiento son algunas de los signos que identifican que te encuentras en una situación que requiere atención. Es importante que cada vez que te sientas así busques ayuda.

Algunas **consecuencias** que podemos observar son:

- Actitud permanente de desconfianza y hostilidad hacia el mundo.
- Aislamiento social.
- Sentimientos de vacío o desesperanza.
- Sentimiento permanente de “estar al límite”, como si se estuvieras constantemente amenazada.
- Vivencia de extrañeza de sí mismo.



FUENTE:

[La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela: La perspectiva multidimensional](#)

[Las consecuencias del maltrato en la autoestima - Psicoafirma Psicólogos y Psiquiatras en Madrid. Psicoterapeutas. Terapia de Pareja](#)