

SALUD MENTAL · DIVULGACIÓN

# Enfoque clínico de la adolescencia

*Del malestar de la época al derecho de cada joven a encontrar su propio camino*

Lic. Javier Azarola · Psicólogo · Mat. N° 89.410 · psicoazarola.com.ar

## 1. La metamorfosis de la adolescencia y el malestar de nuestra época

No podríamos concluir que la adolescencia es sólo una fase biológica o un hito cronológico; en realidad es mejor pensarla como un "segundo nacimiento". Así como el primer nacimiento nos arrojó al mundo para comenzar a existir, la adolescencia es un tiempo en el que nacemos para el propio deseo, para descubrir nuestra sexualidad y para comenzar a escribir nuestra propia historia. En estos tiempos, este proceso parece ocurrir de un modo que no da respiro: en el mundo de la hiperconexión en el cual la virtualidad termina muchas veces sustituyendo al contacto físico y donde las respuestas rápidas se imponen sobre la reflexión, la pausa que nos plantea esta etapa del desarrollo es vista como problemática.

*"Una linda imagen para comprender al adolescente es la de la langosta en su proceso de metamorfosis: en determinado momento tiene que abandonar su viejo caparazón y queda desnuda, vulnerable frente al entorno, mientras fabrica uno nuevo para poder continuar su vida."*

Al adolescente le sucede lo mismo: perdió la seguridad y el confort que le daba la niñez —su cuerpo infantil, su rol protegido y la imagen idealizada de sus padres—, pero aún no tiene las herramientas y defensas del adulto, el nuevo caparazón.

Es precisamente por esta razón que el enfoque clínico de la adolescencia en esta época no debe basarse en manuales de instrucciones ni en modelos estandarizados. No existe un adolescente tipo sino una multiplicidad singular en la ardua búsqueda de ir definiendo la identidad más propia. Ésta es la razón por la cual al analista o al psicólogo se le impone la práctica del "uno a uno". Una ayuda profesional genuina es aquella que permite que cada joven vaya encontrando el camino más propio para resolver su malestar, que muchas veces es la misma incomodidad que surge de este proceso de cambio.

Comparado con épocas no tan lejanas, hoy asistimos a cambios muy significativos. Las figuras de autoridad —padres, maestros, instituciones— otrora guías infalibles y brújulas orientadoras, ya no tienen el mismo peso. Esos semblantes que antiguamente constituían lugares firmes frente a los cuales poder rebelarse y oponerse, hoy están desdibujados, dejando al adolescente a la intemperie de la incertidumbre. Muy lejos de generar la idea de libertad, este contexto genera exigencia y presión. El mandato de tener que elegir constantemente se impone en un mundo que parece ofrecer posibilidades infinitas, siendo este una de las principales fuentes de malestar de nuestra época.

## 2. El derecho a detenerse y el llamado al adulto

Algunas de las problemáticas que aparecen en la consulta hoy en día son la errancia moderna y el aislamiento virtual. Jóvenes recluidos en sus habitaciones, conectados permanentemente a internet pero desconectados de su entorno social y físico, nos muestran una forma de detención subjetiva. La vida virtual ofrece identidades prêt-à-porter que no precisan poner el cuerpo ni esfuerzo alguno. No obstante, crecer de manera real y genuina siempre requiere del encuentro con los demás: el aprendizaje de los encuentros y desencuentros, la posibilidad de la diferencia entre satisfacción y frustración.

De cara a la presión social y a la exigencia de ser productivos y "exitosos" desde muy temprano, la clínica actual tiene que proponer el "derecho a detenerse". Es frecuente ver que los padres se angustien cuando ven a su hijo inhibido, apático o "perdiendo el tiempo". Sin embargo, ese tiempo de espera no tiene por qué ser un callejón sin salida; una mirada ansiosa sobre este fenómeno puede ser contraproducente y dejar al adolescente en un lugar de mayor inhibición. En cambio, leer esta conducta como un tiempo en el cual el chico o chica está intentando construir sus propias respuestas abre camino a la posibilidad. A veces, el adolescente necesita parar, detenerse para poder pensar quién es antes de hacer y actuar.

*"Otras veces el síntoma adolescente —ya sea la rebeldía, el desgano o incluso conductas más graves como los trastornos alimentarios o las adicciones— es en realidad un llamado al adulto. Habitualmente aquello que es interpretado como 'querer llamar la atención', no es otra cosa que una demanda de amor."*

Es un modo singular de decir algo que no encuentra palabras. Por ejemplo, cuando un joven se porta de forma "insostenible", a menudo está poniendo a prueba al adulto para ver si este es capaz de sostener su lugar sin "dejarse caer" o dimitir de su función.

Es más fácil decir "mi hijo es hiperactivo" o "es adicto" que escuchar lo que puede haber detrás de tal o cual comportamiento y acompañar el malestar de esta etapa poniendo límites y permitiendo la frustración. El enfoque clínico que proponemos busca evitar que el joven sea pasivo y quede preso en significaciones fijas

que vengan de otros —reales y virtuales— y alentarlos a que despliegue su singularidad y diferencia.

### 3. Autonomía, privacidad y el nuevo papel del adulto

---

El respeto a la autonomía progresiva es el eje legal y ético de la atención a los adolescentes en la actualidad. Esto significa reconocer que los jóvenes tienen capacidad para tomar decisiones sobre su propio cuerpo y su salud de acuerdo con su madurez. En la consulta clínica, el derecho a la privacidad y a la confidencialidad es sagrado; es el espacio donde el adolescente puede hablar sin miedo a ser juzgado o traicionado.

El papel de los adultos —padres y profesionales— ha cambiado. Ya no sirve el modelo del "maestro autoritario" ni el del "adulto nostálgico" que quiere que todo sea como antes. Hoy necesitamos ser adultos que sepan plantear preguntas en lugar de imponer respuestas cerradas.

Por otra parte, muchos problemas actuales nacen de que el mundo adulto ha "dimitido" de su función. Al intentar ser "amigos" de sus hijos, los padres borran la diferencia necesaria que permite al joven rebelarse y crecer. El adolescente necesita un "Otro" que le diga que "sí" a su novedad, pero que también sepa poner límites que orienten su deseo.

La salud integral en esta etapa no es solo la ausencia de enfermedad física; es el bienestar social y psíquico que permite al joven proyectarse hacia el futuro. Para ello, es vital garantizar su participación directa en todas las decisiones que le incumben. El joven no debe ser únicamente un objeto de protección, sino un sujeto de derechos.

### 4. La travesía hacia un proyecto propio

---

Salir de la adolescencia implica atravesar un túnel. En un extremo está la infancia que se deja atrás y en el otro, el "gran mundo" de la vida adulta. Construir ese túnel es equivalente a atravesarlo: el joven debe encontrar un modo de nombrar lo que siente y de manejar su cuerpo sexuado.

La función del analista o del terapeuta es la de un acompañante en esa errancia. No se trata de "curar" al adolescente para que sea normal y se adapte sumisamente al sistema, sino de ayudarlo a buscar sus propias motivaciones, sus deseos, sus propias causas. Cuando un sujeto encuentra lo que le gusta o no le gusta, lo que le interesa, lo que siente como propio, eso funciona como una brújula que le permite salir de la posición de pasividad.

*"Un buen proceso terapéutico se observa cuando notamos que el joven pasa de ser —ya sea por rebeldía o sumisión— alguien que está en relación a la mirada de los otros, a alguien con sus propios proyectos."*

Las buenas salidas se deciden en una "ecuación personal" única, tejida con los hilos del azar y del destino. No depende del "cerebro adolescente" —como intentan explicar algunas visiones puramente biológicas—, sino de la capacidad del joven para inventar un nuevo personaje o semblante con el cual presentarse ante los demás.

El enfoque clínico en la adolescencia debe ser una apuesta por la escucha creativa. Debemos proteger ese momento crucial donde el sujeto se confronta con lo nuevo, permitiéndole el tiempo y el silencio necesarios para que pueda, finalmente, autorizarse a vivir su propia vida. Solo así, respetando su singularidad absoluta, podremos ayudar a las "adolescencias por venir" a encontrar su lugar en un mundo que les pertenece.

### **¿Querés un espacio para acompañar a tu hijo/a adolescente, o para vos mismo/a?**

Ofrezco atención psicológica online para adultos y adolescentes, sin lista de espera, con honorarios accesibles para Argentina y el exterior.

**psicoazarola.com.ar**

---

#### **Referencias bibliográficas**

- Aberastury, A., & Knobel, M. (2010). La adolescencia normal: Un enfoque psicoanalítico (Reimpresión). Paidós.
- Dolto, F. (1992). La causa de los adolescentes: El verdadero lenguaje para dialogar con los jóvenes. Seix Barral.
- Martín Aduriz, F. (Comp.). (2018). Adolescencias por venir. Gredos/RBA Libros.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2018). Guía sobre derechos de adolescentes para el acceso al sistema de salud. Programa Nacional de Salud Integral en la Adolescencia (PNSIA).