



EN BUSQUEDA DE LA IDENTIDAD

Se habla de la adolescencia como de un segundo nacimiento y, como todo nacimiento, supone una ruptura con una situación anterior y la entrada a un mundo nuevo.

"Nacemos por así decirlo dos veces: una para existir y la otra para vivir... El hombre no está hecho para quedarse en la infancia, sale de ella en la época prescrita por la naturaleza y este momento de crisis tiene importantes influencias"

J. J. Rousseau, *Emilio*, Tomo V

SEGUNDO NACIMIENTO

Se habla de la adolescencia como un segundo nacimiento que surge de la muerte de su vida infantil. Es un periodo de duelos y de desprendimientos, tendrá que despedirse de su cuerpo infantil, de sus juguetes, del vínculo infantil que mantenía con sus padres, de su creencia infantil sobre el mundo.

Durante su infancia conocía el mundo y estaba en relación con su realidad a través de la mirada de sus padres: sus opiniones, sus creencias, su percepción de la vida, etc. Las opiniones del niño son enteramente las de los padres, y cuando éstos discrepan, el niño tiene dificultades para pensar por su cuenta. A partir de los 11-12 años los modelos exteriores empiezan a tener peso. Despertará a todo un mundo exterior a través de su propia mirada. Será en la adolescencia cuando se decida a pasar la frontera entre el mundo que ha imaginado y la realidad.

Tiene y quiere salir al mundo exterior y no puede hacerlo amarrado a sus padres: tiene que volar solo.

Ya no le sirve su mundo infantil pero a pesar de su deseo por entrar en el espacio de los adultos, tiene miedo de no llegar a hacerlo, de no estar a la altura, y de no saber qué personajes albergar dentro de su nuevo cuerpo.

Es un periodo de crisis porque toda la seguridad de etapas anteriores ha desaparecido, todo se le mueve: sus ideas, sus sueños infantiles, sus afectos.

Nacen pulsiones nuevas, desconocidas, se le presentan formas nuevas de conocerse, de demostrar lo que es capaz de hacer. Se le presentan muchos y desconocidos retos. Una nueva forma de vida.

SEGUNDO PROCESO DE INDIVIDUACIÓN

El psicoanalista P. Blos describe la adolescencia como el segundo proceso de individuación. El primer proceso de individuación se completa hacia el tercer año de vida. En esta etapa el niño se descubre a sí mismo como alguien con identidad propia y distinta de la de sus padres. Se produce un salto cualitativo en relación con su maduración psíquica: ya no es el pequeño lactante dependiente, puede moverse por su cuenta y empieza a adquirir confianza en sí mismo; ya no necesita que estén presente sus padres para sentirse seguro; ha aprendido a desvincularse de su presencia sin angustia.

Si pensamos en el adolescente vemos una serie de similitudes en estas dos etapas. El adolescente adquiere conciencia de su identidad como adulto. Se desvincula de lo que supone la dependencia familiar para iniciar un proyecto propio. Se prepara para irse de la casa de los padres, para la búsqueda de un objeto de amor fuera de la familia: es la separación de los vínculos de la infancia que eran hasta entonces la fuente principal de estímulos emocionales. Para alcanzar la madurez como ser autónomo, necesita desvincularse de las dependencias emocionales propias de la familia. Según F. Dolto, *la adolescencia termina cuando el joven no se siente inhibido ni boicotea su autonomía por la angustia de sus padres de que se vaya*. La familia seguirá siendo importante como lugar de refugio al que sabe que puede volver.

Ritos de iniciación

Como vemos, al adolescente se le plantean una serie de retos a los que debe adaptarse:

- Cambios físicos y cognitivos.
- Aprender a separarse de los padres y llegar a ser independiente.
- Formar nuevos patrones de relación con sus compañeros.
- Acomodarse en su entorno sociocultural.
- Encontrar formas de disfrutar de la vida amorosa y sexual.

Hasta que no haya encontrado algunas respuestas respecto a estos aspectos de su vida, no se sentirá preparado para afrontar la vida adulta.

En este paso de la vida infantil a la adulta, de la dependencia emocional a los padres a la individuación, no siempre recibe el apoyo y la consideración necesarios por parte de los adultos.

En periodos arcaicos, y todavía en algunos lugares de Africa y Oceanía, la etnología nos muestra gran variedad de ritos de iniciación, los cuales tienden simbólicamente a facilitar al joven dicho tránsito.

En nuestra sociedad no existe ningún tipo de rito que simbolice y de esta forma apoye de forma conjunta a los jóvenes en este paso. Se tiende a definir a la adolescencia como una especie de enfermedad de la que deben salir cuanto antes, sin tener en consideración lo trascendental del paso (la edad del pavo, como se le llama peyorativamente).

Hay muchos jóvenes que realizan sus particulares rituales de iniciación, asumiendo situaciones de riesgo para *probarse como adultos*, con graves consecuencias

en muchas ocasiones: drogas, sexualidad sin ningún tipo de control, actos agresivos, pruebas físicas de alto riesgo, etc.

Es necesario ofrecerles y facilitarles un tiempo y lugar en el que puedan ir probando los cambios y las vacilaciones que esto les suponga, dándoles el espacio para que descubran sobre ellos mismos sus capacidades, sus deseos, sus valores, etc.

LA ANORMAL ANORMALIDAD

Es difícil hablar de normalidad o patología en la adolescencia: su vulnerabilidad, sus conductas desafiantes, la tendencia a la depresión, etc. Lo normal en la adolescencia es la inestabilidad emocional, tan pronto eufórico, como sumido en un estado depresivo. Las contradicciones en cuanto a pensamientos y a sentimientos y a los continuos cambios respecto al modo de reaccionar. Se mueve entre el deseo de independencia y el deseo de volver a la más absoluta de las dependencias. La actividad continua convive con la apatía. Tiene que acomodarse a un cuerpo nuevo, a nuevos deseos y vivencias y se siente confundido. Le espera un mundo que explorar y siente excitación por el deseo y vivencias y se siente confundido. Le espera un mundo que explorar y siente excitación por el deseo y también por el miedo. Reflejo de esta inestabilidad permanente son algunas actitudes regresivas.

Para alcanzar la desvinculación, en ocasiones mostrará comportamientos regresivos, patrones de comportamiento infantiles. Se trata de retroceder para saltar mejor. Volver a entrar en contacto emocional con pasiones pasadas para poder separarse definitivamente de ellas. Por ejemplo, la idolatría por personajes famosos: estrellas del pop, actores, deportistas. Su comportamiento al respecto es bastante parejo a la idealización infantil de los padres y a un deseo de fusión con ellos.

Otro ejemplo de regresión sería las actitudes compulsivas ante la comida: atracones y conductas anoréxicas. Y no sólo con la comida; también con los sustitutos supuestamente adultos: alcohol, drogas. Retroceden a etapas primarias donde la principal fuente de satisfacción era la oral.

Las defensas

Ante las distintas ansiedades que se le presenta, el adolescente busca mecanismos para defenderse y paliar el malestar. Estas defensas en ocasiones pueden llevarle a situaciones de mayor conflicto que agravan su fragilidad, pero ante el temor de no ser capaz de resolverlas opta por la defensa. Veamos algunas de estas ansiedades y las defensas que pueden genera:

Ante la ansiedad de un cuerpo desconocido que además ha despertado a los apetitos sexuales:

- Tenderá a ocultarlo o disimularlo, a hacerse invisible.
- Pertenecer a una tribu urbana: igualar las diferencias.
- Seguir patrones rígidos, obsesiones, lo que puede llevar a alteraciones, como la anorexia.
- Aislamiento social: se encierra en casa para no sentirse examinado.

- Evitar cualquier relación con el otro sexo o, por el contrario, buscar la promiscuidad sexual.
- Conductas tan aparentemente contradictorias pueden responder a un mismo temor: experimentar sentimientos amorosos hacia un otro real, dificultad para hacerse cargo de estímulos amorosos fuera de la familia.

Ante la necesidad de separarse de sus padres:

- Cuanto más distintos a él los vea, más fácil le resultará romper vínculos afectivos.
- La brusquedad al hacerlo le permite no enterarse de lo que deja.
- La identificación con figuras externas ayuda a ahuyentar a sensación de soledad.
- Formalizar relaciones de pareja de forma temprana, sustituir la dependencia emocional de los padres por la de una persona de su edad y en sus mismas circunstancias. Constituir de una forma imaginaria su propia familia evitando el paso de su independencia por temor a la soledad.

Ante la ansiedad de elegir su propio proyecto de autonomía y el temor al fracaso:

- Seguir el proyecto que sus padres hayan diseñado; de este modo él no es el que se arriesga.
- La apatía acompañada generalmente de un bloque intelectual, en un deseo de alargar el proceso.
- Apoyarse en decisiones tomadas por su grupo de pertenencia o por el líder de dicho grupo; de esta forma comparte la responsabilidad.
- Actuar sin pensar; poniéndose en situaciones de riesgo para probarse que puede ser valorado como un adulto.

FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD

El principal desafío evolutivo de la adolescencia es prepararse para alcanzar la edad adulta con una serie coherente y suficiente de autopercepciones y aspiraciones, es decir, un sentido de identidad interior. *Esta identidad interior es, pero no sólo, la suma de las identificaciones sucesivas de los primeros años, cuando el niño quería ser como las personas de las que dependía, y a menudo se le obligaba a serlo* (E. Erikson).

Características de la adquisición de la identidad.

1. Se alcanza un sentido de identidad cuando la persona es capaz de implicarse en una serie de compromisos relativamente estables. Dichos compromisos deben referirse a:

- Una actitud ideológica: conjunto de valores y creencias que guíen sus acciones.
- Actitud ocupacional: objetivos educativos y profesionales que le proporcionen un proyecto de autonomía.
- Actitud interpersonal: orientación de género que influye en la forma de amistad e intimidad del individuo.

2. La adquisición de la identidad recibe la influencia de:

- Factores interpersonales: capacidades innatas y características adquiridas de la personalidad.
- Factores interpersonales: identificaciones con otras personas de las que se sigue su ejemplo.
- Factores culturales, valores sociales en los que crece el joven.

3. La identidad no se constituye de una vez, sino que es un proceso de años en los cuales la persona va probando distintos roles. El adolescente titubea durante un tiempo respecto a lo que le gustaría hacer y con quién. Considera las posibilidades de distintas profesiones, sale con distintas personas y evalúa distintas actitudes sociales, políticas, religiosas, etc.

4. Cuanto más desarrollado esté su sentido de la identidad, más seguro se mostrará ante su vida y sus elecciones sin sentirse amenazado por su individualidad y la diferenciación con los demás. Alcanza mayor nivel de independencia y autoestima, sintiéndose preparado para afrontar retos y responsabilidades tanto a nivel profesional como personal o de relación con los demás.

Antes de poder lograr una identidad que le confiera continuidad y estabilidad, el joven pasa por distintas fases hasta ir definiéndose. Pruebas de sus ambivalencias son:

Afirmarse negando

Define lo que hace como aquello que sus padres no quieren que haga. La forma que encuentra para diferenciarse es hacer por oposición. Nada de lo que sus padres opinen o valoren les parecerá bien. Las decisiones que adopta el adolescente están basadas en la negación de los anhelos de los padres más que en sus propios deseos positivos. El joven pretende una total desvinculación de los padres, pero, paradójicamente, se trata de una *dependencia negativa*.

La fabulación

Para proteger lo que él cree su verdadera y vulnerable identidad, el adolescente miente e intenta engañar a los demás dando una imagen distorsionada de él mismo. No se siente seguro de lo que siente o piensa y se refugia en la fabulación de lo que desearía o cree que estaría bien ser.

Buscar ser original

En la formación de su identidad teme la banalidad y tiene una propensión a hacer de sí mismo alguien excepcional y único. Realiza actos inesperados e inhabituales desde lo familiar; intenta encontrar creaciones propias y distintas a las conocidas por él.

De lo visto hasta ahora podemos deducir la importancia del papel de los padres y educadores en esta época, siendo necesario una responsable reflexión al respecto.