

CRISIS DE ADOLESCENCIA: UNA VIA HACIA LA MADUREZ O HACIA LA PATOLOGÍA

NEKANE PARDO GASCUE

Psicóloga clínica

Si, yo he escrito estos Abrojos
tras hartas penas y agravios ,
ya con la risa en los labios,
ya con el llanto en los ojos.

Rubén Darío

Quizá estos versos vengán a plasmar, en parte, la manera en que la Adolescencia pasa y crea su andadura con la intensidad como elemento que lo domina todo, ya en la felicidad, ya en la tristeza.

Y en medio, y acompañando a estos sentimientos, suceden inevitablemente los Duelos, que acontecen con vacío y dolor ante los cambios y las pérdidas.

Porque, a veces, no se tienen noticias del por qué de la tristeza y no se puede conectar la angustia a nada concreto, y es entonces cuando el síntoma aparece en forma de crisis y con muchos matices.

DEFINIENDO LA ADOLESCENCIA :

Es el periodo de la vida que diferencia la infancia de la edad adulta, y que se caracteriza por una serie de cambios. Es un proceso y un desarrollo hacia la madurez.

La adolescencia es, también, difícil de definir con precisión. No es la infancia, pero tampoco la madurez.

ROUSSEAU: "Impetuosas revoluciones que se anuncian con el murmullo de pasiones violentas, cambios en el buen humor, arrebatos frecuentes, una continua agitación en el pensamiento, todo ello torna en el niño en un ser casi indisciplinable, Se vuelve sordo a la voz que le tranquilizaba, es un león con fiebre, desconoce a su guía, no quiere ser gobernado".

Y CUANDO SOBREVIENE LA CRISIS DE ADOLESCENCIA:

Se van a experimentar multitud de situaciones a veces penosas, difíciles, conflictos de identidad.

Cada adolescente va a realizar su proceso de forma muy personal, de acuerdo con su historia anterior. No se puede separar de su contexto.

Deberá hacer DOS TRABAJOS FUNDAMENTALES:

1°) Enfrentarse al mundo adulto.

2°) Desprenderse del mundo infantil.

y ELABORAR TRES DUELOS:

1°) Duelo por el cuerpo infantil perdido.

2°) Duelo por el rol y la identidad infantiles.

3°) Duelo por los padres de la infancia.

Así, el duelo va a ser un amigo inseparable en la crisis de la adolescencia.

Porque, si se elaboran estos duelos de forma satisfactoria, se habrá llegado a la madurez. De lo contrario, se abre una vía de camino hacia la patología.

SOBRE EL CONCEPTO DE DUELO :

La pérdida, y el sentido de la pérdida, es único. El duelo es la manera en que la naturaleza sana un corazón roto:

"No me quites mi duelo"

Doug Manning

- El duelo es el proceso personal, idiosincrásico, íntimo, e inevitablemente unido a nuestro sentido de la identidad.

- El duelo es algo que nosotros mismos hacemos, no es algo que se nos hace.

- El duelo es el acto de afrontar un mundo de significado que ha sido desafiado por la pérdida.

Tipos de duelo: normal y patológico.

El concepto de duelo implica todo un proceso dinámico complejo, que involucra la personalidad total del individuo, y abarca de un modo, consciente o inconsciente, todas las funciones del YO, sus actitudes, defensas, y en particular, las relaciones con los demás.

REALIZANDO EL DIAGNÓSTICO :

La depresión, parece ser la patología que más estragos causará, en la población general en este milenio y cada vez es más frecuente que muchos/as adolescentes realicen el tránsito de duelos, cambios y pérdidas, antes descritos ,presentando diversos grados de síntomas depresivos, amenazando con ser éste, un asunto de Salud Pública.

La Depresión en los adolescentes, se puede manifestar a través de cualquier síntoma, que evidencie un empeoramiento del estado emocional, del estado afectivo, o que lleve consigo, un aumento de la conflictividad, o un descenso del rendimiento.

- determinadas conductas ,pueden estar enmascarando los síntomas.
- el riesgo suicida. Las estadísticas hablan de un aumento de suicidios.

Síntomas fundamentales para el diagnóstico:

- 1.-Desánimo
- 2.-Astenia inmotivada
- 3.-Irritabilidad
- 4.-Indecisión
- 5.-Sentimientos negativos acerca de uno mismo
- 6.-Sensación de incapacidad y de fracaso.

- La irritabilidad es un factor más determinante que el desánimo en la depresión de niños y adolescentes.

Otras situaciones a tener en cuenta:

ELABORANDO EL DUELO:

El trabajo del duelo incluye una serie de reacciones en el adolescente que tienden a la aceptación de la pérdida, ya una readaptación del YO frente a la realidad. Esta adaptación a la realidad ,es la condición esencial para la elaboración normal del duelo.

¿Nuestra Sociedad permite una elaboración saludable de los duelos?:

La prisa, el consumismo, las múltiples respuestas para no tolerar la frustración, todo ello, ¿está permitiendo la elaboración del duelo?

El principio del placer que caracteriza al niño debe dar entrada al principio de realidad, es decir, a la capacidad de: renunciar, esperar, y/o elegir. Si este proceso no se lleva a cabo de forma correcta nos encontraremos con adolescentes-adultos pusilánimes, infantiles, con poca tolerancia a la frustración, y en el peor de los casos, disociales.

¿QUE PODEMOS HACER LOS PROFESIONALES DE ATENCION PRIMARIA Y/O SALUD MENTAL, cuando nos encontramos con un/una adolescente que se queja, y/o no se queja? Quizás nos tengamos que preguntar quién soy YO y quién es EL/ELLA.

El instrumento básico que facilita la posibilidad de una relación óptima, deberá ser la empatía. La identificación empática en su circunstancia, ofreciéndole una imagen respetuosa y comprensiva por un lado y sólida por otro.

Nos deberemos mostrar como adultos ,no censuradores de sus valores inestables, pero si, como modelos referentes, de los que podrán aprehender, aspectos que incorporar.

Se comprende así, que el/la adolescente que viene a presentar sus síntomas, de una forma enmascarada, en muchas situaciones,. pueda encontrar en un primer y a veces, único momento, un lugar, un espacio, en la consulta de Atención Primaria.

Pero utilizando la empatía y poniéndome en el lugar de EL/ELLA, deberé recordar también mis duelos para posibilitar la identificación.

Así pues, se trataría de buscar los siguientes objetivos:

1º) Desarrollar la utilización de la empatía, como instrumento que puede facilitar la relación con el/la adolescente en la consulta.

2º) Dicha utilización, será también una vía para que el/la profesional promueva cambios en la vivencia propia de esta relación, que posibilite la Promoción de Salud.

3º) Potenciar la figura del/la profesional como agente que vehicule, y/o contenga, de forma positiva, las demandas no manifiestas o factores de riesgo, en el propio espacio de Atención Primaria.

4º) Enfatizar en la idea de que el espacio de Atención Primaria puede, y debe ser, el primer recurso ,donde se puedan recoger dolencias físicas y/o psíquicas, desde una actitud flexible y abierta (escucha activa) y un clima facilitador, cuestiones éstas imprescindibles para una buena relación terapéutica.

BIBLIOGRAFIA

Freud,- Duelo y melancolía.

Julieta Rodriguez.- Síndrome depresivo en el niño y en el adolescente.

Serge Lebovici, Rene Diatkine Michel Soule.- Tratado de Psiquiatría del niño y del adolescente.

.Bernard Brusse.- Psicopatología de la Adolescencia

.Arminda Aberastury y Mauricio Knobel.- La Adolescencia normal