

## LA NORMAL ANORMALIDAD DE LA ADOLESCENCIA

Dentro del largo camino que lleva a una persona a hacerse autónoma, la adolescencia es una etapa clave, pues es la culminación de todo un proceso vital que se ha iniciado con la separación del bebé de la madre después del parto.

Esta etapa es una etapa de la vida en que la persona presenta cambios fisiológicos y anatómicos muy acusados en un breve periodo de tiempo y a los que deberá adaptarse.

Este proceso empieza en lo que se denomina pubertad, en torno a los 11 años en las niñas y los 13 en los niños. Como consecuencia de importantes cambios hormonales da comienzo una etapa de desconcierto que es el inicio del camino hacia la edad adulta.

Se producen cambios en el vello, altura, pene, vagina, pechos, voz..., esta etapa culmina con la capacidad reproductora, la regla en las niñas y la eyaculación en los niños. Adquiriendo la persona de esta manera las características propias de su diferenciación sexual y con ello da inicio a la etapa adolescente.

Es decir, se inicia un proceso de crecimiento corporal que el adolescente no puede parar, que no tendrá marcha atrás y al que deberá seguir su mente.

Este momento evolutivo supone una serie de rupturas por las que tendrá que hacer un duelo. En primer lugar un duelo por el cuerpo infantil perdido, frente al que se encuentra como espectador impotente. En segundo lugar, un duelo por el rol e identidad infantil, que le obliga a la renuncia a la dependencia y a la aceptación de responsabilidades. En tercer lugar, un duelo por los padres de la infancia.

Por supuesto también para los padres supone un doloroso proceso de duelo.

El bebé y el niño dependen totalmente de sus padres que satisfacen sus necesidades. Las desigualdades del niño respecto a ellos, conforman en los pequeños la posibilidad de imaginarlos perfectos y omnipotentes. Durante algunos años el deseo de contentarlos y de ser queridos por ellos será primordial para crecer y aprender. La dependencia afectiva les hará suponer que lo saben todo, lo pueden todo; ellos son los pequeños y los padres los mayores y por tanto quienes siempre tienen la razón. Pero los padres, poco a poco dejarán de ser la única fuente para los afectos y para los aprendizajes; a lo largo del crecimiento se alimentarán de nuevos manantiales que desajustarán el ideal de padres que habían necesitado hasta este momento, acercándose cada vez más a lo que ellos son en realidad.

En este pausado camino, en el que se inicia la autonomía del niño y se empieza la andadura para humanizarlos. Al principio padres e hijos andarán por el sendero congratulándose mutuamente del progreso en la autonomía y en la desidealización. Pero aquel pausado camino, con la llegada de la pubertad y de la adolescencia, se torna accidentado tanto para los padres como para los hijos. Los hijos se soltarán de la mano y querrán recorrerlo solos o con otras compañías, se volverán huraños con los progenitores, reivindicarán su intimidad.

Con la llegada de la Pubertad a los padres se les terminó la libertad de preguntar, ¿qué has hecho en el colegio?. Y a los adolescentes se les terminó la necesidad infantil de buscar su aprobación y satisfacción. Con la llegada de la pubertad y durante el proceso de la adolescencia, la necesidad infantil de compartir con sus padres los avances y descubrimientos no sólo cambia, sino que además puede pasar al polo opuesto. El adolescente se repliega en su habitación, nadie sabe que hace dentro, habrá que llamar antes de entrar y revisará desconfiadamente sus pertenencias para asegurarse de que nadie ha entrado en ella y de que mamá no ha espiado sus secretos. El requerimiento de intimidad, hará que surjan en la mente de los padres una serie de fantasías y temores respecto a los hijos, que quizás no tengan nada que ver con sus andares.

El cuerpo sexuado del hijo introduce cambios en las formas de manifestar el afecto entre padres e hijos. Quedan vetadas las muestras de afecto a través del contacto físico, de los besos, de las caricias y del manoseo aclamado y permitido en la infancia, habrá que encontrar otras formas más acordes al momento del adolescente.

Ellos no solo esconden su cuerpo sino que esconden, también, sus nuevos hallazgos o invenciones sobre el sentido de la vida y hurgan en el criterio que tienen sobre sus padres y en cuál deberá ser a partir de entonces la relación con ellos. Los padres estarán expectantes respecto a la actividad sexual de sus hijos púberes o adolescentes, y no pocas veces la escasa información que ellos les proporcionan les harán imaginar o temer cosas que sólo están en su mente.

Por mucho que los padres hayan deseado y educado al hijo anhelando que sea una persona autónoma e independiente, quedarán perplejos, absortos por los recelos frente al temor de que el hijo se extravíe por su nuevo camino y perplejos también por la congoja que le produce despedirse del ideal de hijo que se habían forjado.

El adolescente precisará periódicamente de encuentros y desencuentros con sus padres para cotejar su independencia, sus aciertos y sus errores. Y los padres tendrán que aceptar la nueva forma de ser de sus hijos y establecer una relación afectiva y un diálogo distinto al que tuvieron en la etapa de la infancia.

La sensación de pérdida del hijo o del ideal de hijo, puede acarrear quebraduras irreparables de los lazos afectivos, el abandono de la motivación para cuidar y acompañar al adolescente, el menosprecio por sus avances y descubrimientos. Todo lo cual contribuye a mermar su autoestima, aumentando los aspectos melancólicos y depresivos y la necesidad de refugiarse en grupos de iguales donde se valoren y se compartan las nuevas existencias, aunque sea mediante la trasgresión y el desafío a la autoridad.

Hay que transformar y reciclar las dependencias infantiles, que atravesarán un periodo de desconcierto y de íntima confusión respecto a la dependencia que todavía mantienen con sus padres, y posiblemente la sustituirán por otras ataduras y dependencias adhiriéndose a algún grupo, o fusionándose con el amigo o amiga íntimo o fundiéndose en algún enamoramiento. Tendrán que construirse un ideal de yo y una moral propios, que muy posiblemente sean distintos o contrapuestos a los de los padres y sobre todo a los que los padres desearon para su hijo.

No olvidemos que la adolescencia es una etapa de la vida donde se busca desesperadamente un ideal en el que poder identificarse como adulto. Lo cual puede comportar una confrontación a la vez sana y vehemente con los ideales, las normas y las formas de vida del mundo que les rodea. Una etapa en la que la oposición y/o decepción puede expresarse individualmente o en grupo con síntomas y trastornos de conducta muy diversos.

La ansiedad y la prisa de los padres acarrear frecuentemente un aumento de la exigencia, de la autoridad, de consejos y de reprimendas; se le “taladra”.

El acrecentamiento exasperado de apremios y exigencias debe tener en cuenta dos aspectos importantes. Uno que recaen en la etapa evolutiva donde están menos dispuestos a tolerarlos, porque creen que aún se les trata como niños mientras ellos se creen dueños de sí mismos. Otro, el que un adolescente ostente el desacato no significa que no podrá tolerar la autoridad cuando sea adulto, que un adolescente sea huraño, arisco e insociable no significa que más adelante no pueda ser cariñoso y sociable, que se jacte del desorden de su habitación no comportará forzosamente que no pueda ser ordenado mañana. A pesar del desdén con que el adolescente se refiere a “no me rayes” sigue siendo importante la estimación que los padres tengan hacia él. Cuando angustiados por la preocupación y el ansia por enderezar a su hijo usan continuamente frases de desprecio y de desesperanza como: “eres un desastre”, consiguen justamente el efecto contrario al que se proponen. Hunden su autoestima y muy probablemente anulen los deseos de corregirse y mejorar, y puede que la imagen desastrosa que los padres le transmiten acabe siendo el eje de su futura personalidad.

Utilizar el menosprecio frente a la vehemencia de los hijos adolescentes banalizando con atribuirlo a la edad del pavo, con el “ya se le pasará” o amenazándolos con que la realidad les dará con la puerta en las narices. Esta actitud conlleva subestimar sus preocupaciones y sus angustias, hacerlos sentir ridículos y mermar el ánimo para conseguir sus propósitos. Esta actitud desdeñosa puede dañar su autoestima. Otra consecuencia del desdén de los padres hacia las exaltaciones verbales de sus hijos, es que cierran la posibilidad de diálogo, el adolescente no se siente valorado como interlocutor y se repliega en sí mismo. Y aún más, la imposibilidad de diálogo le llevará a actuar con conductas de rebeldía o transgresoras y a refugiarse en el grupo donde sí puede discutir seriamente y con consideración sus descubrimientos y sus ideales.

Es importante saber escuchar y esperar a comprender el significado y la repercusión que la trasgresión ha tenido para cada adolescente en particular. Aunque es recomendable que sepa siempre cuál es el punto de vista del adulto, esto no ha de impedirle ser diferente. Cuando cuenta sus fechorías al adulto lo hace a partir de un clima de confianza y espera algo. El adulto está obligado a responder y muy posiblemente el adolescente tendrá en cuenta su opinión aunque no esté de acuerdo con ella. A veces es aconsejable el “mañana lo hablaremos”, darse un tiempo para la reflexión; de esta manera, el adolescente se enfrenta a tener que razonar, defender y justificar sus indisciplinas, quizás tenga que dilucidar sobre su culpa, quizá tema perder el amor de sus padres, quizá se pregunte que provecho le procura o quizá se estremezca pensando en cómo lo juzgará su novio/a. También el adulto tendrá tiempo para paliar sus reacciones

primarias, diferenciar sus ideales y patrones morales de los que está eligiendo el adolescente, elaborar el duelo por el disgusto que le han proporcionado los hechos y aceptar que su hijo no es como él había deseado y quizá idealizado. Además podrá compartir su preocupación, su disgusto y la elección de la respuesta con otros miembros de la familia o con las amistades.

La necesidad de reto hacia los adultos y hacia las normas sociales podemos considerarla como inherente a la etapa de la adolescencia, incluso podemos considerarla como un ingrediente no solamente necesario sino, también, saludable. Es el procedimiento que ellos tienen para diferenciarse de sus progenitores. Será condición para que ellos sientan la culpa en su propia piel y reflexionando sobre lo que hacen y lo que piensan, lleguen a construirse su propia moral y su propio ideal de yo.

Sin que menoscabemos la más mínimo la necesidad de la intervención de nuestra autoridad, hay que recordar que la agresividad y la violencia en los púberes son también expresiones del malestar interno, del sufrimiento, de no sentirse cómodos en su piel y de no tener recursos para pacificar la ansiedad si no es con el descontrol y la actuación inmediata de sus impulsos y de su malestar y la ostentación del reto a los adultos.

Es importante que los adultos entendamos que los retos son un artilugio para reafirmarse en su independencia y una condición para explorar sus propios límites y avanzar en la construcción de una moral propia.

Cuando los adultos se precipitan en responder a las provocaciones con el castigo inmediato, no solamente pueden anular la posibilidad de que el adolescente asuma la culpa, sino que pueden aumentar la necesidad de desafío y adentrarse en una escalada de retos y de autoritarismo. No obstante los adultos deben siempre transmitir su opinión y su desacuerdo, hecho que sin duda le hará pensar cuando esté a solas.

La adolescencia es una etapa de la vida en la que es muy difícil pedir perdón o reconocer en voz alta el arrepentimiento, puesto que les remite a la dependencia o al miedo a depender del adulto.

No pocas veces los adultos entran de pleno en el reto de a ver quién manda y quién puede más, que precisan dejar patente su dominio y potestad, hasta no dejar otra salida al adolescente que la rabia y la impotencia que sin duda le conducirá a incrementar el desafío y la violencia. Probablemente ganará porque perder le hace sentir en lo más íntimo de su ser que se quebrantan los puntales de su progreso hacia la independencia.

Al adolescente muchas veces le hiere sentirse inferior respecto a las capacidades de razonamiento y de argumentación que posee el adulto. No pocas veces los padres se aprovechan de su vehemencia, aún alejada de la realidad, para descalificarlos.

Otras veces pugnan por negar las diferencias culturales con el adolescente y se esfuerzan en presentarse frente a ellos como semejantes en lugar de cómo padres y más bien confunden al adolescente, cuyo principal proyecto es ser distinto y aventurar nuevas propuestas individuales y sociales. Con el propósito de ser como ellos, despojan a los adolescentes de la necesidad de confrontar sus ideas y juicios con la realidad.

El error de establecer el diálogo únicamente con las conductas manifiestas de los adolescentes condiciona en los adultos reacciones que agravan su necesidad de provocar y de diferenciarse de ellos.

Afortunadamente otros adultos podrán leer entre líneas el valor real de los sufrimientos de los adolescentes y de las conductas de rebeldía con las que provocan.

En definitiva, serán las capacidades de tolerancia, de mutua comprensión y de diálogo entre generaciones las que asegurarán la evolución del pensamiento. Es importante incorporar lo nuevo y poder cuestionar el pasado.

Por lo tanto, si bien es cierto que la etapa adolescente, por los cambios radicales que supone el paso de niño a adulto, se caracteriza por la fragilidad psicológica y la constante restitución del equilibrio entre la prepotencia y la impotencia, entre la dependencia y la autonomía, por el encauzamiento de la sexualidad de muchas dudas. También es cierto que es una etapa evolutiva en la que nace la capacidad de pensar, de razonar, una etapa que inaugura el manejo de las ideas y de los valores sociales humanos y en la que surgirán las capacidades de amar al margen de la satisfacción inmediata de las necesidades.

Es una etapa en la que hay un sufrimiento psicológico y existencial, decidir que y como ser, cómo habrá de reubicarse en el mundo. Todos estos ingredientes podrán poner en duda su autoestima y ahogarle en sus propias dudas.

Este camino lleno de dificultades que supone la crisis de la adolescencia, tendrá como ingredientes principales las relaciones afectivas de la niñez, la estructura psicológica del niño, la educación que haya recibido, el aprendizaje a manejar las frustraciones, los estímulos para saber y aprender, y el entreno en la socialización. La adolescencia y su resolución tomará forma en base a las materias primas del

funcionamiento psicológico, relacional, afectivo y educativo que recibieron cuando fueron niños. Aunque está determinada también por la forma de reaccionar de los adultos en este momento de su proceso evolutivo.

El adolescente va construyendo su nueva identidad a través de las interacciones e intercambio constantes entre las experiencias conscientes e inconscientes de su mundo interno, los valores e ideales particulares de su micro grupo (familia, escuela, contexto social y étnico), y con los valores y la cultura del macro grupo social en el que vive y en el que tendrá que hallar su propio lugar como adulto. En dicha interacción entre lo adquirido en la infancia, que es interno y particular de cada adolescente, y lo que pertenece al mundo exterior, tiene lugar un inmenso charco de dudas y de interrogantes. Los adolescentes no han encontrado la justa medida de su autonomía, ni de sus valores, los adultos dudan igualmente de su capacidad de autonomía.

La mayoría de los padres tienen ilusiones y deseos para sus hijos, y algunos tienen también la esperanza de que ellos personalicen y compensen frustraciones que a ellos les ha sido imposible resolver o superar y, sin duda, la mayoría de los padres se sienten satisfechos de ver crecer y hacerse autónomos a sus hijos. Pero la adolescencia abre para los padres un paréntesis repleto de dudas, de interrogantes y ansiedades y, obviamente también de satisfacciones.

En el interior de dicho paréntesis se encuentran los padres atentos y temerosos porque la adolescencia del hijo les supone el examen final que rendirá cuentas de cómo han educado a su hijo; al mismo tiempo, los padres están desorientados por los comportamientos, conductas y reacciones vehementes y exageradas con las que sus hijos inician el proceso hacia la adultez. A las actitudes conscientes e inconscientes de los padres, a sus respuestas, réplicas, encuentros y desencuentros frente a que hacer cuando los hijos empiezan a ser mayores es lo que se ha convenido en identificar como crisis relacional. Los primeros interrogantes aparecen cuando los hijos empiezan a reclamar su autonomía argumentando que ya son mayores. Pero los chicos no se hacen mayores en un día y es imprescindible un periodo en el que por momentos se es mayor y en otros aún se es pequeño. Lo mismo sucederá con los padres, dudarán de lo que se les puede permitir, de lo que se les debe prohibir y de lo que se puede esperar de su independencia y autocontrol. Y es así, los adolescentes son pequeños para unas cosas y mayores para otras.

¿Qué hacer? Nadie tiene la respuesta o la tienen todos, porque tan cierto es que hay que confiar en los adolescentes para que ellos mismos vayan encontrando sus propios límites, como es cierto que los adolescentes necesitan todavía las pautas y el control de los adultos.

Para ambos, para la familia y para los hijos, será gratificante poder acceder a la transformación, y lo es especialmente para el adolescente, puesto que transformarse y ser aceptado en el hogar familiar le permite continuar con la misma identidad del yo y le hará más fuerte para afrontar todos los retos y tentaciones que encuentre fuera del marco familiar. Si la familia sabe adaptarse a la nueva situación que provoca la adolescencia con su sexualidad, con la capacidad de razonar... Si los padres pueden integrar la diferenciación que propone el adolescente, se sentirán satisfechos de los diálogos y de los debates, podrán confiar en ellos e incluso apoyarse en ellos haciéndolos partícipes de las dificultades familiares. Los padres que acojan con ilusión el despertar adolescente se sentirán rejuvenecidos y quizá puedan conectar con su adolescencia, con la efervescencia afectiva y sexual, con las riñas y discusiones que tuvieron con sus padres y con los beneficios que le ha reportado la idealización de algunos valores de su etapa juvenil. Si este reencuentro no es posible, la diferenciación corre el riesgo de convertirse en separación. Si la familia no es capaz de adecuarse a los cambios y encontrar nuevas formas de diálogo y de relación corre el riesgo de señalar al adolescente como único responsable del malestar familiar.

Hasta la adolescencia, los roles paternos y maternos se han edificado en función de los hijos, la aparición de la pubertad y la adolescencia abrirá una situación de crisis que cambiará e incluso desestabilizará el equilibrio anterior y la familia deberá encontrar y elaborar otro equilibrio frente a la nueva situación. Al final de la crisis relacional se deberá conseguir pasar de las relaciones padres-hijo a otras relaciones adulto-adulto, aunque permanezcan teñidas y atravesadas por la especificidad de los vínculos afectivos y normativos de las relaciones padres e hijos.

Esta etapa, es un proceso de separación e individuación respecto a los ideales de los padres y a los propios padres, pero que en absoluto cuestiona el amor y el afecto por ellos.

Al final de la adolescencia seguramente, aunque sin depender de ellos, podrán volver a tenerlos como punto de referencia para algunas de sus dudas o situaciones de conflicto, ya no serán unos padres idealizados y los hijos sabrán escoger cuando y en qué puede ser válida su opinión o su consejo.

Otras veces en la postadolescencia aparecen restos de los aspectos más perturbados de la niñez, puede que se perpetúe la rebeldía frente a cualquier autoridad como eje principal de la personalidad; quizá reaparezcan las relaciones de dependencia infantiles y sean adultos con reacciones de dependencia insanas que precisarán exageradamente la aprobación o felicitación del entorno para mantener su autoestima; o quizá vivirán con tan poca tolerancia a la frustración que les hará sentir perpetuamente infelices, insatisfechos y también rencorosos, con tendencia a culpar a los demás de su infortunio.

Para no ceder a la desesperanza con que a veces nos contaminan los adolescentes, puede ser útil revivir cómo eran cuando niños, recordar cómo eran de cariñosos, respetuosos...porque muy posiblemente estos caracteres sanos y constructivos no se habrán esfumado durante la adolescencia, simplemente han sido arrinconados por el malestar de la crisis. El desenlace y resolución de la misma depende fundamentalmente del equipaje afectivo, cultural y social que se tuvo en la niñez.

La nueva capacidad para objetivar, para razonar lógicamente, para captar la coherencia o incoherencia de los principios morales y éticos; la posibilidad de una actitud reflexiva y en definitiva de formularse ideas y valores más allá de sus problemas e intereses personales, junto a comprometerse con una sexualidad adulta es o debería ser el logro final de la adolescencia.

Los padres ayudaremos a los adolescentes a crecer sanamente si somos capaces de contener los desagravios de su rebeldía sin perder la tenacidad en mantener los límites necesarios, la esperanza en una solución positiva del y para el hijo adolescente, y muy especialmente si somos capaces de mantener el vínculo afectivo durante el largo camino de idas y retornos de nuestro/a hijo mientras ensaya su independencia. Todos sabemos del agradecimiento de muchos jóvenes hacia los padres que han sabido o podido acompañarlos, incluyendo los castigos y las reprimendas recibidas, sin poner en peligro roturas irreparables de los lazos afectivos. La maduración del pensamiento abstracto que acompaña a la etapa adolescente, les permitirá ser más objetivos con los padres, pero además de juzgarlos, positiva o negativamente les permitirá también comprenderlos.

Juan Angel Serra

[jserramari@gmail.com](mailto:jserramari@gmail.com)