

# **PUBERTAD Y ADOLESCENCIA: ¿TRABAJAMOS CON LOS JÓVENES Y/O CON LOS PADRES? UNA PERSPECTIVA POSTRACIONALISTA**

Eduardo Cabrera Casimiro, Servando David Trujillo Trujillo, Giampiero Arciero

Asociación Canaria de Psictorepia Postracioalista.

C/ La Seifia, 14 Pozo Izquierdo, Santa Lucía, Las Palmas, España

Eduardo-cc@correo.cop.es

*In the practical clinic we attend parents with children approaching puberty or adolescent by problems that present these; even in occasions adolescent come alone in search of help. For psychotherapeutic reasons (viability, strategy and efficiency of the intervention) as well as by legal reasons (minor age) we ask the question with whom and how proceed the psychotherapeutic intervention.*

*With the present work we intended to clarify which theoretical-practical variables are important take into account to determine in each case the work with families and/or with their adolescent and children approaching puberty sons.*

*For it is considered necessary to analyse in the first place the changes that at general level experience the youths and their families in this evolutionary stage. In second place is attempted to understand how these changes are felt and reordered by the family members in function of the Organizations of Personal Meaning.*

*Key words: Puberty; adolescence; parental models; postrationalism, autonomy, identity*

---

## **INTRODUCCIÓN**

La mayoría de los psicólogos no suelen dudar de la necesidad y pertinencia de la colaboración de los padres en el tratamiento de un niño o niña de 10 años. Sin embargo, si el tratamiento es para un adolescente de 17 o 19 años, la participación de los padres suele quedar reducida a las sesiones iniciales y el trabajo se lleva a cabo fundamentalmente de forma individual.

Sin embargo, existe una franja de edad (que puede situarse entre los 11 y los 15 años) en el que la situación se vuelve mucho más ambigua y compleja.

En este artículo nosotros estamos interesados en explicitar cómo se produce el progreso desde la niñez hasta la adolescencia tardía, exponer las variables que median este cambio y revisar qué tenemos que tener en cuenta para determinar si trabajamos a solas con el púber o lo hacemos conjuntamente con la familia.

El objetivo básico de la psicoterapia postracionalista es lograr que el paciente comprenda la forma particular de dar sentido a su experiencia, para de esta manera lograr integrar las emociones discrepantes con su mismidad a través de una articulación mayor de su identidad narrativa. Esto puede lograrse porque la persona puede reflexionar sobre su pensar, lo que permite abstraer los principios que dan coherencia a su forma de experimentarse a sí mismo y al mundo. Así, por ejemplo, un fóbico puede comprender su sensibilidad a la constricción y a la desprotección; un depresivo su sensibilidad a la pérdida y el rechazo; un dápico (nombre derivado de las iniciales italianas del trastorno alimentario *Disturbo Alimentario Psicogeno*), al juicio y un obsesivo a la ambigüedad del mundo emocional.

El sentido de sí mismo del niño se reconfigura conjuntamente y de forma continua en relación a sus figuras de apego. Es capaz de tratar su experiencia como si fuera un objeto y de reordenarla de manera coherente con el sentido personal validado por los padres. Un niño no ha desarrollado aún, la capacidad de reflexionar sobre sí mismo y por tanto su identidad narrativa no está lo suficientemente articulada para hacer un trabajo a solas con él. Por ejemplo, un niño coercitivo que desarrolla una fobia escolar por tener un profesor muy exigente al que no puede controlar, difícilmente podremos hacerlo consciente de su sensibilidad a la constricción. Normalmente el trabajo estaría encaminado a orientar a los padres y al profesor, para intentar crear un contexto que el niño viva como menos restrictivo.

Durante la pubertad se inicia un proceso que alcanza su máximo desarrollo en la adolescencia. Nos referimos al desarrollo del pensamiento abstracto facilitado por la conciencia sobre el propio pensamiento. La conciencia de sí mismo es uno de los procesos más significativos que se inicia en la pubertad y que promueve (Arciero, en prensa):

- 1) La modificación de la reciprocidad con las figuras parentales
- 2) Produce el cambio de contextos de reciprocidad social
- 3) Impulsa la búsqueda de nuevos límites de la identidad personal.

Con la conciencia de sí mismo, se inicia el proceso de autonomía de las figuras de apego y la adquisición de un nivel de individuación sin precedentes en el desarrollo evolutivo del ser humano. La identidad narrativa se transforma de manera que se vuelve más abstracta, permitiendo categorizaciones y diferenciaciones más elaboradas y complejas de la propia experiencia. La distinción de la inmediatez experiencial permite al púber plantearse quién es él como personaje facilitando una reflexión sobre sí mismo en diferentes áreas de su vida en una proyección temporal con un pasado, un presente y un futuro. Esta transformación empuja a la elaboración de un tema de vida y a una manera de alcanzarlo y/o desarrollarlo.

El logro de esta capacidad hace nuestro trabajo con el adolescente más viable. Sin embargo, la pubertad y la adolescencia temprana es una época de transición para la construcción de un personaje con un sentido de autonomía y unidad personal. Cada púber tiene su propio ritmo de evolución y cada familia lo aborda de modo diferente.

Dado lo ambiguo de esta etapa evolutiva, donde ya no se es un niño pero todavía no se es un adulto, debemos tener en cuenta las siguientes variables a fin de orientar nuestra estrategia terapéutica:

- Nivel de conciencia de sí mismo del púber: en qué medida ha logrado integrar en una imagen unitaria todas las transformaciones físicas, cognitivas y sociofamiliares a través de su Identidad Narrativa. La adaptación positiva a este desafío evolutivo contribuye a un mayor sentido de competencia personal y una mejor preparación para resolver adaptativamente futuros desafíos. Una resolución comprometida o inadecuada puede reducir la probabilidad de una buena adaptación a otras demandas evolutivas durante todo el ciclo vital.
- Nivel de autonomía alcanzado por el púber o adolescente. Entendemos la autonomía como el proceso de individuación donde el púber y adolescente es capaz de separarse de sus padres y de pensar por sí mismo al tiempo que continúa participando como miembro de la familia y colaborando con sus padres en la resolución de los problemas que les atañen (Kimmel y Weiner, 1995, pag. 242).
- En qué medida el proceso de autonomía es facilitado o interferido (aceptado o rechazado) por los padres o el púber. Se revisará en términos de modelos parentales (autoritario, democrático, indulgente y negligente) reformulado desde una perspectiva postracionalista.

Todos estos aspectos a valorar en la consulta deben ser vistos en función de la Organización de Significado del púber y la familia en cuestión. Sin embargo, creemos oportuno plantear antes los diferentes cambios que ocurren en la pubertad y que son transversales a las distintas Organizaciones de Significado Personal.

## **CAMBIOS GENERALES PRODUCIDO EN LA PUBERTAD**

Uno de los cambios más significativos de esta etapa de la vida es el de tipo biológico y corporal que tiene que ver con la maduración sexual (primera menarquía en las mujeres, la eyaculación en los hombres, caracteres sexuales secundarios en ambos sexos). Estos cambios suponen una mayor atención a la corporeidad, al sentido de proponibilidad personal, a la propia femineidad y masculinidad, etc. La transformación se produce antes en las mujeres que en los hombres, lo que provoca una distancia entre ambos sexos. Para el varón supone una pérdida de la reciprocidad con el sexo opuesto.

La pubertad también implica cambios académicos, no sólo del hábitat escolar

(paso del colegio al instituto) con nuevos compañeros y profesores, sino también mayor aumento de la presión y responsabilidad (aumento de cantidad y dificultad de las materias). Además, el entorno general del instituto es más impersonal y estructurado y los profesores muestran una mayor exigencia (Eccles et al. 1991; 1993).

Además se producen cambios cognitivos de considerable importancia. Entre ellos destacamos el paso de una abstracción concreta al desarrollo de una abstracción formal. El púber es capaz de distanciarse de la experiencia concreta para reflexionar sobre sí mismo, el mundo y los demás y articular esta reflexión en un sentido temático y temporal. Al mismo tiempo, este enfoque sobre la imagen de sí mismo provoca por primera vez en la vida del joven la experiencia consciente de la misma soledad. La apropiación consciente que realiza de su propia experiencia, junto al progresivo distanciamiento de contextos emotivos de pertenencia le lleva al encuentro consigo mismo, con su manera única de sentirse y percibirse (Giampiero, en prensa).

El conjunto de estos cambios que se producen en el joven entre los once y trece años aproximadamente inducen a su vez a modificaciones en las relaciones con su familia y con sus contemporáneos.

El púber, capaz de interpretar la propia experiencia y plantearse otras posibles realidades, comienza a percibir a los otros y en particular a las figuras de referencia como dotados de la misma capacidad. El cambio del joven en la manera de ver a sus progenitores modifica las relaciones de reciprocidad hacia una discrepancia entre el púber y progenitores en sus respectivas percepciones y expectativas. Esto implica finalmente la necesidad de renegociar la relación.

Paralelamente, se produce cambios de reciprocidad social. En primer lugar, cuando el púber establece una amistad vive un sentido de reciprocidad y de unicidad con sus iguales absolutamente único, apareciendo de esta manera aquel amigo del corazón o colega (Sullivan, 1953) con quien comparte su intimidad. A través de este apego elegido y en un proceso de modelado y de identificación con sus iguales, el púber puede vivir la confirmación de su sí mismo con una persona que no es de la familia. Es decir, los contextos de amistad pueden ser vistos como territorios de nueva regulación y exploración de la propia identidad personal (Arciero, en prensa). En segundo lugar, cuando el joven se enamora encuentra una reciprocidad narrativa compartida y un reconocimiento de la propia individualidad. Es una fase experimental no sólo porque el joven explora su idoneidad a ser escogido por otro ser humano con quien poder establecer una relación exclusiva sino también porque entra en un dominio afectivo-sexual con un aumento de emociones que es absolutamente nuevo para él.

Finalmente, todos estos cambios empujan al joven a buscar nuevos límites de la identidad personal capaz de aglutinar en un solo personaje la diversidad de papales que se despliegan en situaciones específicas. Esta tarea que tiene el joven

de asimilación de la experiencia continua y variable en un sentido de unitariedad personal, junto a las experiencias de reciprocidad con otros jóvenes y sus primeras relaciones afectivas le ayudan a un progresivo proceso de autonomización e independencia con las figuras parentales.

## **PUBERTAD Y ORGANIZACIÓN DEL SIGNIFICADO PERSONAL**

Para comprender los cambios que suponen la pubertad (transformaciones corporales, cognitivas y sociofamiliares) es necesario comprender la trayectoria vital de cada una de las organizaciones. Cada nuevo cambio debe ser integrado en una historia que puede ser vista con un pasado, un presente y un futuro. Es decir, cada transformación, cada novedad en uno mismo, debe ser articulada a través de la Identidad Narrativa. Para comprenderla debemos conocer la trayectoria de cada púber o adolescente (es decir cómo se ha ido construyendo el “quién”) y conocer la forma particular de dar sentido a los distintos cambios acaecidos y los que están por ocurrir.

## **LA PUBERTAD Y LA ADOLESCENCIA DÁPICA**

Teniendo en cuenta que los evitantes con tendencia dápica estructuran una identidad definida a través de la concordancia con marcos externos de referencia, los cambios corporales, académicos, cognitivos e interpersonales pueden derivar en el púber un sentido de sí mismo difuso y vacilante.

La emergencia de habilidades cognitivas superiores implica la relativización de la imagen absoluta del padre, del que dependía el sentido estable de sí mismo. El cuestionamiento de los progenitores por parte del púber, vistos ahora como personas comunes con sus defectos y virtudes, lleva al cuestionamiento de sí mismo.

En el ámbito académico, si hasta el término de la escolaridad básica el niño logra estructurar una identidad definida a través de la correspondencia de expectativas con su profesor y perfeccionismo escolar, los nuevos compañeros y profesores del instituto y el aumento de presión y responsabilidad, exponen al púber a nuevos retos de validación e ineficacia personal.

Las transformaciones físicas implican también un serio reto. Para la mujer suponen una mayor exposición al juicio de los otros, cuyo desenlace puede ser ocultar los cambios ocurridos. O al contrario, juegue una posición más activa y de fortaleza a través de una focalización y manejo del cuerpo, comparándolo con estándares convenciones y absolutos de perfección. Para el joven, los cambios corporales son organizados por procesos de comparación entre su imagen cambiante y cánones externos de virilidad acerca de cómo debe ser un hombre. Por ejemplo, escrutando su potencia sexual a través de la medición del pene.

Por lo tanto, el reto fundamental del púber dápico consiste en integrar en un sentido de continuidad, de permanencia y unitariedad personal su manera de sentirse y percibirse, causado principalmente por modificaciones y/o ampliaciones de

nuevos contextos de referencia. Cambios en las relaciones interpersonales (progenitores, amigos, profesores, etc) y en las nuevas demandas ambientales disparan perturbaciones emocionales y vacilaciones acerca de «quién es él». La dispersión de los diferentes y nuevos sí mismos aparentes puede ser resuelta en la medida en que el joven construya una historia donde pueda integrar sus decepciones, desconfirmaciones, relativizaciones, confrontaciones, etc. que conllevan los cambios puberales para un joven dápico. Sólo a través de la conexión de estos acontecimientos críticos en una trama narrativa podrá el adolescente entender y dar sentido a su discrepante experiencia emocional de ineficacia personal y/o vacío. Se apropia del acontecimiento perturbador y de ese ser que aflora cuando lo ordena en una historia causal, temática y temporal.

Luego, para decidir si es conveniente trabajar sólo con el púber y/o los padres, uno de los aspectos que el terapeuta debe tener en cuenta es la capacidad del púber de conectar e integrar la variabilidad de los acontecimientos vividos y los relativos modos de ser en una trama narrativa. Dicho de otra manera, cuáles son los límites actuales de su identidad narrativa, qué personaje ha emergido en el recuento de posibles acontecimientos tales como la desilusión paternal, la confrontación con sus iguales, el encuentro íntimo con el sexo opuesto, la eficacia académica, el encuentro con la soledad...

Un segundo aspecto que se debe contemplar, es el nivel de autonomía del púber dápico. En qué medida ha logrado obtener una identidad narrativa independiente de los padres y en qué medida el adolescente quiere esta autonomía. En el púber dápico, el proceso de separación familiar e individuación implica la creación de dominios de relación social fuera de la familia donde pueda definir su propia identidad.

La posible transición de este estilo de dependencia de los progenitores a una autonomía está mediado por dos situaciones importantes que se dan en este ciclo de vida: el encuentro con la amistad y el encuentro con el amor. En la medida que el púber dápico pueda construir relaciones afectivas y de amistad donde experimente un sentido de confirmación personal, el poder de la definición familiar será menos significativa. De esta manera, establecer una amistad y/o enamorarse, que se da cuando el púber dápico intima con los otros, significa ampliar los márgenes de su identidad narrativa, significa tener que apropiarse de una emocionalidad sentida cuando se muestra a los demás o cuando éstos mismos se pronuncian acerca de su sí mismo.

La responsabilidad que tiene el adolescente de crear contextos de reciprocidad social como parte de su proceso de individuación puede no ser asumida por miedo a la confrontación y desconfirmación de los otros. Por ejemplo, suelen darse una cantidad apreciable de hombres vírgenes con organización dápica que no se exponen sexualmente por la dependencia al juicio de una mujer. O al contrario, es muy usual la promiscuidad sexual anorgásmica en las mujeres en su primera adolescencia como una manera de seducir al otro, no exponerse y buscar un sentido

de confirmación de sí misma. También pueden darse situaciones más graves de púberes que, motivados por un elevado temor al juicio ajeno, se retiran de los contextos de relaciones sociales y no hablan con sus compañeros, incluso con sus propios padres.

Por lo tanto, el terapeuta tiene también que valorar si el púber con organización dápica ha conseguido estructurar un mundo donde él es el propio autor: si tiene un contexto de reciprocidad social fuera de la familia y en qué medida él es el validador de esta experiencia.

El proceso de autonomización y separación del púber de su familia de origen puede también ser interferido por sus miembros. En general, estas familias se caracterizan en que cada uno de sus componentes está definido por el resto de sus miembros. Luego, si el sentido de sí mismo de cada uno corresponde al juicio familiar, ya sea percibido o imaginado, todo cambio dentro de esta familia define a sus componentes. Desde esta perspectiva se explica porqué son denominadas familias «amalgamadas», de límites internos indefinidos, intrusivas con sus miembros y cerradas al mundo circundante.

En concreto, la construcción del púber de su mundo particular, la apertura al encuentro con otros sí mismos fuera del seno familiar puede ser vivido por sus miembros como una amenaza y/o traición; cuyas estrategias de control para bloquear la disolución del púber son múltiples. Puede que la madre elija una papel de víctima con el propósito de culpabilizarlo por no cumplir con las expectativas y percepciones familiares. También los padres pueden convertir a sus otros hijos en «espías» o «chivos expiatorios» del devenir de su hermano adolescente. O la madre utilizar el poder sancionador de su marido y padre de sus hijos como argumento de máxima razonabilidad de por qué se deben responder a los deberes de la familia.

Una de las variables más importantes que mediatizan la renegociación de la relación y la construcción de la identidad narrativa del hijo puberal, será el estilo parental (autoritario, democrático, permisivo) utilizado por los progenitores. Un estilo autoritario en esta clase de familia interferirá de manera intrusiva, rígida y definitiva para la construcción de la identidad personal del hijo. Los encuentros paterno-filiales se caracterizarán por una gestión unilateral por parte de los progenitores (ya sea guiado por unos criterios externos de referencia) y no siendo recíprocos con las necesidades reales de su hijo en el momento actual de su vida. Los padres democráticos presentan un nivel mayor de flexibilidad y facilitan el proceso de autonomía cuando rehúsan de sus expectativas, imágenes y percepciones ideales proyectadas sobre el futuro de su hijo. El diálogo familiar se amplía cuando se cuestiona una realidad familiar y del mundo ya definida, hecha y estructurada a cambio de la posibilidad de construir otras realidades posibles a través de la mutua reconfiguración de los acontecimientos entre padres y adolescente. Esta cooperación consensual permite la construcción de la identidad personal del púber, en conexión pero separada de la influencia parental. Por último, los padres permisivos

(indulgentes o negligentes) desatienden, en mayor o menor grado, la gestión de la relación cuando no asesoran, no aconsejan ni ejercen un control afectivo en la vida de su hijo. De esta manera, el joven no tiene un espacio familiar para poder intercambiar y confrontar sus cambios y reflexiones de vida con otros miembros que, cuando expresan sus «puntos de vistas», le pueda servir de referencia y orientación estable. La indisponibilidad paternal no induce al joven a preguntarse a sí mismo acerca de su propia experiencia; no ayudando al púber a enfocar, explorar y ampliar su identidad narrativa cuando sus progenitores no ejercen una autoridad flexible e +inductiva y expresan argumentos y criterios fundados.

En definitiva, como tercer aspecto a tener en cuenta para decidir trabajar con la familia o no, está el evaluar cuáles son el discurso y nivel de conflictividad familiar que facilitan o niegan al púber la posibilidad de asumir el peso de su sí mismo. Para ello es necesario averiguar qué significado familiar están teniendo los cambios puberales y qué estilo parental están utilizando sus progenitores para gestionar e integrar los nuevos acontecimientos.

## **LA PUBERTAD Y LA ADOLESCENCIA FÓBICA**

Los coercitivos con tendencia fóbica están centrados en su mismidad, en su emocionalidad (necesidad de protección y libertad) y regulan esta interioridad manteniendo momento a momento su atención sobre una figura de apego. Si perciben que tienen un control de la figura de apego perciben que tienen un control interno. Los cambios corporales, académicos, cognitivos e interpersonales que ocurren en la pubertad y que los empuja a un mayor nivel de individuación y autonomía respecto a sus padres pueden vivirlos con un alto nivel de malestar, cuya lectura será fundamentalmente física y su causa atribuida a factores externos (enfermedad).

La emergencia de la abstracción formal implica la relativización de las imágenes parentales que ya no son vistas como únicas figuras de seguridad o incluso como figuras con limitadas capacidades de protección y les lleva a la búsqueda de nuevas figuras de referencia que les permita explorar el nuevo mundo manteniendo su enorme sentido de amabilidad personal y controlando un excesivo involucramiento emocional.

En el ámbito académico los cambios de contextos, los nuevos compañeros, el aumento de responsabilidades y la presión de los profesores suponen un exceso de novedad con el consiguiente aumento de la emocionalidad en el púber fóbico que si logra estabilizar una relación de apego que les de el sentido de control y fuerza, podrán asimilar estos cambios en un sentido de continuidad y estabilidad de sí mismos.

Las transformaciones físicas son bien aceptadas por el joven fóbico. El aumento de la fuerza física, la implicación en actividades depresivas, pueden ofrecerle un sentido de mayor control de sí mismo. Los cambios físicos también

pueden vivirse como nuevas posibilidades de confirmar su alto sentido de valor personal.

El púber fóbico, dado que ha aprendido a confiar en la afectividad, se siente obligado a poner atención a una realidad física y social peligrosa junto con un sentido personal de vulnerabilidad. El sentido de hostilidad del mundo lo estabiliza a través de la búsqueda precisa de figuras protectoras (en cualquier nuevo ámbito como la escuela, un viaje, una declaración de amor, es capaz de detectar a la persona que le sirva de base segura). El problema de la vulnerabilidad y fragilidad personal lo soluciona manteniendo el control sobre la activación emocional interna ya sea excluyendo todo lo emotivo o manteniendo las emociones en un rango aceptable de control. Una solución concreta y directa que usan muchos adolescentes es implicarse en actividades gimnásticas. La manera de integrar en un sentido de continuidad, permanencia y unitariedad personal su manera de sentirse y percibirse en esta nueva etapa evolutiva es construyendo un personaje que es fuerte, que tiene siempre el control, que no llora. La temática central de este personaje es el control que le sirve para excluir las emociones perturbadoras, especialmente la soledad.

A la hora de decidir si vamos a trabajar a solas con el púber fóbico y/o con los padres debemos evaluar en qué medida ha logrado articular una identidad narrativa que le permita integrar las nuevas transformaciones corporales, cognitivas, académicas e interpersonales en un sentido de continuidad, permanencia y unitariedad personal. Una identidad narrativa rígida no le permitirá integrar las transformaciones aumentado con ello la activación emocional de la que se hace una lectura exclusivamente física dando lugar a las clásicas descompensaciones fóbicas (hipocondría, claustrofobia, agorafobia).

Una Identidad Narrativa flexible se reflejará en la capacidad de articular los episodios significativos narrados en consulta en un sentido de continuidad semántica de su historia.

El nivel de autonomía e individuación desarrollado por el adolescente fóbico es la segunda variable a evaluar. En qué medida ha logrado articular una identidad narrativa que le permita independizarse de sus padres buscando nuevas figuras de apego que le den seguridad para afrontar la exploración del nuevo mundo que se le presenta.

En este proceso de autonomización del adolescente con tendencias fóbicas influye de forma muy clara las relaciones afectivas y de amistad. En la medida que el adolescente fóbico construya relaciones de amistad y afectivas que le sirvan de base segura para explorar el mundo, confirmando su sentido de amabilidad personal y manteniendo bajo control la sobreimplicación emocional, le será más fácil independizarse de sus padres. Estas relaciones se regularan en términos de autonomía y protección.

A veces el adolescente fóbico no se apropia de este proceso de autonomía y se niega a asumir los nuevos retos percibiéndose sin protección ante las nuevas

presiones de mayor libertad y autonomía. Para los fóbicos pasivos  $C_2C_4$  es más difícil la autonomía, la independencia de papá y mamá, por falta de protección. El fóbico activo  $C_1C_3$  puede descompensarse por aumento de la constricción en la primera relación de amor.

La familia también puede interferir el proceso maduracional del púber con tendencias fóbico. De hecho para los coercitivos con tendencias a la fobia la separación no se lleva nunca al completo. La forma más articulada de esta separación es el aumento de la distancia de las figuras parentales. Los cambios del púber pueden ser muy desestabilizantes para la familia fóbica en la que por ejemplo la aparición de la sexualidad es percibida en términos de peligro (enfermedades sexuales, embarazos, pérdida de control). Un padre o una madre con mucho miedo a quedarse solo pueden impedir que su hijo se independice.

El estilo educativo utilizado por los padres del púber con tendencias a la fobia es, finalmente, otra de las variables a evaluar para decidir si trabajamos con los padres y/o con el adolescente. Un estilo autoritario de tipo fóbico supone un control muy físico centrado en los peligros de alejarse de casa, de estar con los amigos/as, de las relaciones sexuales, de enamorarse, siendo percibido por el hijo de forma constrictiva. Los padres democráticos, al presentar un mayor nivel de flexibilidad facilitarán el proceso de autonomía aportando el suficiente apoyo emocional para las nuevas exploraciones, así como una referencia firme con las que contrastar los nuevos descubrimientos. Por último, las familias permisivas (indulgentes o negligentes) pueden promover en el púber conductas provocativas que obliguen a los padres a centrarse en su hijo y aporten los límites necesarios a un exceso de autonomía y libertad.

Por tanto, es necesario evaluar la flexibilidad de la familia en la gestión de los nuevos cambios acaecidos en su hijo/a púber.

## **LA PUBERTAD Y ADOLESCENCIA OBSESIVA**

El púber A/C con tendencias obsesivas ha aprendido a tener un sentido de unidad personal confiando exclusivamente en la cognición, y evitando activamente estar atentos a sí mismos, a su emocionalidad. Se regulan a través de la anticipación de la correspondencia de los contextos con sus propias reglas o convicciones. De esta manera se sienten seguros solo si creen que se comportan conforme a estas reglas.

Dado que han aprendido a confiar en la cognición, estabilizarán la propia identidad narrativa a través de la búsqueda de modelos de referencia semánticos que les permite asegurar la certeza de la propia visión del mundo al mismo tiempo les permiten el control o la exclusión de estados emotivos perturbadores.

Al excluir cualquier tipo de activación emocional, las transformaciones físicas, académicas, cognitivas e interpersonales iniciadas en la pubertad pueden ser vividas como si no estuvieran ocurriendo. Esto puede promover, al menos en los

casos donde la activación emotiva no pueda ser excluida, las típicas descompensaciones obsesivas, ya que la Identidad Narrativa no tiene la necesaria flexibilidad, coherencia y capacidad de integración de eventos discrepantes con la mismidad.

La relativización de las figuras parentales promovida por la emergencia de las habilidades cognitivas superiores puede llevar al joven con tendencias obsesivas a una lucha con su familia a fin de confirmar las propias ideas de cómo deben ser las cosas. Esta lucha puede derivar en comportamientos agresivos.

Los cambios académicos, en general, no provocan grandes dificultades, ya que los retos intelectuales y la presión de los profesores suele conjugar bien con sus desarrolladas cualidades cognitivas y sentido del esfuerzo.

Las transformaciones físicas y en especial la aparición de sentimientos sexuales puede ser vivida de forma problemática dado que provocan una gran activación emocional que es difícil de regular con la cognición.

En general, si las transformaciones de la pubertad pueden ser articuladas en un sistema personal de reglas políticas, religiosas o éticas, permiten al púber permanecer compensados en esta complicada etapa evolutiva, ya que abrazar una ideología de este tipo les da un sentido de unidad personal. Si esto no se logra, el joven puede vivirlo como incapacidad de controlar su propia emocionalidad y se inicia entonces el despliegue de estrategias distractoras de las emociones como son los rituales y las obsesiones.

Por tanto, el primer aspecto a evaluar para decidir si trabajar con el púber a solas o con los padres es la medida en que el joven ha articulado una identidad narrativa de tipo semántico que les permita tener la certeza de su propia visión del mundo, sin restringir excesivamente la amplitud de la esfera emocional.

Un segundo aspecto a valorar es el nivel de autonomía del púber con tendencias obsesivas. En qué medida ha logrado articular una identidad narrativa independiente pero conectada a la de los padres y en qué medida el adolescente acepta esta autonomía.

La transición desde una identidad narrativa validada por los padres a una identidad validada por sí mismo es facilitada por las relaciones afectivas y de amistad. Los amigos son puntos de referencia para confirmar la certeza de su propia forma de ser. La manera de mantener el apego con los amigos es sintiéndose seguro que se comportan de forma adecuada a sus principios lógicos de funcionamiento (políticos, religiosos, éticos, etc.). La sexualidad también debe ser articulada desde la lógica, de manera que si no es asociada a un ideal de amor, se suele vivir con intensos sentimientos de inadecuación, culpa y vergüenza.

Por último, es necesario enfocar la manera en que la familia participa y gestiona el proceso de individuación de su hijo. La familia obsesiva se caracteriza por excluir la emocionalidad de todas sus interacciones y hacer hincapié solamente en los aspectos formales y lingüísticos. Esto explica que puedan actuar en este

momento del ciclo evolutivo del adolescente como si nada estuviera pasando, como si los cambios no existieran, asumiendo de esta manera una estrategia educativa típicamente negligente. Por otro lado, unos padres autoritarios pueden entrar en conflicto con el joven obsesivo al rechazar su manera particular de pensar y actuar de forma independiente debido a que no se ajusta a los principios o reglas impuestos por ellos, llevándoles a una estrategia educativa de exigencia y falta de apoyo emocional. Finalmente, unos padres democráticos permitirían una cierta flexibilidad para reconocer otras formas de pensar y actuar que no sean las familiares, ayudando al púber a desarrollar una identidad narrativa autónoma, flexible, coherente e integrada.

## **LA PUBERTAD Y ADOLESCENCIA DEPRESIVA**

Dado que la historia personal del púber de tipo evitante con tendencia a la depresión, está cargada de inevitables acontecimientos y experiencias de rechazo y pérdida afectivo y/o efectiva, la identidad personal estructurada hasta ese momento es la de un ser poco querible y válido e incapaz de suscitar sentimientos positivos en el otro. Su creciente desarrollo cognitivo y mayor articulación de la trama narrativa a lo largo de las etapas de maduración de la infancia, le posibilita mayor control sobre la activación emotiva de eventos en términos de pérdidas y desilusiones. La frecuencia e intensidad de su rabia y tristeza ante tales experiencias va logrando modularlas mediante la utilización de una cognición semántica y el despliegue de diferentes estrategias que, aunque cada vez más elaboradas, se encuentran limitadas por un pensamiento concreto.

La aparición de una conciencia de sí mismo alejada de la inmediatez promueve en el púber la necesidad de unificar los diferentes sí mismos aparentes que afloran en el contexto social, académico, familiar, etc. donde se siente excluido y alejado del consorcio humano. Esta búsqueda activa de tener un sentido unitario de sí mismo independientemente del contexto promueve que el púber argumente alguna dimensión negativa interna de su sí mismo como causa de la separación advertida del mundo y del otro. De este modo, asume el papel de actor que puede cambiar una realidad sentida como excluyente y que puede tener y delinear un futuro en la medida que logre minimizar aquellos aspectos negativos de su sí mismos a través de la lucha y el esfuerzo personal.

De esta manera, las transformaciones físicas, académicas, cognitivas e interpersonales pueden ser vividas por el púber depresivo con un sentido de exclusión y de distancia del mundo y los otros, cuya adecuada y solitaria manera de afrontar estos cambios dependerá del margen de control y participación activa que tenga sobre ellos.

La emergencia de sentimientos sexuales que conllevan la maduración biológica y corporal, provoca en el púber depresivo un aumento muy intenso de sus emociones. Sin embargo, para minimizar el riesgo de pérdida relativa a fuertes

envolvimientos afectivos con las personas del sexo opuesto, es posible que el púber maneje su deseo y atracción sexual a través de comportamientos sexuales promiscuos y desconectado de cualquier posibilidad de intimidad y de apego.

Los cambios académicos que se producen con el aumento de la cantidad, dificultad y especialización de las materias escolares, pueden suponerle una oportunidad para luchar contra el rechazo y la pérdida de sus iguales. Por ejemplo, a través la realización de actividades intelectuales, del estudio y de la evitación de las relaciones sociales y afectivas, el púber puede encontrar una estrategia para lograr y mantener un nivel aceptable de autoestima y autocompetencia.

En cuanto a los cambios familiares, el nuevo sentimiento autopercebido del púber de poder manejar su propia vida e interpretar por sí mismo la experiencia, junto a la relativización de las figuras parentales provoca en éste una deseada separación e independencia de la familia. Tanto la responsabilidad de asumir la autoría de su vida como la ruptura de unos vínculos parentales basados en la distancia para evitar los rechazos son acontecimientos vividos por el púber con alivio y liberación.

Luego, la estabilidad y continuidad de su sí mismo ante estos cambios depende por tanto del esfuerzo personal que se proponga el adolescente por sobreponerse a su propia negatividad, causante de los eventos críticos. Sin embargo, una realidad sentida excesivamente como excluyente e incontrolable con respecto a los acontecimientos de temas afectivos de pérdida y rechazo, puede agotar cualquier actitud de autoconfianza compulsiva y sentido de actividad generativa y creativa sobre su vida presente y programa de futuro.

La sensación percibida por el púber de aislamiento, soledad y falta de control sobre los resultados experienciales puede desafiar cualquier papel activo sobre su realidad y derivar en un proceso psicopatológico. Éste se inicia cuando la experiencia crítica no la puede asimilar e integrar en la propia historia personal, generando la acentuación de emociones básicas con la consiguiente polarización de los temas ideo-afectivos nucleares. Por ejemplo, sucesos percibidos en términos de pérdida y rechazo puede ser comprendido sólo de manera muy concreta como una confirmación del propio destino de exclusión del mundo atribuido a aspectos concretos de sí mismo. O en casos más graves, la experiencia vivida por el joven puede no estar conectada con el pasado y futuro para poder comprenderla y hallarse descontextualizada e interpretada en función de la polaridad emotiva. Si vive la tristeza, el presente se percibe como una inadecuación personal, ruina y culpa, y si predomina la rabia el momento se experimenta como persecución.

Por lo tanto, la tarea fundamental para un púber depresivo es la elaboración e integración continua del tema de la pérdida, sobre todo en una etapa de la vida que está marcada por las primeras relaciones íntimas de amistad y el inicio de las relaciones afectivas. De esta manera, la ruptura de una relación afectiva, el rechazo por parte de algún compañero del colegio, la desavenencias con los amigos, la

muerte de un ser querido etc. pueden ser comprendidos como una categoría de la experiencia humana y/o un punto de cambio que permite una revisión de la propia historia y las expectativas de vida, y no como un destino personal de soledad y desdicha.

El terapeuta tiene que analizar en primer lugar qué identidad narrativa ha generado en el curso de su desarrollo personal; cómo un ser consciente de sí mismo reinterpreta su historia y su modo de sentirse.

Hay que tener en cuenta para ello que en el curso de su desarrollo el niño se había servido de una cognición semántica para regular su emocionalidad y tener un sentido estable de sí mismo. Por este motivo, la reconstrucción de la historia de un púber depresivo suele estar llena de contextos amplios y explicaciones basadas en principios abstractos sobre sí mismo y la realidad y que puede impedir la apropiación e integración del púber de episodios específicos y críticos para él.

Luego es necesario que el terapeuta tenga en cuenta si el púber se centra y focaliza los eventos conflictivos, si en el proceso de narrar cómo se siente incluye en su historia episodios que han disparado su rabia y tristeza. Un púber depresivo puede contarnos detalladamente su experiencia emocional de rabia y tristeza cuando llega a su casa o está en el colegio y expresar en un nivel elevado de abstracción la coherencia de su visión de sí mismo y del mundo. Sin embargo, no identifica ni incluye el episodio que disparó este estado de ánimo.

Por este motivo, el terapeuta tiene también que observar si en este proceso de reconstrucción de su experiencia es consciente de sus propias reglas de funcionamiento, no sólo cómo estas situaciones críticas las ordena en términos de rechazo y pérdida sino el dominio de acciones desplegado con los otros. El nivel de conciencia del púber se expresará en la medida que se de cuenta de su manera de anticipar y percibir la pérdida con sus amigos y relaciones de pareja, de cómo su rabia genera rechazo y posible abandono por parte de los otros y cómo la consecución de tal abandono confirma su sentido de sí mismo.

Estos episodios caracterizados por el rechazo, abandono y soledad estructuran una identidad marcada por un fuerte sentido de autonomía. El sentimiento percibido por el púber de poder contar sólo consigo mismo a través del esfuerzo personal y delineando un proyecto de futuro le proporciona un sentido de sí mismo organizado. Sin embargo, una excesiva autonomía reflejada en una autoconfianza compulsiva y en un sentido de que nadie le va a poder ayudar puede llevarlo a vivir su soledad como una condena, como una imposición, suscitando en él una profunda desesperación y tristeza.

La responsabilidad que tiene el joven de llevar a cabo un proceso de individuación adecuado es crear contextos de reciprocidad social fuera de la familia. Para un púber depresivo, encontrarse con la amistad y con el amor significa la posibilidad de intimar con el otro desde la afectividad y el involucramiento emocional, con el riesgo de no sentirse querido ni aceptado. Significa también construir una identidad

narrativa lo suficientemente flexible y articulada capaz de gestionar nuevos dominios afectivos, tales como la aceptabilidad de una amigo/a o sentirse elegido por una persona del sexo opuesto.

El alto riesgo de construir estos encuentros como rechazos y pérdidas hace que el púber niegue cualquier apertura e implicación emocional con el otro. Puede que sea a través de mantener relaciones sexuales de manera promiscua, de evitar las relaciones sociales prefiriendo una actividad de tipo intelectual, de trazarse un proyecto de vida de dimensiones dantescas o de construir relaciones afectivas cuyas rupturas se inician desde sus comienzos.

Se comprende por tanto que es necesario que el terapeuta evalúe si el púber, en su proceso de apropiarse de su vida a través de la lucha en soledad y superando su negatividad percibida, está siendo capaz de incluir otras figuras afectivas en su historia personal.

La posibilidad de que la familia pueda interferir en este proceso de autonomía es mínima, ya que esta puede significar para sus miembros la liberación de una carga familiar o la confirmación de si su hijo es capaz o no de resolverse la vida por sí mismo. Por esta razón y al igual que el púber depresivo, es improbable que estas familias acudan a consulta si su hijo tiene dificultades.

La renegociación de la relación por parte del progenitor con el púber puede estar caracterizada por un alto nivel de hostilidad, de exigencia, de ausencia de apoyo emocional o de una ruptura definitiva del lazo afectivo. Son padres que en general gestionan la relación a través de un estilo parental autoritario o negligente, que propiciarán en el púber la construcción de una identidad personal separada y desconectada de cualquier influencia parental.

## CONCLUSIONES

Para determinar si en la pubertad o adolescencia temprana debemos trabajar a solas con el chico o chica o trabajamos también con la familia conviene conocer cuál ha sido la trayectoria del paciente desde su infancia hasta la actualidad y valorar cómo se está articulando la identidad narrativa de todos los cambios que suponen la pubertad. La flexibilidad, generatividad y nivel de integración de la identidad narrativa nos informa en qué medida se está alcanzando o se puede lograr un nivel de autonomía adecuado.

El proceso de construcción de una identidad narrativa y su realización operativa en un nivel adecuado de autonomía adulta se desarrolla a lo largo del tiempo, iniciándose con la negociación mutua con los padres.

El grado en que el propio adolescente y la familia acepten o rechacen esta autonomía es también una variable importante. Desde el punto de vista del chico una identidad narrativa rígida, poco articulada, la inexistencia de un tema de vida, son cuestiones de vital importancia. Por otro lado, los padres también pueden mostrar una identidad narrativa individual o como pareja poco articulada. La autonomía de

los hijos supone un desafío para algunos de los padres o para ambos, que los obligan a reorganizar la vida de pareja, la vida familiar.

---

*En la práctica clínica asisten a consulta padres con hijos puberales o adolescentes por problemas que presentan éstos; incluso en ocasiones vienen adolescentes solos en busca de ayuda. Tanto por razones psicoterapéuticas (viabilidad, estrategia y efectividad de la intervención) como por razones legales (menor de edad) nos planteamos con quién y cómo procede la intervención psicoterapéutica.*

*Con el presente trabajo se pretende clarificar qué variables teórico-prácticas son importantes tener en cuenta para determinar en cada caso el trabajo con familias y/o con sus hijos adolescentes y puberales.*

*Para ello se considera necesario analizar en primer lugar los cambios que a nivel general experimentan los jóvenes y sus familias en este periodo evolutivo. En segundo lugar se intenta comprender cómo estos cambios son sentidos y reordenados por los miembros familiares en función de las Organizaciones de Significado Personal.*

*Palabras Claves: Pubertad; adolescencia; modelos parentales; postracionalismo; utonomía; identidad narrativa*

## **Referencias bibliográficas:**

- ARCIERO (2000). *Curso de formación de psicoterapia postracionalista*. Grupo de Tenerife 1998-2000.
- ARCIERO (en prensa). De la intencionalidad operante a la conciencia de sí mismo. Notas para una psicología del desarrollo de la Identidad Personal. En *Estudio y diálogos sobre la identidad personal*.
- ARCIERO, G. & GUIDANO, V.F. (2000). Experience, explication, and the quest for coherence. In R. A. Neimeyer & J.D. Raskin (Eds). *Constructions of disorder: Meaning-making perspectives for psychotherapy*. (pp. 91-118). Washington, DC: American Psychological Association.
- ECCLES, J. S., LORD, S. Y MIDGLEY, C. (1991), What are we doing to early adolescent? The impact of educational contexts on early adolescent, *American Journal of Education*, 99, 521-542
- ECCLES, J. S., MIDGLEY, C., WIGFIELD, A., BUCHANAN, C.M., REUMAN, D., FLANAGAN, C. Y MACIVER, D (1993), Development during adolescence: The impact of stage-environment fit on young adolescent's experiences in schools and in families, *American Psychologist*, 48, 90-101
- KIMMEL, D. C & WEINER I.B. (1998), *La adolescencia: una transición del desarrollo*. Ariel Psicología, Barcelona.
- SULLIVAN, H.S. (1953), *The interpersonal theory of psychiatry*, New York, Norton