

# Lo normal y lo patològic a l' adolescència<sup>1</sup>

Marisa Ara Comín.

## Resum:

Les XIV Jornades de Salut Mental a Nou Barris, celebrades a la tardor de 2014 i organitzades per l'Associació de Famílies per a la Salut Mental de Nou Barris, van tenir com a tema l'adolescència. La ponència que es presenta vol transmetre, amb un llenguatge didàctic, clar i adaptat al públic de la sala- majoritàriament familiars i malalts mentals- què suposa l'adolescència en l'actualitat, que aspectes psíquics es juguen en ella i com diferenciar que és normal o esperable d'aquelles manifestacions simptomàtiques que esdevindrien una resposta patològica en aquest moment de la vida.

**Paraules Clau:** Adolescència, crisi, pèrdua, dol, normalitat i patologia.

## Abstract

The *XIV's Days of Mental Health of Nou Barris*, that took place during the fall of 2014, organized by the *Family Association for Mental Health of Nou Barris* were concerned by the subject of teenage.

This paper pretends to make us close to the didactical language, clearly adapted to the assistance - mostly represented by families and mentally ill people. The paper tries to make us understand what is the meaning of the teenage nowadays, what kind of psychically aspects are involved in the process and how we can recognize the points that we may consider normal or expected during some symptomatic events that may lead to a pathological answer at this particular point of our lifetime.

**Key words :** teenage, crisis, loss, mourning, normal, pathology.

La ponència que aquí es presenta forma part del bloc de ponències dedicades a l' adolescència en l' actualitat, tema central de les XIV Jornades de Salut Mental a Nou Barris. Adreçada a malalts mentals i els seus familiars, entre d' altres persones assistents, te com a objectiu explicar l' adolescència en un llenguatge didàctic i entenedor per al públic de la sala.

**ENTENEM L'ADOLESCÈNCIA** com un moment crucial en la vida de tot ésser humà i gràcies al qual es pot fer el pas de la infància a l'adulthood. És, doncs, una etapa de crisi, en el sentit de canvi, mutació i transformació. S'inicia quan el despertador biològic que posseïm - l'hipotàlem i la hipòfisis- comença a produir les hormones sexuals. Aquestes seran les causants de tots els canvis físics que ocorren en el cos i que comporten l'aparició dels caràcters sexuals primaris i secundaris.

L'adolescència ha deixat de ser aquell aspecte puntual en la vida, que consistia en un tall net entre la posició de nen i l'entrada en el món adult. L' inserció en l' majoria d'edat es feia a través de la realitat del canvi corporal i , a partir d' aquell moment, s' havia de respondre com a tal.

Actualment en la societat occidental, s'inicia cap als 11/12 anys i no conclou fins al moment- cap als 25 anys -en què s'aconsegueix la independència econòmica i / o laboral suficient, per poder fer-se càrrec de la pròpia vida sense dependre dels progenitors.

Si bé l' Adolescència ens parla del procés global que es fa en aquest moment vital , nominarem Pubertat a l' etapa entre els 11/12 anys i 16/17 anys que es el temps a on es fa la major part del canvi físic i psíquic de l' adolescència.

Per acabar amb la definició general, vull remarcar una qüestió : Perquè es un moment tant important?? Gràcies a l' adolescència tenim l' oportunitat de fer allò que serà lo propi e individual de cadascú i també de transformar i/o crear noves formes de funcionament a nivell social . Gràcies a l' adolescència cada individu en particular i cada generació , en universal, es renova i regenera.

---

<sup>1</sup> Ponència presentada en Les XIV Jornades de Salut Mental a Nou Barris, tardor de 2014.

L'interès d'aquesta ponència no es parla de la transformació física de la pubertat. Estretament relacionats apareixen, moltes vegades ja abans dels canvis físics, una sèrie de canvis psicològics que es podrien resumir de manera molt clara en un tipus de vivència: El sentiment de crisi i de canvi. Serà d'aquest aspecte, del món psíquic de l'Adolescència, que ens dedicarem a partir d'ara.

Tot canvi comporta la pèrdua del que abans era. La crisi adolescent passa perquè s'han de viure una sèrie de transformacions, de "morts", de pèrdues, de dols (Aberastury i Knobel, 1984) que comporten sempre vivències doloroses. En aquest sentit, es pot definir d'aquesta manera: *L'adolescència suposa la pèrdua definitiva de la condició de nen*. El dolor pel que s'ha anat, de manera que ja no hi és, es pot concretar en tres aspectes o dit d'una altra manera, psíquicament s'han de realitzar tres grans dols o crisis:

- La crisi pel cos d'infant
- La crisi per l'identitat d'infant
- La crisi pels pares de la infància.

### **-La Crisi pel cos de nen.**

Durant l'infància el cos, pròpiament dit s'utilitza. El nen, tret de moments en el qual el cos molesta per que hi ha alguna malaltia o que el cos crida l'atenció perquè hi ha alguna diferència significativa respecte als altres, no es preocupa d'el.

L'infant se sentirà guapo i tindrà una bona imatge de sí mateix, només pel fet que els seus pares i adults importants afectivament per a ell, amb la seva estimació, li facin sentir-se bé amb si mateix.

Aprenderà com és el seu esquema corporal i utilitzarà a nivell motriu el cos en tots els descobriments de la seva agilitat, resistència, flexibilitat física que necessita per els jocs de moviment en els quals ocupa una bona part de tota la seva infància i etapa de primària.

Però, tot i així, podríem dir que, durant l'infància l'infant "s'ocupa" i molt, però no "es preocupa" o gaire bé molt poc, del seu cos.

El púber ha d'acceptar que aquest cos de nen, al qual s'havia habituat, al qual coneixia bastant bé, ha deixat d'estar. A canvi, apareixen formes noves, no sempre grates o boniques, sobre tot a l'inici, i el sentiment d'inseguretat, pudor o certa vergonya davant de tot això. La pubertat és el moment de major transformació física que realitzarem al llarg de tota la nostra vida. En la maduresa ens sortiran arrugues, canes, guanyarem pes....perdrem tonicitat, però ja no canviarem mai més de forma ni tant ràpidament, com passa en la pubertat.

De quina manera ens mostra l'adolescent actual que s'ha iniciat en la pubertat i les dificultats en la relació amb el seu cos?

- Amb el fet de tancar-se al lavabo i preservar absolutament la seva intimitat, de no voler mostrar ni que ningú el miri el seu cos.
- Amb l'insistència en mirar-se contínuament al mirall, fer-se selfies i fotos fent carotes, ganyotes...Com si necessitéssim re-trobar-se i reconèixer-se amb la seva nova imatge que encara els hi és desconeguda. Per això la dissectionan, la volen mirar des de totes les perspectives.
- En les xarxes socials, facebook, Instagram, ensenyen la seva imatge per saber l'efecte que fa als altres de la seva edat, cercant també en els iguals la valoració que abans percebien des de els pares i que ara ja no els hi serveix...
- Amb la preocupació per la roba i la moda: anar iguals, portar les mateixes marques o prendaes. D'allí també les fotos de grups d'adolescents vestits iguals, fent la mateixa cara, el mateix gest.
- Amb la dificultat en la relació amb el cos. Tothom té algun "complex", alguna part que no li agrada.. degut també a que el canvi corporal no és homogeni durant la pubertat. Relacionat amb això està la exacerbació del consum de roba, la necessitat de canviar de roba permanentment, el sentiment de no tenir mai que posar-se per molt que tinguin l'armari ple!!!. Les marques actuals entenen perfectament aquest aspecte adolescent i basen una bona part del seu marketing en "solucionar" aquesta dificultat de la pubertat.

Tots aquests "síntomes" són indicadors molt clars d'aquest sentiment de pèrdua de la imatge corporal infantil. Pèrdua que porta directament a l'inici d'una nova imatge corporal (que inclou la forma física però sobre tot la forma psíquica i l'imatge psíquica inconscient d'aquest cos) a la qual també necessitant habituar-se. Per això si alguna cosa "ocupa i preocupa" al psiquisme d'un púber és el Cos.

Afegit a això s'inicia la sexualitat en termes de sexualitat adulta, dedicada ja a un altre, com a objecte sexual, amb l'excitabilitat i la descarrega ja pròpies de l'adultesa. Per tant és la etapa dels primers enamoraments en els quals ja estan implicats tant la ment com el cos. (Freud, 1905)

És molt important senyalar que és més ràpid el canvi corporal, etapa de la pubertat, que tot el canvi psíquic.. adolescència en general.

## **Crisis per l' identitat d' infant**

Durant l' infantesa el nen no té un sentiment d' identitat com a allò que es propi. L' identitat infantil està impregnada, està feta, de lo que l' infant va aprendre que desitgen els adults d' el. Es a dir, el nen arriba a entendre força bé com s' ha de portar, quines son les coses que agraden o desagraden als adults que li envolten: pares, professors... Per això diem que es una identitat impregnada de les expectatives que els pares i adults significatius ofereixen als seus fills .I això dona molta seguretat: El nen sap com ha de ser.

Tot això canvia quan comença un sentiment, de vegades difícil i dolorós, de "no saber qui sóc ni com soc". Només se el que no vull ser però no se encara, ni me l' imagino ,que voldré ser a canvi" deia un púber en la meua consulta.

En un intent de definir millor el procés que segueix l' apropiació d' una identitat adulta des de l' identitat infantil, podríem parlar d' un temps psíquic que es fa en varies etapes:

- 1- Aquesta pèrdua d'identitat infantil es resol, en un primer temps,( 12 als 14 anys aprox.), a través d' aquest No vull ser el que era: ser nen. Només se sap que no vol ser un nen, es rebutja tot el que això suposa; però no se sap encara com es substituirà aquesta pèrdua. La millor humiliació que pot fer un adult en aquesta etapa es tractar a un púber com si fos més petit, comparar-lo i ficar-lo al grup dels petits o acompanyar-lo, donar-li petons davant dels amics, com si fos encara un latent.  
Per aquest motiu les grans preguntes de tot púber, al inici son: a qui m'assemblo, d'on vinc, a on vaig néixer, perquè vaig néixer ?.
- 2- En una segona etapa ( 15- 17 a.) comencem a fixar-se en els ídols o els ideals socials, ja no solament familiars.  
Així, se substitueix la manca d'identitat pel "Com m'agradaria ser o a qui em vull semblar". La funció dels pares no queda substituïda. No obstant això, la recerca de referents aliens a l'àmbit familiar, suposa el relleu necessari per a incloure's en una societat com a adults independents i responsables del seu propi desig.
- 3- La tercera etapa ( a partir dels 18a..) es centra en la tria i l' elecció de la professió i la dedicació a la vida: "Que vull ser?" "Vull fer de, dedicar-me a , ser allò".  
Aquí s' inicia l' identitat pròpiament adulta, feta si ens adonem de: les identificacions conscients e inconscients que rebem a nivell familiar, les identificacions e identitats que rebem i triem a nivell social i l' identitat que cadascú crearà a nivell propi e individual.

## **Crisis pels pares de la infància:**

L'adolescent té a més d'assumir un altre dol, una altra crisis: la pèrdua dels pares de la infància.

Això vol dir, simplement que, per ser un adult autònom, ha de poder desenganxar-se, separar-se i / o independitzar-se de la seva família, sortir a la societat i crear la seva pròpia vida .

Aquests aspectes es realitzen a través d'uns sentiments molt determinats:

1-Els Pares de l' infància son aquelles persones omnipotents, quasi perfectes, que tot ho saben i tot , o quasi tot , ho poden aconseguir. El nen habitualment se sent molt segur en la relació amb ells i els pares, si tot ha anat bé en la seva estructuració psíquica, compleixen la funció del Ideal del Jo. En la conversa entre nens de les etapes infantil i latència els referents de vida, els referents del poder i el valor de les coses i els remitents de les seves idees sempre son, en última instància els pares: "els meus pares m' ma dit", "em deixem o no", "tenen i em donaran" o "com li digui als meus pares"... son les frases habituals amb les quals es relacionen i rivalitzant entre ells.

2-Per un adolescent els pares deixen de ser tot això per passar a ser tot el contrari: es qüestionen les actituds, es critica la forma de vida, es remarquen les faltes, etc ." Tu que saps, tu no comprens res, tu ja no saps". "Perquè has canviat molt i ara es tot diferent!!" Son frases molt habituals a aquesta època de la vida.

3-L' adolescent tria noves idealitzacions: comença a fixar-se i a dirigir-se al entorn social per tal de poder triar els seus propis ideals, generalment efecte del grup de pertinença a nivell escolar, d'amistats, etc

4-S'inicia també una separació: Hi ha una imperiosa necessitat de trencar per poder avançar. Però com sempre passa en tots els canvis que fem a la vida, només podem separar-nos d'alguna cosa quan no la necessitem. L'adolescent intenta desenganxar-se dels pares a través del rebuig, de la comprovació constant de la seva no-necessitat del que fins ara era la sustentació de la seva vida: la figura dels pares. D'aquí la seva rebel·lia, les seves queixes, etc ..

Les queixes i conflictes dintre de la família que planteja l' adolescent actual es podrien resumir en els següents aspectes (Royo, 2008):

-No hi ha un qüestionament ideològic dels pares i els estaments socials , tret d' alguns moviments ciutadans. L' adolescent es ideològicament conformista i està molt bé adaptat a la societat del benestar. Creixent amb el descrèdit dels agents que fins ara formaven la cohesió social: política i religió.

-El problemes que plantejant en la relació amb els pares estan dintre de la quotidianitat: dificultats en l' estudi i acadèmiques, manca d' ajuda i participació en les feines domèstiques, demanda desmesurada de horaris amplis en el

seu oci i sortides i, per últim, la dependència econòmica absoluta dels pares i la negociació permanent que això suposa en quan a l' utilització dels diners com a únic límit possible i real.

-La seva rebel·lia es majoritàriament passiva i a través del seu aïllament: els adolescents es tancant a la seva habitació per tenir la relació virtual amb els amics feta ja de whatsapp, facebook, instagram, twitter entre d' altres . Però a més es tancant perquè volem autonomia per mirar tota l' informació que internet els hi proporciona i que es el seu món: Youtube ha substituït en gran part, las series familiars i fins i tot la televisió. Els tutorials en els quals nois i noies narren i expliquen la seva vida per internet son els actors i actrius actuals. En aquest món no hi estan els pares ni els adults i, amb el seu tancament ens fan saber molt clarament que ja no els hi interessem res. Només s' enfadaran si els adults volen trencar el seu aïllament per temes d' estudi o perquè demanen compartir algun moment amb ells.

## **QUE PASSA TAMBÉ EN EL PSIQUISME DELS PARES?**

Els pares han de fer un procés semblant al del seu fill havent de acceptar també diverses pèrdues:

-Pèrdua afectiva d'aquest nen a qui se li podia acaronar, mimar, abraçar, sense que posés massa dificultats per a això. L'adolescent ja no vol petons i sol ser esquerp per l' afectivitat corporal. La relació afectiva cos a cos es transforma en una afectivitat intel·lectual, feta de paraules, d' idees, de gestos i ja no de proximitat física.

-Pèrdua narcisista del lloc d' ideal per al fill: Els pares comencen a adonar-se que han perdut la sensació de ser allò més important, meravellós, màgic.. per al seu fill. La pèrdua d'aquesta imatge idealitzada que el fill té dels pares i el qüestionament que fa de les seves actituds, comporta els dubtes -des dels pares- sobre la finalitat de la vida, el compliment o no de certs ideals, i per tant, apropa als adults a un moment de qüestionament també de la pròpia realitat i dels èxits i malencerts que s' han fet a la vida.

-L' adolescència del fill es també un moment de realitat respecte a les expectatives ( intel·lectuals, físiques, personals) posades sobre el fill: Al final de l' adolescència el fill serà, farà, viurà com el decideix i ha triat i no sempre això coincidirà amb lo que els pares esperaven o desitjaven d' ell.

-Aquest moment coincideix, habitualment, amb la pèrdua gradual de les capacitats vitals. L'adolescència del fill remet directament a l'envelliment del cos dels pares que, junt amb la malaltia i mort del propis pares, apropa en última instància a la vellesa i la mort. Els fills es fan cada cop mes grans, mes guapos, mes forts... i els pares també som cada cop mes grans.. però ja no mes forts, ni mes guapos...

-Reorganització vital en termes de temps i espai.... queda molt mes temps personal i/o per la parella i mes espai a la casa.

## **SÍNDROME NORMAL DE L'ADOLESCÈNCIA:**

En un intent de resumir el que hem comentat fins ara, en l'adolescència apareixen una sèrie de conductes, pròpies i característiques d'aquesta etapa, que poden arribar a preocupar donat el seu caràcter "malaltís" Se li ha denominat "El síndrome Normal de l' adolescència" (Knobel, 1984).

Anem a descriure aquests aspectes:

-Sembla no tenir personalitat pròpia i deixar-se influenciar generalment per l'entorn o les amistats a l'hora de decidir qüestions personals.

-Aïllament i tancament psíquic i físic. Ja no volen explicar les seves situacions o vivències als pares, es tancant a l' habitació...etc

-Rebel·lia, Reivindicacions constants, necessitat d' "anar en contra de tot".

-Sentiment d'incomprensió constant.

-Excessiu conformisme i submissió.

-Tristesia, Certa actitud depressiva que conviu amb manifestacions d' alegria extrema i exultant. Canvis bruscos de caràcter i d'estat d'ànim.

-Desorganització permanent. Certa desorientació temporal i espacial.

-Excés de racionalització.

## **DIFICULTATS QUE REQUEREIXEN L'AJUDA D'UN ESPECIALISTA:**

De vegades, les dificultats són més greus i requereixen la intervenció d'un especialista, això passa quan s'observa:

### **A) NO PODER: Quan no es pot fer el procés de canvi:**

Estarien dintre d'aquest grup el camp de les Inhibicions, depressions, fòbies, pors al canvi i a créixer. La inhibició moltes vegades està al servei del conflicte que en el púber es genera entre el desig de créixer i la por que això pugui significar d'angoixant en aquest moment de la vida.

Es manifesta per estats de passivitat, apatia, desinterès, incapacitat d'incloure's en un esquema social actiu, incapacitat de pensar en projectes de futur.

-Bloqueig Absolut, inhibició excessiva. Dificultats per relacionar-se amb l'entorn i absència d'amistats.

-Fracàs escolar en nois en els quals la escolaritat no havia presentat problemes fins llavors. La Inhibició pot fer mal be també la capacitat de pensar (por a pensar) i per tant el procés d'aprenentatge escolar.

-Fòbies, Trastorns hipocondríacs, Poden Aparèixer fòbies i pors a la mort, pors hipocondríacs davant el canvi corporal . Fòbia escolar.

-En el cas de la depressió apareixen el desànim, autoacusacions, volta de l'agressivitat contra si mateixos, desvalorització narcisista greu i intents de suïcidi o ideacions constants de suïcidi i passatges a l'acte.

-Poden donar-se Trastorns d'alimentació com rebuig a la imatge personal o rebuig de l'inici del desig genital sexual: anorèxia, bulímia.

-Pèrdua del contacte amb la realitat: al·lucinacions, deliris.

### **B) EL ANAR A PER TOTES:**

De vegades s'entra en una versió omnipotent de sentiments de poder amb tot, de saltar-se el procés de canvi i configurar-se en una identitat adulta abans d'hora. Això els porta a actuar com a tal, tant en les relacions socials, la relació amb els adults i amb si mateix. Tot això és degut a la dificultat per sostenir una identitat pròpia, acceptant-se com una identitat en procés de formació i canvi. L'anar a per totes és un salt cap endavant que intenta negar i evitar els sentiments de pèrdua, de conflicte, d'incertesa, i l'angoixa que tot això comporta.

-Aquí s'inclouen la precipitació en l'inici de relacions sexuals com a medi de buscar l'afectivitat. Aquesta sexualitat substitueix a l'afecte i pot ser actuada, desafectivizada i impulsiva, encara que amagui la recerca desesperada d'afectivitat permanent.

-Pot passar que es mimetitzen precipitadament als trets més destructius de l'ésser adult: la impulsivitat, el descontrol, la utilització de la violència exacerbada en la relació amb els altres, les conductes de risc: drogues, accidents, sexualitat sense protecció.

- Apareix també el no poder incloure en un entorn escolar a causa de la dificultat per utilitzar el pensament per al procés d'aprenentatge i a la dificultat per acceptar les normes que s'hi donen. D'aquí l'absentisme escolar i el no poder suportar la disciplina escolar.(Janin 2011)

Totes dues opcions, el No poder o el Anar a per totes, dificulten la relació amb lo personal i lo social i configuren moltes vegades, si no es frena i es donen opcions terapèutiques i socials de regulació i contenció, el quedar-se al marge del social, per tant, viure en la marginalitat.

Sabem que no existeixen formules màgiques a l'hora d'educar un fill. No obstant això podem tenir en compte les següents premisses educatives :

-Ser coherents amb els propis actes.

-Posar límits i poder dir que no.

-El diàleg, les paraules, la informació, els comentaris, mouen muntanyes.

-Permetre l'autonomia del fill i la independència.

## **BIBLIOGRAFIA:**

ABERASTURY,A, KNOBEL,M.(1984) .*La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico*.(1ª ed.) Barcelona: Paidós.

AMETLLER,X. (2005).*Emprender el propio camino (15-18 años)*.Madrid: Síntesis.

FREUD, S.(1989).*Tres ensayos de teoría sexual* (1905). Buenos Aires:Amorrortu editores.

JANIN,B,KAHANSKY,E (COMPS) (2011) *Marcas en el cuerpo de niños y adolescentes* .Buenos Aires: Noveduc.

ROYO, J.(2008). *Los rebeldes del bienestar. Claves para la comunicación con los nuevos adolescentes*. Barcelona:Alba editorial

TUBERT,S.(1982). *La muerte y lo imaginario en la adolescencia*. Madrid: Saltés .

MARISA ARA COMIN

[mara@centrecapi.es](mailto:mara@centrecapi.es)