

Álvarez Fernández, Almudena
Álvarez Fernández, Aurelio J.
Arias, Eulalia.
Aristegui Urquia, Asel
Artaraz Ocerinjauregui, Batirtze
Barahona Esteban, M^a Nieves
Béjar Trancón, Agustín
Betancor Perez, Daniel
Cabré, Víctor
Carmona Pastor, Esther
Domínguez Martín, Cristina
Esparza del Valle, Paloma
Farrés, Núria
Fieschi, Elena
Gallardo Borge, Laura
García Pinto, M^a Teresa
Larbán Vera, Juan
Lasa Zulueta, Alberto
Malda Bikarregi, Karmelo
Martín Arranz, Esther
Martín de la Fuente, Lorena
Martín Gómez, Catalina
Ortega Heras, Ana
Pérez-Muga García, Óscar
Pimienta Serrano, Aurora
Redondo Díez, Elsa
Rodríguez Fernández, Blanca
Rojas Hernández, María del Carmen
Soriano Sala, Asunción
Serrano Navarro, Ana
Sevillano Benito, Isabel
Urizar Uribe, Maite
Venturella, Mariella
Villar Silva, Julia
Villaseñor Vivanco, Elizabeth

N.º 60
2º semestre

2015

Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente

SEΨPNA

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSIQUIATRÍA Y
PSICOTERAPIA DEL NIÑO Y DEL ADOLESCENTE

Miembro de la International Association Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions
de la European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy in the Public Sector y
de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (F.E.A.P.)

ISSN: 1575-5967

Cuadernos de Psiquiatría
y Psicoterapia del Niño
y del Adolescente

La Revista Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente es una publicación semestral dirigida a profesionales de la Salud Mental de la Infancia y la Adolescencia. Está especializada en las temáticas relacionadas con la psicología clínica, la psiquiatría y la psicoterapia de niños y adolescentes desde un punto de vista psicoanalítico.

La revista admite publicaciones presentadas en los Congresos anuales de la Sociedad Española de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente (S.E.P.Y.P.N.A.) así como las comunicaciones libres seleccionadas para su presentación en dichos congresos. También admite conferencias y aportaciones libres.

Su publicación es en castellano aunque permite la contribución original de trabajos en inglés.

Los editores no se hacen responsables de las opiniones vertidas en los artículos publicados.

DIRECTOR DE PUBLICACIONES

Manuel Hernanz Ruiz (Bilbao)

CONSEJO DIRECCIÓN

Directora: Leire Iriarte Elejalde (Bilbao)

Director Adjunto: Francisco Vaccari Remolina (Bilbao)

COMITÉ EDITORIAL

Manuel Hernanz Ruiz (Bilbao)

Margarita Alcamí Pertejo (Madrid)

Ángeles Torner Hernández (Madrid)

Alicia Sánchez Suárez (Madrid)

Aurelio J. Alvarez Fernández (Asturias)

Ainara González Villanueva (Bilbao)

Fernando González Serrano (Bilbao)

Agustín Béjar Trancón (Badajoz)

María Dolores Gómez García (Sevilla)

Encarnación Mollejo Aparicio (Madrid)

COMITÉ ASESOR

Jaume Baró Universidad de Lleida (Lleida)

Michel Botbol Universidad de Bretaña Occidental (París)

Alain Braconnier Centro Alfret Binet (París)

M^a Luisa Castillo Asociación Psicoanalítica Madrid (Bilbao)

Miguel Cherro Aguerre Universidad del Desarrollo Montevideo

Ana Estevez Universidad de Deusto (Bilbao)

Graziela Fava Vizziello. Universidad Padova (Padova)

Marian Fernández Galindo (Madrid)

Osvaldo Frizzera Universidad UCES (Buenos Aires)

Pablo García Túnez (Granada)

Bernard Golse Universidad Paris Descartes (París)

Carmen González Noguera (Las Palmas)

Susana Gorbeña Etxebarria Universidad Deusto (Bilbao)

Leticia Escario Rodríguez (Barcelona)

Philippe Jeammet Universidad Paris VI (Francia)

Beatriz Janin Universidad UCES (Buenos Aires)

Paulina F. Kernberg University Cornell (Nueva York) †

Otto Kernberg University Cornell (Nueva York)

Cristina Molins Garrido (Madrid)

Juan Manzano Garrido (Ginebra)

Juan Larbán ADISAMEF (Ibiza)

Alberto Lasa Zulueta Universidad del País Vasco (Bilbao)

Ana Jiménez Pascual Unidad USMIJ(Alcázar de San Juan)

Mercè Mabres Fundación Eulàlia Torras (Barcelona)

Roger Misés (París)

Marie Rose Moro Univesidad Paris Descartes (París)

Francisco Palacio Espasa Universidad de Ginebra (Suiza)

Fátima Pegenaute Universitat Ramon LLull (Barcelona)

María Cristina Rojas Universidad UCES (Buenos Aires)

Rosa Silver (Universidad de Buenos Aires)

Mario Speranza Centro Hospitalario Versalles (Francia)

Remei Tarragò Riverola Fundación Eulàlia Torras (Barcelona)

Jorge Tizón García (Barcelona)

Xabier Tapia Lizeaga (San Sebastián)

Koldo Totorika Pagaldai Universidad del País Vasco (Bilbao)

Eulalia Torras Fundación Eulàlia Torras (Barcelona)

Mercedes Valle Trapero Hospital Clínica San Carlos (Madrid)

Francisco José Vaz Leal (Universidad de Extremadura)

Xaber Tapia Lizeaga (Bilbao)

INDICE:

Ser y crear en el proceso terapéutico: Arteterapia en el Hospital de día de Leganés <i>Ana Serrano Navarro, Esther Carmona Pastor y Catalina Martín Gómez</i>	9
El grupo terapéutico de juego en el trastorno mental grave infantil: Una aproximación a través de las teorías de BION Y KLEIN <i>Artaraz Ocerinjauregui Batirtze, Betancor Perez Daniel</i>	17
Evolución de un paciente con diagnóstico de TEA en una terapia grupal <i>Julia Villar Silva, Asel Aristegui Urquia y Ana Ortega Heras</i>	29
Un grupo terapéutico con adolescentes en institución de reforma <i>Agustín Béjar Trancón, Aurora Pimienta Serrano</i>	33
Parentalidad positiva. Grupo psicoeducativo de madres y padres de bebés de 0 a 12 meses <i>Aurelio J. Álvarez Fernández y Paloma Esparza del Valle</i>	39
Desarrollo emocional y social en un grupo de personas con discapacidad intelectual <i>Lorena Martín de la Fuente, Ma Nieves Barahona Esteban y Ma Teresa García Pinto</i>	45
Investigar la comunicación en el grupo: El desarrollo de un instrumento observacional para un grupo de hermanos de niños con TEA <i>Mariella Venturella, Eulalia Arias, Víctor Cabré, Elena Fieschi y Nuria Farrés</i>	53
Propuesta didáctica de estimulación de la competencia lingüística y del lenguaje infantil: Estudio de validez <i>Elsa Redondo Díez y Almudena Álvarez Fernández</i>	61
Prevención de enfermedad mental en adolescentes a través del grupo <i>Laura Gallardo Borge, Cristina Domínguez Martín, Esther Martín Arranz, Isabel Sevillano Benito, Blanca Rodríguez Fernández</i>	75
Implementación de un dispositivo psicoanalítico con niños institucionalizados <i>Elizabeth Villaseñor Vivanco y María del Carmen Rojas Hernández</i>	83
De la confusión a la identidad adolescente. tratamiento interdisciplinar en un hospital de día <i>Asunción Soriano Sala y J. Karmelo Malda Bikarregi</i>	93
Psicoterapia en la primera infancia <i>Maite Urizar Uribe</i>	107
Apegos alienados (trastorno del relato moral) <i>Óscar Pérez-Muga García</i>	111
Trauma Psíquico <i>Juan Larbán Vera</i>	115
Los adolescentes y los límites: Contención y transgresión <i>Alberto Lasa Zulueta</i>	127

Edición: Selene Editorial, S.L. C/ Jerez, 21 (28231) Las Rozas, Madrid. www.editorialselene.com

Impresión: Sorles, Leon

E-mail de información y envío de artículos: publicaciones@sepyrna.com

Página Web: <http://www.sepyrna.com/revista-sepyrna/>

Depósito Legal: M-35677-1985 / ISSN: 1575-5967

Periodicidad: semestral

Suscripción anual: 60 €

Precio por ejemplar: 35 €

La Revista **Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente** está incluida en los siguientes índices y bases de datos:

- LATINDEX: Sistema Regional de Información en línea para Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. <http://www.latindex.unam.mx>
- PSICODOC: Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. <http://www.psicodoc.org/acerca.htm>
- DIALNET: Portal bibliográfico sobre literatura científica hispana. Categoría B según los criterios de evaluación de revistas de CIRC (Clasificación Integrada de Revistas Científicas). <http://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=16139>
- ISOC: Base de datos de sumarios ISOC-CSIC. <http://www.cindoc.csic.es/servicios/isocinf.html>
- DULCINEA: Acceso abierto a la producción científica en España. <http://www.accesoabierto.net/dulcinea/consulta.php?directorio=dulcinea&campo=ID&texto=1980>
- FEAP: Anuario de publicaciones de Psicoterapia en Lengua Española. <http://www.feap.es/anuarios/2010/html/RevSP13.html>
- IBECs: Índice Bibliográfico Español de Ciencias de la Salud. <http://ibecs.isciii.es/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IisScript=iah/iah.xis&base=IBECs&lang=e>
- EBSCO: Base de datos que ofrece textos completos, índices y publicaciones periódicas académicas que cubren diferentes áreas de las ciencias y humanidades. <http://www.ebsco.com/>

Sistema de selección de los originales:

- Publicación de ponencias presentadas en los Congresos anuales de la Sociedad Española de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente (S.E.P.Y.P.N.A.)
- Selección de comunicaciones presentadas en los Congresos de S.E.P.Y.P.N.A.
- Conferencias.
- Aportaciones libres

Los Editores no se hacen responsables de las opiniones vertidas en los artículos publicados.

JUNTA DIRECTIVA DE SEPYRNA

Presidente:	Fernando González Serrano (Bilbao)
Vicepresidente-tesorera	Encarna Molins (Madrid)
Vicetesorero:	Margarita Alcamí (Madrid)
Secretaria:	Alicia Sánchez Suárez (Madrid)
Vicesecretaria:	Angeles Torner Hernández (Madrid)
Vocales:	Aurelio J. Alvarez Fernández (Asturias)
	Agustín Bejar Trancón (Badajoz)
	Daniel Cruz Martinez (Barcelona)
	María Dolores Gómez Garcia (Sevilla)
	Leire Iriarte Elejalde (Bilbao)
Responsable de publicaciones:	Manuel Hernanz Ruiz (Bilbao)

Página web: www.sepypna.com

INDEX:

TO BE AND CREATE IN THE THERAPEUTIC PROCESS: ART THERAPY IN LEGANES DAY CARE CENTER <i>Ana Serrano Navarro, Esther Carmona Pastor y Catalina Martín Gómez</i>	9
EL GRUPO TERAPÉUTICO DE JUEGO EN EL TRASTORNO MENTAL GRAVE INFANTIL: UNA APROXIMACIÓN A TRAVÉS DE LAS TEORÍAS DE BION Y KLEIN <i>Artaraz Ocerinjauregui Batirtze, Betancor Perez Daniel</i>	17
EVOLUTION OF A PATIENT DIAGNOSED OF ASD IN A THERAPY GROUP <i>Julia Villar Silva, Asel Aristegui Urquia y Ana Ortega Heras</i>	29
A THERAPEUTIC GROUP WITH ADOLESCENTS IN A REFORM CENTER <i>Agustín Béjar Trancón, Aurora Pimienta Serrano</i>	33
POSITIVE PARENTING. PSYCHOEDUCATIONAL GROUP OF PARENTS OF INFANTS FROM 0 TO 12 MONTHS <i>Aurelio J. Álvarez Fernández y Paloma Esparza del Valle</i>	39
EMOTIONAL AND SOCIAL DEVELOPMENT IN A GROUP OF PEOPLE WITH INTELLECTUAL DISABILITIES <i>Lorena Martín de la Fuente, Ma Nieves Barahona Esteban y Ma Teresa García Pinto</i>	45
RESEARCHING COMMUNICATION WITHIN THE GROUP: DEVELOPMENT OF AN OBSERVATIONAL TOOL FOR A GROUP OF SIBLINGS OF CHILDREN WITH ASD <i>Mariella Venturella, Eulalia Arias, Víctor Cabré, Elena Fieschi y Nuria Farrés</i>	53
TEACHING PROPOSAL OF STIMULATION OF THE LINGUISTIC'S COMPETENCE AND THE INFANT'S SPEECH: VALIDITY STUDY <i>Elsa Redondo Díez y Almudena Álvarez Fernández</i>	61
PREVENTION OF MENTAL ILLNESS IN ADOLESCENTS THROUGH THE GROUP <i>Laura Gallardo Borge, Cristina Domínguez Martín, Esther Martín Arranz, Isabel Sevillano Benito, Blanca Rodríguez Fernández</i>	75
IMPLEMENTATION OF A PSYCHOANALYTIC DEVICE WITH INSTITUTIONALIZED CHILDREN <i>Elizabeth Villaseñor Vivanco y María del Carmen Rojas Hernández</i>	83
ADOLESCENCE: FROM CONFUSION TO IDENTITY SHAPING. INTER-DISCIPLINARY TREATMENT IN A DAY HOSPITAL <i>Asunción Soriano Sala y J. Karmelo Malda Bikarregi</i>	93
PSYCHOTHERAPY IN EARLY CHILDHOOD <i>Maite Urizar Uribe</i>	107
ALIENATED ATTACHMENTS (MORAL NARRATIVE DISORDER) <i>Óscar Pérez-Muga García</i>	111
PSYCHIC TRAUMA <i>Juan Larbán Vera</i>	115
ADOLESCENTS AND LIMITS: CONTAINMENT AND INFRINGEMENT <i>Alberto Lasa Zulueta</i>	127

LOS ADOLESCENTES Y LOS LÍMITES: CONTENCIÓN Y TRANSGRESIÓN*

ADOLESCENTS AND LIMITS: CONTAINMENT AND INFRINGEMENT

Alberto Lasa Zulueta

“*A los adolescentes hay que ponerles límites*” es hoy una de las frases más manidas que se pueden oír y leer. Se ha convertido en una frase hecha que puede proceder de profesionales, de padres, de medios de comunicación. No se trata aquí de repetirla ni de descalificarla. La intención de este texto escrito, redactado a partir de una ponencia, es proponer una reflexión sobre la complejidad y la imbricación entre ambos términos (“Adolescencia”-“Límites”) y sus implicaciones clínicas para la comprensión y tratamiento de la problemática, normal y psicopatológica, de los adolescentes.

La contención -el placer de dominar y controlar la impulsividad, la pulsionalidad- y la transgresión – el placer y la liberación de descargarla- son dos ejes inseparables que recorren y estructuran la adolescencia. De su importancia esencial y de su comprensión trata este texto.

Walter Benjamín dividía los relatos en “*relatos de navegantes*” y “*relatos de campesinos*”. Los de navegantes narran “*grandes descubrimientos de allende*

los mares: cosas extrañas e inauditas, hazañas”. Los de campesinos “*enseñanzas de lo cotidiano*”: resultan de “*alejarse de la vista lo aparentemente familiar y así poder examinar de manera adecuada los misterios que esconden*”.

Creo que la misma división puede servir para catalogar dos maneras de entender y practicar nuestro oficio, recordémoslo, de profesionales de la escucha, que vivimos de lo que nos relatan en nuestras consultas. Hoy, más que nunca, en la psiquiatría actual, los profesionales estamos polarizados entre dos orientaciones, quizás dos credos, que se contraponen:

- los seguidores de lo que nos cuentan expertos foráneos (en sus guías clínicas, progresivamente importadas o descaradamente calcadas en nuestro país)
- los que se fían más de lo que sólo se despliega en una relación privilegiada que necesita su tiempo de convivencia

* Este texto desarrolla el contenido de una ponencia oral presentada, con el mismo título, en el XXIV Congreso Nacional SEPYPNA, celebrado en Donostia-San Sebastián en abril de 2012.

Quieren y necesitan los primeros disponer de grandes grupos de pacientes, y de datos homogéneos que les conciernen, para poder establecer comparaciones de significación estadística y de validez científica.

Prefieren los segundos el conocimiento en profundidad de un número mucho más limitado de pacientes y es su convicción que esta experiencia permite obtener enseñanzas generalizables y útiles para ser aplicadas a otros adolescentes y situaciones.

LOS ADOLESCENTES Y LOS LÍMITES

Abordaré inicialmente dos aspectos: 1. Porqué los adolescentes recuerdan en su funcionamiento psíquico a las personalidades límite (y viceversa). 2. En qué la experiencia con unos nos ayuda a comprender y a ayudar, terapéuticamente, a los otros

Si hablamos de alguien que:

- sufre -y a veces disfruta- de sus relaciones; que se debate entre una permanente inseguridad interior pero a la vez que muestra una arrogancia externa;
- muestra una gran vulnerabilidad narcisista (“¿cómo soy... cómo quiero ser... cómo me ven los demás?”) que le hace extremadamente dependiente de los otros; hasta el punto de cambiar de apariencia y de comportamiento según las circunstancias;
- oscila de la angustia de la intrusión a la del abandono; de la de sentirse violentado a la de ser olvidado o ignorado, por las personas de quienes, además, depende (“prefiero que me puteen a que pasen de mí”);
- se siente impulsado (con excitación y con temor) a sobrepasar lo conveniente; a “pasarse de la raya”, a buscar quien se lo impida... para chocar contra él (“si me buscáis me vais a encontrar”);
- no puede frenar una curiosidad impetuosa porque sólo él entiende la pasión del riesgo; entiende cómo explotar la locura de vivir en este mundo que sólo él (y quienes comparten sus convicciones o creencias) comprenden;
- no teme el batacazo, por inminente o inevitable que sea, ni el suicidio (“para qué llegar a viejos”);
- a lo largo del mismo día puede sentirse el más grande o el más insignificante y despreciable, un triunfador o una basura

muchos de entre nosotros pensaríamos o en algún adolescente o en algún border-line que nos inquieta (y seguramente, ante tales manifestaciones clínicas, puede también que los que gustan de aplicar guías clínicas apostarían por un trastorno bipolar).

Volviendo al rigor clínico, subrayaré aquí lo que muchos autores han señalado: que en la adolescencia las fronteras, los límites, entre lo normal y lo patológico se acercan, se diluyen y se confunden, tanto para el profesional que debe diagnosticar como para el propio sujeto adolescente, asaltado de angustiosas dudas sobre lo que ocurre en su mente, en su cuerpo y en sus relaciones. Ambos, adolescentes que temen por su cordura y profesionales que diagnostican para tratar adecuadamente, necesitan criterios -límites- que diferencien salud, trastorno y enfermedad mental.

En particular, es muy cierto que muchos adolescentes presentan rasgos que plantean dificultades de diagnóstico diferencial con los trastornos de la personalidad, en particular con las personalidades límite, las narcisistas y las antisociales (que entre sí pueden presentar rasgos comunes sólo “dimensionalmente” diferentes). En mi opinión, tampoco los requisitos del DSM IV nos sacan de dudas; ni con hacernos esperar hasta los 18 años; ni con la definición que propone de los rasgos estructurales de la personalidad límite: la “triple inestabilidad” de la auto-imagen; de la afectividad y estados de ánimo; y de las relaciones y conducta. En cuanto al DSM5 aún está por ver si aclarará o liará más las cosas¹⁷.

Para los adolescentes, salir de la confusión es una de las razones fundamentales de necesitar límites y de trasgredirlos... poniendo a prueba al adulto provocándole para que no pueda dejar de responderle a sus preguntas. Porque, si el adulto no se siente preocupado o simplemente no sabe cómo responder, el desquiciamiento del adolescente, hipersensible al desinterés y al abandono, se convertirá en provocación creciente y repetitiva más difícil de comprender y de soportar, por ambos.

Hay adolescencias -y familias y entornos de adolescentes- muy desiguales. Algunas transcurren en condiciones de facilidad y bienestar socio-económico. Otras tienen que enfrentar realidades sociofamiliares desesperantes y deprimentes. Pese a tal variedad -que añade garantías de protección o, por el contrario, suma

¹⁷ No siendo el tema central de este texto, remito a otra publicación escrita que si recoge algunas precisiones sobre semejanzas y diferencias entre fenómenos psíquicos propios de la adolescencia y los trastornos de la personalidad. (Lasa Zulueta A. Los niños hiperactivos y su personalidad. Ed. ALTXA. Bilbao (2008) Cap. 2; págs. 153-174).

factores de riesgo altamente influyentes- podemos tratar de buscar los elementos comunes del trabajoso pensar y obrar que caracteriza este periodo vital. Ambos excesos – el de pensar tanto como para paralizar cualquier decisión cotidiana y el de actuar impulsivamente sin pensar en su porqué y sus consecuencias- caracterizan también el sufrimiento de muchos de los adolescentes que nos consultan.

Los adolescentes están reorganizando, reconstruyendo, su personalidad; la que quieren tener pero que también temen no conseguir. Les espera una tarea psicológica y emocional de largo recorrido. Bastaría preguntar a algunos padres de adolescentes por su experiencia a lo largo de esta travesía –a veces compartida, y a veces no- para confirmar que el costoso trabajo que atraviesa el adolescente, además les afecta también a ellos que, como sus hijos, pueden tener la sensación de una trayectoria vertiginosa, imprevisible e incontrolable o de todo lo contrario: de empantanarse en una situación de pasividad inamovible y eterna (“¿Cómo contener/o movilizar lo que le/nos pasa? ¿Cómo establecer diferencias entre lo suyo y lo nuestro?”).

LAS DIFÍCILES Y OBLIGATORIAS TAREAS DE LA ADOLESCENCIA

A modo de recordatorio, resumiré algunas de entre las nuevas tareas que debe afrontar el adolescente. El que para muchos adolescentes sea una aventura y un episodio vital interesante no quita que, para otros, sea un período de intenso sufrimiento y hasta de severa descompensación psíquica.

- La experiencia de un nuevo cuerpo y el descubrimiento y la elaboración de una nueva imagen corporal. Los nuevos contornos corporales y el redescubrimiento-reactivación de “nuevas” zonas erógenas -ahora abiertas al contacto “intercorporal” con otros cuerpos dotados de sus propias zonas erógenas- suponen una “sexualización” de la existencia, de toda relación e incluso de cualquier roce¹⁸.
- El “nuevo” cuerpo puede ser objeto de orgullo y

vergüenza, de satisfacción y de humillación, de exhibición y de ocultación. Vivido positivamente como amigo y placentero o rechazado como detestable y odioso¹⁹.

- La excitación erótica (con o sin experiencias amorosas) añade una recarga pulsional que reactiva experiencias infantiles. La inmediatez y la avidez oral; el control, dominio y posesión anal; la presunción y arrogancia fálica, topan ahora con una sorpresa: el encuentro con la excitación del otro y con la reciprocidad, o no, de su deseo con el ajeno.
- El cuerpo prepuberal -que antes aconsejaba que lo erótico quedase en el terreno protegido de la fantasía- se ha transformado y ahora, además de desearlo, es apto para el contacto físico, para la (inter)penetración, para el acoplamiento complementario. Lo que añade también el riesgo, temor y deseo, de la excitación “explosiva”, la propia y la del otro...y de la efracción corporal traumática.
- El compartir relaciones: intimidades, secretos, triangulaciones, traiciones, infidelidades; ya no tiene la connotación de “juegos de niños” de la latencia. Ahora se viven con otra trascendencia porque son vividos como “definitivos”, sin vuelta atrás, como un “mal inicio” que marcará el futuro y, sobre todo, con la connotación de “vergüenza pública”, “lo sabe todo el mundo”. La mayoría de adolescentes pueden relativizarlo y compensarlo con nuevas experiencias gratificantes, pero otros quedarán marcados y bloqueados para cualquier nuevo intento de relación.
- El duelo de la “omni” sexualidad infantil: “de mayor seré lo que yo quiera”. La diferenciación sexuada del cuerpo impondrá, o no, la renuncia a la bisexualidad. La feminización o masculinización del cuerpo -y de su imagen y apariencia- se hace ahora una elección y una trabajosa tarea consciente. Los tiempos que corren, que hablan de una mejor comprensión social y del derecho a reivindicar cualquier “libre opción del género deseado”, simplifican, a mi juicio, una realidad más compleja

¹⁸ Lo que con lenguaje muy típico de la adolescencia resume la frase de una canción de un grupo de rock que ha sobrevivido desde los tiempos de la movida: “...porque no hay droga más dura que el roce de tu piel” (canción de Revólver).

¹⁹ En otro texto propuse tres vías de articulación de la vivencia corporal con el narcisismo del adolescente, denominándolas “Cuerpo Cómplice”; “Cuerpo Prótesis” y “Cuerpo Adverso” (Lasa Zulueta A.: Experiencias del cuerpo y construcción de una imagen corporal en la adolescencia: vivencias, obsesiones y estrategias. Psicopatología y Salud Mental del niño y del adolescente; 2: 53-74 (2003)

de lo que se dice. Quizás la experiencia del diálogo con adolescentes (y con niños) preocupados por sus opciones de identidad y de elección sexual nos haga más sensibles a ello.

- La crisis de las identificaciones y valores anteriores y la obligada tarea de reorganizar la distancia parento-filial se acompaña de muchas tareas. La más llamativa es la aparición de una evitación activa de la proximidad, corporal y mental, de sus padres. Se trata, aunque sus protagonistas lo desconozcan totalmente, de defensas contra un acercamiento que ahora resulta incestuoso. En el plano corporal el ¿"Cómo aceptar que necesito vergonzosas caricias propias de niños"? suele ser lo que oculta el más problemático ¿Como dejarse tocar con un cuerpo ahora sexuado y excitable?. En el plano mental ¿"como dejarme ver cerca de ellos como si siguiera necesitando su compañía"?
- La (des)idealización de las imagos parentales (ahora cargadas de negatividad) acompaña al alejamiento físico. Pocos padres entienden, aunque sí la practican, la utilidad de mantenerse "sólidamente detestables" lo que implica mantenerse cercanos pese al rechazo de que son objeto...para favorecer el trabajo de separación hacia la autonomía que, para los hijos adolescentes, es mucho más difícil de lo que parece y de lo que están dispuestos a reconocer.
- Para poder separarse necesitan elaborar defensas ante la intrusión parental ("que no se metan a controlarme la vida") que son la otra cara del temor a ser abandonados o rechazados. El "mis padres pasan de mí" resulta tan terrible que el "voy a darles motivos" resulta un consuelo: "soy yo el que lo provoca y no ellos los que me pueden dejar tirado". El adolescente necesita crear la ilusión de que su vínculo ya no es vertical sino horizontal...y pocos padres entienden que eso está destinado a camuflar un sentimiento de debilidad (siempre se soporta mejor ser protagonista activo que víctima pasiva).
- La búsqueda pasional de nuevos objetos idealizados (alternativa sustitutiva de los ideales anteriores perdidos o rechazados) conduce a descubrir nuevos ídolos (estrellas del espectáculo, del deporte etc). Este investimento apasionado, conduce a veces a idolatrías alienantes (sectas, gurús diversos) pero también a la puesta en marcha de actividades

creativas y del esfuerzo que movilizan (aprendizaje musical, lecturas compulsivas, disciplina física deportiva etc.). En contraste, para diferenciarse y afirmarse contra todo lo débil: "pringuis"; "gilis"; "frikis"...surge la arriesgada necesidad de encontrar "mierdas odiosos" y –lamentablemente y a veces trágicamente- odiables. El "yo elijo con quién quiero estar y a quién quiero excluir" es un rechazo activo defensivo contra el "me siento inseguro, débil y solo" no exento, cuando la identidad es frágil, del fanático y violento rechazo de todo aquel que representa la debilidad que detesto y temo y que quiero alejar y suprimir.

- Los adolescentes tienen que resolver su ambivalencia entre el deseo de autonomía y la problemática de la pérdida de la protección familiar que caracteriza la infancia. La evolución propia del desarrollo les lleva a optar por la libertad y la independencia. Es lo mucho que tienen por ganar. Pero en función de su historia previa – que habrá modelado sus capacidades, limitaciones y dependencias- y de su medio familiar – que puede animarles hacia el mundo o necesitar retenerlos en casa- pueden bascular hacia el temor a verse superados por el miedo a lo que les viene, por el pánico a sentirse incapaces, solos y abandonados. El vacío depresivo que acompaña a la vulnerabilidad narcisista ("yo solo no soy capaz de nada" "que voy a ofrecer si no tengo nada válido ni para mí mismo) no es una entelequia que pueda resumirse con un "está bajo de autoestima...se le pasará con el tiempo" y suele implicar un sufrimiento desesperante ante el cual la esperanza de una relación que se lo resuelva todo puede quedarse en una ilusión permanentemente decepcionante si no encuentran una relación y una actividad que le estimulen a recuperar un mínimos de bienestar consigo mismo. Como es bien conocido las dependencias sustitutivas de objetos-sustancias tóxicas "controlables" ("que no me abandonan nunca...yo me meto lo que quiero cuando quiero...yo regulo cómo me siento sin depender de nadie") - que además se asocian a la ilusión de ser "compartidas con alguien"- son otra vía hacia un camino más que complicado, porque los efectos placenteros del tóxico y el hábito y tolerancia crecientes le van encajonando hacia la toxicomanía, que no solo sustituye emociones

y afectos por sensaciones sino que además le proporciona una neo-identidad “inconformista y rompedora” y la pertenencia a un medio “que le comprende”. Aún esta cercana la época en que muchas chicas adolescentes compartían la heroína con sus chicos a los que querían “redimir por amor” con la generosa ilusión del “conmigo saldrá de la droga” y con los muy dolorosos resultados conocidos.

- La adolescencia supone la aceptación de su propia responsabilidad: No es fácil -y por eso necesita su tiempo- hacerse un sujeto responsable de sus pensamientos, sus decisiones y sus actos, con el placer de acertar y el riesgo de equivocarse... sin culpar a los demás de sus elecciones. Algunas de gran trascendencia. Por ejemplo: Encarnar un apellido, darle descendencia y proyectarse como padre o madre, han sido consideradas hasta no hace mucho, nobles tareas que marcaban el tramo final que conduce de la adolescencia a la edad madura. Sin embargo, las nuevas tendencias sociales y morales, las nuevas tecnologías de la reproducción y los tratamientos hormonales, han generado nuevas formas de parentalidad que transgreden los hábitos y tiempos que las leyes de la biología imponían. Si antes acceder a la parentalidad “solamente” necesitaba la obligatoria dependencia de encontrar una pareja de sexo complementario y hacerlo en un periodo de fertilidad, ahora las cosas son muy distintas. La fertilidad puede provocarse hormonalmente mucho más tarde de los periodos biológicos naturales; la natalidad se controla y disminuye el número de hijos y se retrasa la edad de ser madres-padres. Además con las tecnologías de reproducción actuales “ya no hace falta” pareja heterosexual, ni siquiera pareja alguna para acceder legalmente a la parentalidad -aunque sí semen conocido o desconocido y/o útero de vientre de alquiler (“pequeño matiz” que la biología aún exige...por ahora) -. También es políticamente incorrecto preguntarse si esta transgresión de las leyes biológicas no estará exenta de algunas consecuencias, que por ahora desconocemos, porque son objeto de gran apoyo social y de reivindicaciones consideradas progresistas. Si, “clásicamente”, se afirmaba que la renuncia a las aspiraciones infantiles de bisexualidad -obligada por la diferenciación hacia un solo sexo que imponía el desarrollo puberal-

era una característica de la adolescencia, habrá que reflexionar ahora sobre las novedades psicológicas que supone la difusión de las “libres y múltiples opciones sexuales” que incluyen a veces también la opción de cambiar de sexo anatómico. Hasta parece osado decir que uno piensa que eso plantea situaciones al menos complejas. En cualquier caso todo parece conducir a que la paternidad y la maternidad se vayan alejando o dejen de ser algo en lo que el adolescente pueda o deba pensar. De hecho un embarazo en la adolescencia -e incluso en edades tempranas de maternidad antes habituales- se considera automáticamente, en nuestra sociedad actual, mucho más un fallo irresponsable en el control de la natalidad que una consecuencia natural de la fertilidad propia de la juventud y de sus deseos de autonomía, de crecimiento y de realización de una vida de pareja libre.

Como resultado de tan costosas tareas -y de su mejor o peor elaboración e integración- el adolescente sufre de vacilaciones, dudas e impaciencia que van a impulsar dos caminos: la aceleración, la hiperactividad, la promiscuidad de relaciones y experiencias (y el estallido de la desobediencia de horarios, hábitos, rutinas y creencias). O el camino contrario: el temor, la inhibición, el refugio en la pasividad y el repliegue paralizante (y el sometimiento al “más de lo de siempre” “mejor seguir igual”). Y dos destinos. Uno, la excitación de la aventura (con la ganancia de nuevas experiencias y conocimientos y el peligro de los riesgos irresponsables) y que también se acompaña se acompaña del temor a hacer el ridículo “en público”, a ser criticado por quienes imponen las normas del grupo de iguales y señalan quien debe ser aceptado o rechazado. Otro, el aislamiento en su casa, o en su habitación, - con la compañía de sus música, sus juegos repetitivos o sus redes y contactos a distancia- pero con la pérdida del tren evolutivo y con el riesgo de que protegerse en un enquistamiento familiar -aparentemente “hiperprotector”, pero regresivo- puede enmascarar una homeostasis claustrofóbica problemática que mezcla exigencias y caprichos infantiles tiránicos con estallidos de violencia (“filio-parental” o “parento-filial”) o el desarrollo incluso, de convicciones y comportamientos propios del delirio (puesto que conllevan una percepción deformada y errónea de la realidad que les rodea, que invade su pensamiento y su comportamiento).

Si los adolescentes no encuentran una senda de salida

entre ambas²⁰, con la mezcla y la fusión-indiferenciación permanente entre ambas tendencias, la vacilación y las dudas se transforman en confusión.

DOS EJEMPLOS DEL DISCURSO DE ADOLESCENTES QUE TAN FRECUENTEMENTE OÍMOS

- Chica 15 años: Fobia y absentismo escolar desde hace seis meses. Restricción y caprichos alimenticios crecientes. Su madre no se atreve a dejarla sola en casa porque teme que se deprima y “haga algún disparate”.

Me dice: *“no le llamo -habla de su “mejor y única amiga”- porque no quiero quedar con ella porque no va a querer venir a mi casa y la entiendo porque para hacer lo mismo de siempre, vaya muermo las dos juntitas como siempre... podría llamarles a las otras que quedarán para salir pero que luego también se aburren, y lo que me fastidia es que para qué salir con ellas si están pirradas como lelas por chicos que nos parecen idiotas y que además lo que quieren ellos es enrollarse para nada, pues no”... “y encima, cuando estoy dudando sin saber que hacer, se mete mi madre por medio en plan sabionda para terminar de arreglarlo todo...y la cagamos”*. En honor a la verdad habría que relatar un discurso mucho más largo y farragoso, que se hace interminable sin grandes novedades y que se reduce en el fondo a monótonas pero desesperantes vacilaciones: *“es que quiero y no quiero querer porque tampoco sé que es lo que quiero o no quiero... y si encima lo tengo que explicar para que me entiendan lo que no entiendo ni yo”*. La misma adolescente en el transcurso de este tipo de conversación -que empezaba a aburrirnos después de varias entrevistas idénticas sobre todo porque su tono era cansino y aparentemente soso- me dice si puede hacerme una pregunta. Le respondo que sí, aliviado, y mi alivio dura poco porque con el mismo tono desgachado, pero aún más infantilizado que el habitual, me sorprende con esta pregunta: *“¿Tú que sabes del big-bang?”*. Anunciaba así lo que poco después iba a sorprender a su madre: la inesperada aparición de comportamientos explosivos para oponerse a la solícita dedicación exageradamente protectora de su madre quien, matiz importante, arrastraba un estado depresivo que también la impedía salir de casa salvo para lo más imprescindible, desde la muerte de su

marido, tres años antes.

- Chico 15 años. Ha denunciado a sus padres, ante la policía municipal, por agresiones. Los padres fueron a hacerlo también pero él se les había adelantado. Contexto de desinterés y malos resultados escolares. Frecuentación de amigos con repetido absentismo y consumidores de cannabis en grupo.

Habla a sus padres en una consulta en la que él ha pedido que estén presentes: *“he estado superobediente durante toda la semana y luego cuando tengo que salir, porque me toca salir, no me dáis ni agua y encima os ponéis chulitos”... “o me agobiáis o pasáis, no podéis dejarme en paz, no entendéis ni hostia...ni yo os entiendo, ni vosotros me entendéis y lo peor... (es que) como entre vosotros dos no os aclaráis a mí me volvéis loco...no os dáis cuenta que no sé lo que queréis... (llora)...jjoder!... no lo sabéis vosotros como lo voy a saber yo”... “parece que no me aguantáis, pues menos os aguanto yo a vosotros, pero es porque sois inaguantables”*

Intensidad del conflicto, banalidad y repetitividad de los hechos (*“a mis amigas les pasa igual”... “mis amigos también han denunciado a sus viejos”*), gravedad de las consecuencias: intervención de servicios sociales, de la inspección de educación, de la policía, del juzgado de guardia. Y una conclusión llena de buenas intenciones pero que puede ser acertada o desafortunada: una decisión socio-judicial que impone la ruptura familiar – *“porque hay que separarles y poner límites”* habitualmente en una situación de intensa crispación emocional – y de una dependencia, recíproca y progresivamente enfermiza, menos visible pero muy potente, entre padres y adolescente - que lleva a pensar que la dinámica familiar no tiene recursos propios para afrontar la crisis y aboca al desbordamiento y el desacierto por parte de todos.

La repetición de estas situaciones puede llevar a pensar que todas son parecidas y consecuentemente a *“protocolizar”* un mismo tipo de respuesta. Me parece que el *“saber cuando hay que poner límites y hay que denunciarlo”* puede llevar a generalizar respuestas que conducen a la judicialización de situaciones que, si bien es cierto que bien planteadas pueden ser beneficiosas, en ausencia de una coordinación difícil de construir y mantener entre diferentes instancias multiprofesionales

²⁰ Lo que L. Feduchi viene denominando desde hace décadas *“ansiedades claustrofóbicas y agorafóbicas”* e insistiendo en que su necesaria superación, por parte del adolescente, es un parámetro clínico de primer orden. Ver en la entrevista con este autor en: J. Tió, L. Mauri y P. Raventós: *Adolescencia y transgresión*. Octaedro. Barcelona (2014).

(sanitarias, educativas, sociales, judiciales²¹) puede complicar mucho las cosas.

CONTENER... Y ENTENDER LO QUE ESTA OCURRIENDO

Canalizar la impaciencia (contención de la intensidad y la impulsividad emocional) y diferenciar los componentes de la confusión (límites en tanto que comprensión que diferencia entre unas situaciones y otras parecidas pero de contenido diferente) se confirman como tareas esenciales para salir de la confusión, del desconcierto y del desbordamiento que sobrepasa al adolescente y a su entorno familiar.

El acto, el estallido violento, es un movimiento de descarga, de expulsión, de rechazo, de anti-interiorización o de expulsión de lo insoportable.

Es un desbordamiento, un rebosamiento, del sentimiento de confusión...que enloquece; o del sentimiento de vacío, de abandono, de quedarse sin nada -en realidad sin nadie- que deprime hasta la desesperación.

Nada nuevo en la locura. La pérdida de coherencia mental siempre ha tenido esas dos vías: una la de la escisión y el delirio “no entiendo, no sé qué pasa en mi cabeza” “no controlo mis pensamientos” “me hacen pensar y ver las cosas como ellos quieren”. La otra, la de la caída en la melancolía y la desesperanza “para qué seguir viviendo así”... o aún peor cuando se añade el : “me odio”.

Pero conviene no olvidar lo principal: “que os enteréis de una vez...que yo así ya no puedo más”. Es la desesperación la que nos abre la puerta...para tratar de poner un poco de claridad y de orden. Siempre conviene recordar que debajo del malestar intenso, de la desesperación que lleva a la violencia, hay un mensaje: “que alguien haga algo ya”. Y este mensaje, que es muy urgente, soporta mal la espera. Pero la respuesta terapéutica, para no resultar precipitada, tiene que tener en cuenta algunas peculiaridades que, con diferentes intensidades, obsesionan a cualquier adolescente²². De no hacerlo nuestra intervención les parecerá intrusiva y, si es así, la rechazarán.

Para comprender estas obsesiones y las vivencias

que las acompañan hay que pensar que la pubertad supone una ruptura con el periodo anterior, el de la latencia, caracterizado por la discreción y el pudor. Las manifestaciones corporales quedan canalizadas en actividades lúdicas y deportivas, contenidas con reglas y compartidas como leyes reguladoras asumidas en los grupos de iguales. Las manifestaciones verbales de lo que ocurre en sus pensamientos internos, muy ricos a esta edad, también se ven influidas por el pudor a mostrarse, lo que se traduce por su tendencia a la economía en la comunicación y las palabras (“¿Qué has hecho hoy?”: “Lo de siempre” / “¿Qué piensas hacer?”: “No sé, ya veremos” etc.)

Sus expresiones y sus relaciones quedan sometidas a la prudencia y al control, -mantenidos inconsciente pero activamente- que subyacen a la timidez acompañante que tiene un efecto protector de su intimidad, aunque implique rubor y malestar.

(Obviamente estoy describiendo la latencia tradicional, propia del funcionamiento neurótico bien establecido. No debatiré aquí si los tiempos y educación actuales han cambiado irreversiblemente o están cambiando las cosas).²³

La pubertad con los cambios que la acompañan -unas veces brutales e imprevistos y otras más progresivos y asimilables- va a revolucionar y alterar este estilo de funcionamiento. El cuerpo, de manera involuntaria e incontenible, se pone a cambiar “como a él le da la gana” y además lo hace hacia fuera, de manera visible “y todo el mundo lo ve y ¡ encima! lo comenta”. Para más bochorno lo que era más secreto, deseos y fantasía sexuales, quedan delatados -así lo viven los púberes- por signos externos. La erección y la eyaculación, la regla y la turgencia pectoral, el acné y el vello, los cambios de voz... todo les parece revelar la excitación sexual y los cambios internos más íntimos. La recuperación activa, el control -de la actividad corporal y de la imagen externa corporal- va a ser una tarea fundamental y vital.

Por eso se van a acompañar, siempre, de dos fenómenos que hacen a todos los adolescentes hipersensibles a la mirada del otro. La obsesión de transparencia -“todo el mundo ve lo que me está pasando”- genera complejas contradicciones y (des)equilibrios entre la timidez

²¹ Se puede ver la detallada descripción de una prolongada experiencia al respecto en el texto anteriormente citado. (J. Tió, L. Mauri y P. Raventós).

²² En un texto anterior he descrito y desarrollado ampliamente el porqué de estas obsesiones. A. Lasa Zulueta: Experiencias del cuerpo y construcción de una imagen corporal en la adolescencia: vivencias, obsesiones y estrategias. Psicopatología y Salud Mental del niño y del adolescente; 2: 53-74 (2003).

²³ Para más detalles ver: A. Lasa Zulueta: Logros y fracasos de la latencia como parámetros del diagnóstico clínico. Psicopatología y Salud Mental del niño y del adolescente: 16; 21-28 (2010).

protectora –para proteger su intimidad y evitar la vergüenza y la crítica- y el deseo de mostrar su nuevo cuerpo con la apariencia elegida: “*lo que busco y me gusta a mí*”/“*lo que quiero que vean de mí*”. El hecho de que “todo lo que me pasa” - también las dudas, deseos y temores internos- puede ser percibido “*por cualquiera*”, genera una muy potente obsesión de influencia: “Que sepan lo que me pasa y hasta lo que estoy pensando me deja vendido”. “Todo lo que me dicen es porque saben lo mío”.

Las dudas en cuanto a su imagen y sus propios deseos y pensamientos, incrementan su sentimiento de vulnerabilidad y desvalimiento ante comentarios y opiniones ajenas. La reconstrucción de su identidad se tambalea tratando de asimilar o de rechazar lo que reciben de su entorno. Las opiniones de sus coetáneos, los que son de su cuerda, son sagradas. El rechazo de las que tienen otros (“*guerra a los pringuis*”) refuerzan, a la contra, sus convicciones. Las de sus padres – rechazadas con indignación o aceptadas con sumisión- también les resultan una influencia importante y –precisamente porque temen depender de ellos- la detestan y rechazan juzgándolas como insoportables y peligrosas para su independencia. El pánico a vivir en la inseguridad de no tener ideas propias y de someterse a las influencias ajenas (“*no me comáis el coco*”) condiciona reacciones de rechazo y arrogancia, que pueden llegar al desprecio (“*sois igual o peor que lo más pringui que conozco*”) e incluso a la violencia (“*me estáis asfixiando, si no me dejáis salir de aquí antes de que me volváis loco os llevo por delante*”).

En esta situación –de pánico a verse alienado por influencias ajenas (“*no sé ni cómo quiero ser*”)- se van a constituir las raíces del (casi) delirio de auto-referencia. Nadie como el adolescente vive siempre tan pendiente y tan necesitado de la mirada del otro. Y de ahí la necesidad desesperada de afirmar su propia identidad. De diferenciarse del anonimato, y de la influencia del otro, con su propia originalidad. Y de ahí también su carácter paradójico: construida siempre en contraste pero dependiente de la de los demás²⁴. “*Yo me fijo en ellos porque ellos se fijan en mí*”. “*Quiero ser como ellos, copiarles, para diferenciarnos de otros ellos, diferentes de nosotros*”. *Confirmación de una verdad filosófica: “no hay identidad sin alteridad”*, sobre la que volveré más adelante.

SOBRE ALGUNOS SUCESOS DE NUESTRA SOCIEDAD ACTUAL (y su relación con la adolescencia)

LA MODA

Ponerse a la moda no es sino la extensión generalizada de la imitación de algo nuevo. Todo queremos ser originales, ponernos al día, apropiándonos de algo nuevo. Ser original, distinto, innovador...copiando. Pero lo nuevo pierde su originalidad rápidamente cuando, al ponerse de moda, se convierte en lo que ya está “demasiado visto”. Así que lo nuevo deja de llevarse y lo que ya había dejado de llevarse recupera originalidad y vuelve a ser novedoso. El movimiento perpetuo: entre la originalidad y la copia, entre querer ser distinto y hacerlo mostrándose diferente a la mirada de los demás adoptando lo que la moda impone. Son otros lo que marcan lo que es nuevo y caduco imponiendo así, con gran éxito, la tentación del consumo incesante. Cambiar permanentemente para volver a lo último...pero lo diferente siempre recupera algo anterior. Decía Joan Manuel Serrat en una entrevista: “para estar siempre de moda hay que quedarse quieto... lo último siempre repite lo antiguo”.

Así que no afecta sólo a los adolescentes...o quizás afecta al adolescente que todos llevamos, seguimos llevando, dentro. Recordaré, sin entrar en detalles, que los adolescentes son “un nicho de mercado” importante para la moda, así como auténticos inventores de nuevas tendencias estéticas, luego asimiladas por la industria de la moda, que consigue que cuarentones y cincuentones adopten el estilo vestimentario, “el último grito”, frecuentemente creado por adolescentes “marginales” que tratan de situarse fuera del estilo caduco que les rodea. Otra paradoja: los más “rompedores” con el estilo de la moda imperante se convierten en inventores de una originalidad que pronto será copiada y transformada en lo que todo el mundo lleva. Creatividad que surge (rebelándose) frente al sometimiento consumista que la sociedad impone...y que esta acabará apropiándose, copiando el nuevo producto, comercializando e imponiéndolo como “nueva” imagen que al extenderse perderá rápidamente su originalidad.

¿Por qué semejante sometimiento a los imperativos estéticos impuestos? ¿Por qué la aventura rompedora y arriesgada de la provocación innovadora?

²⁴ Trato de describir con otras palabras lo que en términos psicológicos suele denominarse la interrelación entre proyección e introyección: la realidad externa que se interioriza -y nos condiciona- es la que, previa y subjetivamente, imaginamos y vemos.

Porque responde a dos impulsos irrefrenables y contrapuestos: 1. El formar parte de un conjunto más amplio que me acepta y reconoce como “eres de los nuestros” (sometimiento al grupo). 2. El deseo de singularidad y de originalidad individual “nadie como yo” (la diferenciación).

Porque permite evitar a la vez, dos temores: el miedo a la exclusión (con la seguridad del abrazo fraternal de tu grupo de referencia) y el horror de ser olvidado en la indiferencia y el anonimato (el aborregamiento amorfo: “si soy como todos nadie se fija en mí”).

Hay que evitar -sólo o con otros- el “no soy nadie”. Tengo que mostrar mi independencia; manifestar algún signo de distinción. Es también un cierto impulso de superioridad. Diferenciarse de la vulgaridad del don nadie. Evitar el no ser visto por ser igual que todos los demás.

Así que hay que estar bien situado en el ranking que va del “in” al “out”. El problema es que los criterios para pasar del uno al otro cambian permanentemente. La identidad mostrada tiene que sintonizar con el son de la valoración evanescente del entorno. Paradoja de la imposible separación entre identidad y alteridad. Inevitablemente, aunque yo no quiera, soy el que los otros ven y juzgan. “Solo los frágiles temen la influencia del otro” decía Goethe, mostrando así el enigma secreto de todo narcisista: siempre pendiente del aprecio del otro para sentirse reconfortado y menos inseguro.

La moda responde a algo que los adolescentes conocen y practican “para no quedarme sólo, tengo que estar con los míos, contra los otros”. Cada grupo necesita sus signos de distinción y de reconocimiento. Sus pinturas de guerra;

para ligarse con los suyos, para pavonearse en la batalla ...para lucirse visible en la seducción y la conquista.

BUENAS, MALAS... Y NUEVAS COMPAÑIAS

Ya hemos hablado otras veces de la afición (y dependencia) de la infancia y adolescencia actuales respecto del nuevo mundo tecnológico (íPods, móviles, juegos informáticos...) que les ha tocado vivir y al que no pueden renunciar.

Quiero ceñirme a un aspecto particular; su incidencia en la gestión de su soledad y de sus relaciones. Porque los utilizan para sentirse mejor cuando, queriéndolo o no, están solos y no quieren o no pueden conseguir compañía... y para poder relacionarse.

Nos encontramos cada vez más con púberes-adolescentes que presentan estas características: apenas salen de casa hasta el punto de no salir nunca con amigos; desarrollan un pánico creciente hacia el encuentro real con compañeros llegando a grados diversos de “fobia escolar” que conducen a un absentismo prolongado que con frecuencia “justifican” en supuestos acosos escolares (“me hacen bullying”). El resultado gradual es el encierro en una situación familiar claustrofóbica y tóxica que oscila desde la hiperprotección -aceptada y favorecida por su posición infantilizada y pasiva- hasta las reacciones de hartazgo mutuo con explosiones de violencia. (Matizaré que lo encontramos en adolescentes con diversos grados de afectación psíquica, desde normales y neuróticos, hasta límites y psicóticos).

Uno de los motivos de crisis familiar – y de consulta-suele ser que los padres tratan de limitar el uso - con cada vez más continuidad, más aislamiento y más nocturnidad – del “chatear” y de las denominadas “redes sociales”, convertidas en auténtica obsesión. Muchos padres se empeñan en intentar conocer, o controlar, los secretos que sus hijos hacen circular por la red, “saltándose el respeto a su intimidad” -pecado de intrusión insoportable para sus hijos adolescentes- lo que tiene su penitencia -para los padres- cuando descubren horrorizados el lenguaje cutre, provocador y obsceno que sus retoños, aparentemente inocentes, usan a todas horas...en la red (compartida con otros iguales pero secreta y oculta para sus padres). A veces incluso descubren su participación activa en complots colectivos vergonzantes (graves acusaciones difamatorias a compañeros, campañas justicieras de acoso y venganza etc) y –afortunadamente menos veces...por ahora- también en exhibiciones e incitaciones “sexys” y juegos sexuales compartidos (afición de la que los adultos pederastas perversos tratan de sacar partido).

¿Qué pensar de esta relaciones “on line”? ¿Y qué hacer con ellas?

Las relaciones virtuales electrónicas permiten relaciones fugaces, pero permanentes; superficiales pero exclusivas; intensas pero desechables. Contactos infinitos pero de duración y profundidad reducida. Y sobre todo fáciles de deshacer, sin pasar por las dificultades de una separación dolorosa de alguien cercano (“tu perdida no me ha llegado porque estaba sin cobertura”... “si me dan problemas o algo no me gusta me/les borro”).

Crean la ilusión de que el otro está permanentemente

localizable, accesible, disponible inmediatamente (como no pensar en la reactivación de la impaciencia propia de la necesidad oral, del control característico de la dominación anal).

Pero, en el fondo, se trata de gestionar un insoportable sentimiento, el de la soledad. Hay que hacerse ver y oír; estar conectado; acumular contactos en la red.

La construcción de su privacidad, la protección y el desarrollo de su intimidad, no son tareas educativas valoradas, ni respetadas. Ni por nuestra sociedad ni, consecuentemente, tampoco por nuestros adolescentes, siempre atentos a los modelos que nuestra sociedad ofrece. ¿Que cuales son estos?...el hacerse ver a todas horas...el cobrar por transparentar sus intimidades (casi siempre falsas)...el teatro del famoseo...la acumulación de “entradas” en sus “facebook”. ”...”Cuanto más twitees más famoso eres ...y cuanto más famoso, más rico serás”.

En esta contraposición entre optar discretamente por disfrutar de la privacidad o la desaforada promoción publicitaria de su perfil; entre protegerse de la intrusión ajena o hacerse ver exhibiendo el antipudor. Entre estar en boca (y en la pantalla) de todos o estar en paz consigo mismo; entre apariencia y autenticidad. Entre el contacto “on line”, superficial y distante, o el contacto físico, la emoción corporal, el riesgo de la aventura afectiva.

Entre tanta confusión: ¿cómo van a construir la capacidad de disfrutar su soledad o la paciencia de la espera? ¿cómo soportar la construcción lenta de una relación profunda? Señalaré aquí que la multiplicación de relaciones de corta duración también afecta a los adultos que, cada vez más, prefieren mantenerse “eternamente adolescentes”.

Como ya había anunciado el sociólogo Pierre Bourdieu, ya no dictan el estilo, “la distinción social”, los pensadores²⁵. La relevancia la da la visibilidad y mucho me temo que la credibilidad de cualquiera aumenta con el éxito de audiencia: cuantos más me escuchen, cuanto más ruido haga, más razón tengo. Al menos así analizaba Umberto Eco el fenómeno Berlusconi, ¡y su éxito!: le votan porque le están oyendo en todas partes y a todas horas. Lo que cuenta es la repetición del mensaje y no que sea cierto o falso. Recordemos que la perdición del personaje ha recibido el golpe definitivo cuando la

divulgación pública –repetitiva, sarcástica y machacante– de sus auténticos vicios privados ha contrarrestado el de sus “virtudes” alardeadas en público. Así que ¿qué es lo que prefiere la sociedad actual?: ¿Protección de la intimidad o vanagloria mundana?

El mundo actual se asemeja al adolescente inmaduro: “me ven luego existo”.

¿Qué más da lo que haya hecho alguien, bueno o malo, si le ha hecho famoso? En palabras de un adolescente lúcido: “Si les miran, algo tendrán...y si además se hacen famosos y les pagan”. Se refería al éxito social de algunos participantes en el programa televisivo “Gran hermano”. Programa del que ha salido un vocablo nuevo: hacer “edredoning”. Se trata de la “actividad” consistente, y al parecer rentable para sus protagonistas, en compartir -ante las cámaras permanentemente vigilantes - todo aquello que puede hacerse bajo un edredón. Ya no hay que fantasear la escena primitiva, la enseña – a todo aquel, de cualquier edad, que la quiera ver- a cualquier hora la televisión.

Todavía queda una pregunta que hacerse: ¿por qué sigue teniendo tan gran y tan fiel audiencia? ¿Habrá algo interesante en tan persistente pulsión voyeurista? ¿Qué busca quien está permanentemente pegado a una pantalla?

Seguramente la respuesta es compleja pero creo que al menos un componente del asunto está claro: ¿Y si el problema actual pasa por la falta de compañía, por la necesidad y carencia de contacto afectivo? ¿Y si está siendo sustituida por la presencia y disponibilidad permanente del otro? Un alguien de disponibilidad virtual pero inmediata; tan visible y cercano como cualquier pantalla activable y apagable a voluntad.

Hablemos de TWITTER. Tratando de comprender este fenómeno actual uno aprende cosas apasionantes. Resulta que “Twitear” quiere decir “gorjear”. Aunque el diccionario la atribuye dos acepciones preciosas -”Quebro de la voz en la garganta” y “Articulación imperfecta del lenguaje de los niños”- parece que sus inventores se referían al lenguaje de los pájaros. Y los etólogos nos dicen que el gorjeo de los pájaros tiene dos funciones: 1. Mantenerse en contacto. 2. Impedir transgresiones de su territorio y protegerlo. Lo que me lleva al punto siguiente.

²⁵ P. Bourdieu. La distinción. Criterio y bases sociales del gusto, trad. de M^a. del Carmen Ruiz de Elvira, Madrid, Taurus, 1998.

LOS LÍMITES Y LAS FRONTERAS...DE SEPARACIÓN Y DE CONTACTO

La necesidad de proteger su territorio, su cuerpo, su intimidad está en los orígenes de la vida. Si la vida es vida lo es porque la célula, unidad de vida, tiene una membrana de protección que la protege del entorno y que regula lo que deja entrar y salir. Su característica esencial, la permeabilidad de membrana le permite varias funciones vitales: mantiene el medio intracelular diferenciado del entorno; percibe y reacciona ante estímulos externos; mide las interacciones que ocurren entre células y genera vesículas que transportan sustancias hacia fuera o que toman de fuera para incluirlas en el citoplasma (endocitosis y exocitosis). Así que su porosidad implica un dinámico transporte activo y pasivo que la hace reaccionar al entorno y, a su vez, ¡modificarlo! La exclamación que resalta este último matiz quiere indicar que no es un asunto menor.

Uno de los más duraderos debates en la teoría de la evolución es el que ha enfrentado a los partidarios del darwinismo clásico (que sostenía que la evolución se explica por mutaciones del material genético que ocurren por azar pero que provocan modificaciones de las especies que se adaptan así mejor a las exigencias del entorno, razón por la que se hacen predominantes frente a las que no se modifican ni mejoran su adaptación al medio) con nuevas teorías, que en principio fueron rechazadas por el darwinismo imperante, pero que progresivamente han venido a complementarlo en el “neodarwinismo” actual. Sostienen estas teorías que el enriquecimiento y las modificaciones del material genético – y de la evolución de la vida y la aparición de nuevas especies- no solo es un fenómeno de mutaciones casuales, sino resultado de las interacciones y fusiones entre diferentes células, y más concretamente entre bacterias que desde que hace millones de años - cuando eran las únicas célula vivas, la única materia capaz de reproducirse- se fueron fusionando con otras bacterias distintas haciendo que las que eran incluidas pasaban a constituir en el interior de la célula absorbente (podríamos imaginar que “devorante”)

un nuevo material genético, y una nueva unidad celular “simbiótica” más compleja.

Así pues, si la vida animal y vegetal apareció y sigue existiendo y si la evolución de la materia viva no se quedó en las bacterias, es porque aparecieron estas nuevas células “eucariotas”. Son las que tienen en su citoplasma una membrana nuclear que rodea y protege el material genético (los cromosomas). Pero -ya lo decía Canguilhem: “la biología nunca será solo física y química”²⁶- lo más interesante es que estas nuevas células, fundamentales para la evolución de la materia viva, nacieron de la simbiosis entre bacterias (células aún “precariotas”), y de la apropiación-inclusión por unas bacterias de otras bacterias externas que se incorporaban a su interior para constituir el núcleo y las mitocondrias en una nueva célula “simbiótica” unificada²⁷.

Completaré esta excursión por la biología con algunas reflexiones sobre la antropología que también tratan de enriquecer la comprensión del tema central: la dinámica de la adolescencia.

Claude Levi-Strauss (en “Les structures élémentaires de la parenté”, de 1949)²⁸, revolucionó la antropología cuando estableció el origen de la cultura en la prohibición del incesto. Con ella la humanidad marcó una frontera -entre lo que se puede y lo que, aunque se pueda, no se debe- al dividir socialmente a las mujeres en permitidas y vedadas, estableciendo una diferencia (cultural) donde no existía una diferencia natural (igualdad biológica).

La cultura surge cuando la sociedad utiliza un significativo, existente o construido, para dividir, diferenciar, clasificar, separar, limitar, prohibir. Establece objetos de percepción y evaluación y modos de responder a ellos: preferidos, recomendados, obligados, excluidos.

Surgen así las fronteras, que se trazan para crear diferencias: en el espacio, en el tiempo, en las categorías humanas. La masa informe se estructura y se diferencia.

Las fronteras separan pero también aportan confianza y seguridad. Las fronteras deben estar marcadas: vallas y setos; interior y exterior; residentes y forasteros: nosotros y ellos; autorizados y prohibidos: aceptados y excluidos.

²⁶ Georges Canguilhem- *La connaissance de la vie*, Paris, Hachette, 1942; Vrin, 1965; y 1992, ampliado. Tr: El conocimiento de la vida, Barcelona, Anagrama, 1976. Y: *Idéologie et rationalité dans l'histoire les sciences de la vie*, Paris, Vrin; 1977 y 1988, revisado. Tr: Ideología y racionalidad en la historia de las ciencias de la vida, Buenos Aires, Amorrortu, 2005.

²⁷ Se trata de la Teoría de la endosimbiosis seriada de Lynn Margulis. Sintetizando y resumiendo propone varias fases en la evolución. Una 1ª consistente en la incorporación por parte de una bacteria nadadora de una espiroqueta que va a constituir el núcleo de la nueva célula. En una 2ª fase la absorción de una bacteria respiradora de oxígeno constituiría las mitocondrias y peroxisomas (apareciendo así animales y hongos). En una 3ª se incorpora una bacteria fotosintética (surgiendo así las plantas).

²⁸ Trad. Las estructuras fundamentales del parentesco. Barcelona: Editorial Paidós Ibérica. (1998).

Crean un orden, lo que no ocupa el lugar adecuado está fuera de lugar y debe ser tratado como porquería, amenaza, peligro: barrido, eliminado, destruido, trasladado...al lugar que le corresponde. La limpieza de lo indeseable, preserva y restaura el orden²⁹. El orden espacial divide a los humanos en deseables e indeseables y sus comportamientos en tolerables y condenables.

Así lo propuso la antropóloga Mary Douglas que, desde una perspectiva culturalista, desarrolló una teoría ambiciosa sobre la forma en que los individuos conciben su relación con la sociedad y construyen su escala de valores. Desveló la influencia determinante de las motivaciones culturales para decidir tanto en cuestiones de la vida cotidiana -los hábitos alimenticios por ej.-, como en cuestiones de vida o muerte. Propuso por primera vez -a partir de su interpretación del libro del Levítico, (y las leyes kosher en él incluidas)- que las leyes religiosas no debían interpretarse como medidas elementales de higiene o pruebas arbitrarias de la fidelidad de los judíos a su Señor, sino que su verdadera función consistía en trazar fronteras simbólicas. Por ejemplo, resultan prohibidas aquellas viandas que no quedan incluidas de forma clara en una categoría y así, la prohibición de la carne de cerdo se debe a que este animal presenta rasgos ambiguos, confusos, pues tiene las pezuñas hendidas propias de los ungulados, pero no rumia³⁰.

Volviendo a los adolescentes, para comprender sus comportamientos, recogeré algunas de estas enseñanzas procedentes de la biología y de la antropología.

Las fronteras, como las membranas de las células vivas, protegen y separan, pero también crean puntos de contacto y de intercambio, de tensión, de contención. Regulan mecanismos de ósmosis, de permeabilidad, de penetrabilidad.

Como cualquier límite, tienen y permiten una doble función:

- **SEPARATIVA:** protege del miedo a lo desconocido; satisface un deseo de seguridad; introduce y marca la diferencia y protege de la mezcla indiferenciada y la confusión.
- **PUNTO DE CONTACTO:** sirve de superficie de encuentro y de intercambio; permite la fusión, la simbiosis, la interpenetración entre sujetos y

grupos diferentes; despierta la inquietud de la intrusión, la invasión, la posesión abusiva o la contaminación.

Todo ello puede trasladarse a la simbología y al lenguaje habitual con que los adolescentes viven y narran (o silencian) sus acercamientos y espantadas, sus pasiones y pánicos, asociados a nuevas experiencias relacionales - y los temores y deseos que las acompañan- y en particular a las primeras experiencias y relaciones sexuales. No en vano, la sexualidad conlleva, una interpenetración corporal y una transgresión de íntimas fronteras corporales , que pueden cerrarse y proteger o abrirse a la emoción y al riesgo del encuentro. Cualquier terapeuta de grupos de adolescentes puede observar la extraordinaria movilización emocional colectiva que aparece cuando alguien evoca experiencias sexuales iniciáticas (...“el primer beso con lengua” por ejemplo).

PLANTEAMIENTOS TERAPÉUTICOS: DEL “CÓMO COMPRENDER” AL “QUE PROPONER” AL ADOLESCENTE

En mi experiencia con adolescentes pienso que es fundamental encontrar el “que” y el “cuando” proponer (los adolescentes tienen una limitada capacidad de espera) y el “como” hacerlo (tampoco toleran cualquier lenguaje).

Se trata de un diálogo con interlocutores sensibles porque están en una situación de crisis, de inquietud y angustia:

- *Hacia el exterior:* temerosos ante la duración y solidez de las relaciones y deseosos de encontrar alguien que asegure confianza, continuidad y presencia permanente...deseo contradictorio con su necesidad de dejar de depender de los adultos y de rechazar su ayuda.
- *Hacia el interior:* crisis de la discreción (“¿en quién y qué confiar?” “¿cómo formularlo?”); del respeto (“que me escuchen aunque no sepa explicarme bien”); de la (im)paciencia (que alguien haga o por lo menos diga algo que cambie las cosas ya”); intolerancia a la soledad (“nadie entiende nada de lo mío”).

²⁹ Lo que nos lleva a pensar en la brutalidad de ciertos grupos adolescentes con quienes juzgan indeseables...y también al horror de los genocidios y de las inhumanas decisiones políticas de la civilizada Europa actual para “protegerse” de los inmigrantes que tratan de atravesar sus fronteras.

³⁰ Mary Douglas, Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo (1966). Trad. castellano: Pureza y peligro: un análisis de los conceptos de contaminación y tabú (Siglo XXI, 1973)

En definitiva hablar y pensar de los límites y de la contención, de la confusión y de la impaciencia, aclarar y calmar, remite a plantearse el doble problema terapéutico central: El de la distancia tolerable y el del acompañamiento fiable.

Para finalizar desglosaré algunas de las dificultades y características del diálogo terapéutico (prefiero formular así a lo que también solemos llamar "problemas de la técnica").

- Delimitar una buena distancia: de interés no intrusivo; de respeto afectuoso³¹. Ni la seducción, ni la frialdad ("la rígida aplicación de una "neutralidad" mal entendida). Ni colegas, ni solemnes
- Conseguir construir y mantener una relación que proteja, respete y ayude a construir su intimidad.
- Encontrar un diálogo fiable: ayudarle a diferenciar entre palabras huecas (la falsedad es imperdonable para un adolescente) y equivocadas (sin embargo le parece más aceptable y tolera el error en quien, como él, busca sin encontrar del todo).
- Facilitar y no rehuir sus palabras de violencia o apasionadas (también la pasividad y el aburrimiento pueden vivirse como intensamente insoportables). Detectar, nombrar y explicar su palabra desconfiada y paranoide; pero saber captar también y compartir, quizás mejor sin nombrarlas, sus muestras de confianza.
- Palabra certera pero tolerable. Ni demasiado escasa ni peroratas excesivas, construidas con nuestra mente pero indigeribles para la suya.
- Oído fiable y atento pero discreto. Saber callar: a veces sentirse entendido demasiado rápido puede provocar el temor de sentirse desnudado e incapaz de proteger su intimidad. Una interpretación correcta pero prematura puede ser un error irrecuperable³².
- Especial cuidado con la interiorización de lo que ocurre en la relación (empleo muy prudente de la transferencia) y con la permanencia del marco en que transcurre (solidez del encuadre). Que sobreviva a su ambivalencia: sus dudas y olvidos; sus desidias y abandonos. Entender que su cólera,

como muchas cóleras desesperadas, busca y está destinada a vincularse a alguien.

Obviamente la experiencia clínica enseña que la dosificación de todo ello debe variar en función de su fragilidad (diferenciar entre neuróticos, psicóticos y border-lines); de su vulnerabilidad narcisista; de su capacidad de elaboración psíquica y de reconocer su propio psiquismo (mayor o menor tendencia a mecanismos de negación) y -también fundamental y nada ajena al psiquismo del adolescente- de la realidad de su entorno familiar.

La participación de los padres (o del entorno que los sustituye) suele ser determinante en la evolución de los planteamientos terapéuticos. Solicitarles una colaboración responsable -independientemente de que también ellos puedan necesitar además una ayuda terapéutica específica- no sólo no es algo que, si está bien propuesto, les culpabilice, sino algo que el sentido común, también el suyo, necesita. Para el adolescente que logremos una participación, respetuosa y no intrusiva, de su entorno puede ser algo definitivo para que pueda confiar en cualquier ayuda terapéutica.

De todo lo anterior se deduce una defensa de lo útil e imprescindible de la psicoterapia como herramienta terapéutica insustituible. Ya he insistido en otros textos que la cuestión no es "o psicoterapia o psicofármacos" -ambas tienen sus indicaciones y limitaciones- pero que esta afirmación conveniente y diplomática no olvide los hechos: la prescripción de psicofármacos como tratamiento exclusivo (y excesivo) y la ausencia de cualquier ayuda psicoterapéutica son mucho más frecuentes actualmente de lo que las situaciones clínicas necesitan.

No quiero dejar de resaltar lo imprescindible, sobre todo para los adolescentes más gravemente afectados, de situar los tratamientos en un marco de tratamiento intensivo, sea institucional (centros y hospitales de día) o ambulatorio (programas específicos) y de su cuidadosa coordinación. La continuidad de cuidados en una fase de amenazas y riesgos de ruptura de relaciones fundamentales para el desarrollo, para la vida, puede suponer un factor decisivo para la consolidación o la fragilidad psíquicas posteriores.

³¹ María Moliner, con la precisión y sensibilidad que la hacen única, define el respeto como: "actitud de la persona que guarda las consideraciones debidas a las personas y las cosas". Hanna Arendt piensa, lo que sin duda es un buen consejo para los que conviven y enseñan a adolescentes, que la educación debe incluir el "respeto a la tradición", que para ella consiste ante todo en "transmitir el conocimiento del conocimiento".

³² Los aficionados a la lectura de La Rochefoucauld reconocerán aquí una de sus máximas: "Tener razón antes de tiempo es lo mismo que equivocarse". La Rochefoucauld: *Maximes et Réflexions diverses*. París. (1976)

Visto desde nuestra perspectiva de psiquiatras de niños y adolescentes, se entiende mal -cuando ya se han creado y asentado múltiples lugares de tratamiento intensivo y de rehabilitación para adultos- la escasez de lugares equivalentes para adolescentes que, de no ser tratados, tienen todas las probabilidades de perpetuarse en una trayectoria de cronicidad.

Volviendo a la adolescencia actual, con frecuencia

vemos y oímos que son un colectivo preocupante. Recordaré, una vez más recordando con Elias Canetti, que el ser humano necesita dejarse ver, hacerse oír. Si es así, los adolescentes son muy humanos. Y si el mayor signo de respeto hacia el ser humano es no pasar por alto sus palabras, también el adolescente merece el máximo respeto. Sobre todo si queremos que respete al adulto y que respete a los otros: a sus iguales y a los diferentes.