

EL MORIR Y RENACER DE LA ADOLESCENCIA

Durante la adolescencia se atraviesa un camino lleno de “arenas movedizas”, siendo uno de los aspectos fundamentales, el proceso de duelo, que se vive ante las diferentes pérdidas que tiene que sufrir el adolescente en este devenir.

En el presente trabajo, se pretende hacer una revisión sobre el tema del duelo en relación con la adolescencia, desarrollando el concepto de adolescencia como etapa que franqueamos todos seres humanos, siendo un periodo de conmoción que oscila entre lo psico(pato)lógico¹, como señala Anna Freud, esto debe considerarse “normal”, lo “anormal” sería que fuese un proceso estable.

Para posteriormente, abordar las distintas pérdidas que vive el adolescente en su vida y que le llevan a vivenciar el proceso de duelo, pensándolo como estructurante del psiquismo, ya que las diversas ausencias y frustraciones que vamos tramitando en nuestra vida, conforman nuestro mundo psíquico

LA ADOLESCENCIA

La adolescencia, como indica la etimología de la palabra, viene del participio latino *adolescens*, “que crece”, un crecer en el más amplio sentido de la palabra. Implica una revolución tanto interna como externa, produciéndose un maremoto emocional, en el que se van dejando aspectos anteriores y se discurre hacia la consolidación de una identidad adulta.

La adolescencia, puede considerarse como un periodo de inserción en la vida adulta y también como un grupo, con características propias. Las peculiaridades de esta etapa dependen de la época, sociedad y cultura. Si nos permitimos hacer un

¹ La expresión “psico(pato)logia” obedece a una concepción del equilibrio o desequilibrio de la formación psicológica(Saurí, Castilla del Pino, etc).

recorrido histórico, encontramos que la adolescencia siempre ha sido un periodo de vida especial, con rasgos característicos de la época, por ejemplo, con los romanos, el periodo adolescente duraba hasta los 30 años. Siguiendo a Margaret Mead, vemos que no es un fenómeno universal y sus características se relacionan de forma directa con la complejidad de la sociedad, cuando más lo sea, la adolescencia será más larga y conflictiva (Malinowski, Benedict, Kardiner o Linton). Según el tipo de sociedad, se puede diferenciar el proceso adolescente, en duración, en métodos de socialización y en los tipos de cultura .

Las aportaciones de Freud, aunque no se ocupó de la adolescencia de manera directa, nos han descrito la importancia de la pubertad y el papel primordial que ocupa en el acceso a la sexualidad, produciéndose una reorganización de las pulsiones parciales hacia la pulsión genital. Posteriormente, son muchos los autores que la han estudiado, entre ellos, Anna Freud, Peter Blos, Arminda Aberastury,, Erik Erikson, Moises Laufer, Fernando Moujan.etc. Dependiendo de sus perspectivas, se pone mayor acento en unos aspectos u otros, por ejemplo, la excitación sexual y el cambio pulsional, el duelo que tienen que transitar, los mecanismos de defensa que se ven obligados a erigir, el remover del narcisismo y el ideal del Yo o el intento de consolidación de la identidad e identificaciones. Todo esto en mayor o menor medida ocurre en el camino que tiene que surcar el adolescente.

Siguiendo a Aberastury. A. podemos definir la adolescencia como “la etapa de la vida durante la cual el individuo busca establecer su identidad adulta, apoyándose en las primeras relaciones objetales parentales internalizadas y verificando la realidad que el medio social ofrece, mediante el uso de los elementos biofísicos en desarrollo a su disposición y que a su vez tienden a la estabilidad de la personalidad en un plano genital, lo que solo es posible si se hace el duelo por la identidad infantil”.

Pero esta estabilización de la personalidad, no se logra sin pasar por un grado de conducta patológica inherente a la evolución normal de esta etapa. Aberastury, lo define como “síndrome normal de la adolescencia”, dependiendo de los procesos de

identificación y duelo que haya podido llevar a cabo, su mundo interno será más rico y fortificado y este proceso será menos conflictivo.

Para Blos, P “La adolescencia es la suma total de todos los intentos para ajustarse a la etapa de la pubertad, al nuevo grupo de condiciones internas y externas- endógenas y exógenas- que confronta el individuo”.

Una de las tareas fundamentales, que define el final de la adolescencia es el establecimiento de la individuación, permitiendo construir una identidad adulta. Siempre teniendo en cuenta que la identidad se va fundando a lo largo de la vida, aunque se establece en esta etapa y que para lograrlo es fundamental el proceso duelo, crisis serias que implican esfuerzo psíquico, para poder ir elaborándolo..

EL DUELO EN LA ADOLESCENCIA

El duelo desde Freud, es entendido como un proceso psíquico que el sujeto atraviesa ante la pérdida real o afectiva de un objeto, refiriéndonos a la persona, cosa o abstracción, con la cual hemos realizado un particular lazo afectivo, lo considera un afecto “normal” incluso lo compara con el enamoramiento²,

Algunos de los efectos, en situación de duelo que menciona Freud en *Duelo y melancolía*, son la pérdida del interés por el mundo exterior, la afectación de la capacidad de amar y la disminución en la actividad productiva. El mundo deja de tener “color” y el dolor se experimenta en una triple vertiente de la pérdida: por el objeto en sí, por las fantasías que lo envolvían y por las partes del yo involucradas en él.

Para Melanie Klein, el duelo está ligado a los duelos tempranos, es decir, un duelo actual revive un duelo primario donde el niño pasa por estados comparables al duelo del adulto, al igual que Freud considera fundamental el juicio de realidad, ya que a través de ello puede vencer los diferentes estados de duelo. Considerando que el

² En “Adición metapsicológica a la teoría de los sueños”, de 1917 dice: “Para la investigación nos servimos, con fines comparativos, de ciertos estados y fenómenos que pueden concebirse como los modelos normales de afecciones patológicas, entre ellos se cuentan estados afectivos como el duelo y el enamoramiento...”

sujeto que vive un duelo y vivencia la ausencia de una persona amada, tiene un sentimiento de pérdida aumentado por “las fantasías de haber perdido también los objetos buenos internos”. Estos objetos internos se movilizarán ante la pérdida de un objeto externo. Así se piensa que el duelo reactiva, en la persona la necesidad de volver a reinstalar los objetos buenos, que ya se habían internalizado en fases tempranas.

¿Y entonces cómo vence el trabajo de duelo? La elaboración del duelo implica todo un trabajo interno, que va acompañado por sentimientos disfóricos, en que uno se balancea desde la pérdida inicial o frustración, al vacío de la “no presencia” del otro. Para poco a poco, sentir que lo perdido, puede seguir vivo en nuestro recuerdo. En el duelo no sólo se pierde el objeto externo o interno deseado, se produce una falta o falla en el mundo interno, en el conjunto de todos los objetos y experiencias relevantes. La elaboración del duelo y ese trabajo emocional conlleva la reconstrucción de nuestro mundo psíquico, la aceptación de la pérdida. Si esta elaboración es adecuada, se renace a una nueva confianza, en uno mismo y también en el mundo externo. Si no es así, por fragilidad consciente o inconsciente, no nos permitimos zambullirnos de pleno en ese dolor, nuestra perspectiva no será total ni integradora, haciendo que nuestra visión sobre la experiencia no se enriquezca, por lo tanto no se aprehende y se vuelve a repetir y repetir.³ Otras consecuencias de la no elaboración adecuada, pueden ser proyectar nuestra culpa al afuera y vivir el *mundo persecutorio*. También se puede reaccionar, negando y dissociando o a través del *duelo maniaco*, desplegando *defensas maniacas*, negando no la pérdida, sino la necesidad del duelo, el valor y afecto que despertaba en nosotros el objeto que ya no está-

Siendo necesario estos proceso de elaboración, para nuestra constitución psíquica. Desde nuestro primero días de vida, la separación nos permite diferenciarnos, una imagen nuestra y del otro, haciendo posible que pongamos la

³ Mas que elaborar, repetiremos, como plante Freud en Recuerdo, repetición, elaboración(1914).

mirada en el afuera, atendiendo nuestro deseo. Sólo renunciando a un objeto, podemos libidinizar otros.

El asunto es ¿Por qué hablar de duelo en la adolescencia? ¿Qué se quiere decir? En la adolescencia como en cualquier otro momento de la existencia de un sujeto, se experimentan una serie de pérdidas articuladas unas con otras, remitiendo a orígenes comunes en relación con lo actual de nosotros y del objeto, y en continua interacción con aquello viejo a lo que nos remite. Produciéndose una serie de cambios difíciles y dolorosos, de pérdidas y elaboraciones posteriores que provocan mucho sufrimiento. Sintiendo el adolescente extraño ante todo lo que le está acaeciendo, necesitando su espacio para ir construyendo su identidad, pero a la vez una parte de él se resiste, puesto que implica una separación emocional. Es un periodo de gran confusión y ambivalencia.

.F, Moujan entiende el duelo adolescente como el difícil proceso que realiza el Yo, consciente e inconscientemente para elaborar la pérdida de un objeto, entramándose a la vez con un continuo renacer, para descubrir que junto al desplazamiento narcisista de la libido y la identificación con la bondad del objeto, se da una continua transformación de los objetos en nuevas configuraciones.⁴

DUELO POR LAS PÉRDIDAS

El adolescente es interpelado por un reordenamiento biológico, que lo lleva a ese morir necesario del mundo infantil, para renacer a uno nuevo. Es llamado a ubicarse en otro lugar y obligado a hacer el viaje doloroso. Para Bercovich “el dolor del adolescente es el duelo de crecer, que no es armonioso, ya que crecer es romper, y romper también desgarrar”. Duelo por la renuncia y por las distintas pérdidas, entre

⁴ Relaciona el duelo con las tres fases de la adolescencia.

ellas se piensa en el duelo por el cuerpo infantil, por la identidad de niño, por los padres de la infancia y por la posición bisexual y narcisista

El duelo por el cuerpo infantil aparece cuando se dan los cambios fisiológicos, producto de la pubertad, modificándose tanto la imagen que se tiene del propio cuerpo, como la forma de relacionarse con él. Toda esta revolución anatómica se produce de forma vertiginosa y asimétrica, haciendo que el adolescente experimente sentimientos de ajenidad e incertidumbre. La distinta forma que va adquiriendo su cuerpo, es un tema de preocupación al contrastarse con el ideal estético establecido y al compararse con la imagen del par. Estas transformaciones corporales, se viven no sólo como algo fisiológico, sino que lo ubican en un cuerpo sexuado y habitado por el deseo.

Dentro de la familia, esa vinculación dada, que le daba una identidad a cada uno de sus miembros, se trastoca totalmente. El adolescente, va dejando de ser niño, esto implica verse a sí mismo y también, que lo vean extraño en plena metamorfosis, buscando su identidad.

Se tendrá que desinvertir de la imagen infantil de sí mismo, para que el apego a ciertos objetos anteriores desaparezca. Como señala Mouses Laufer, ese apego se va diluyendo, porque el adolescente tiene un cuerpo sexual maduro que le permite llevar a cabo sus deseos tanto incestuosos como parricidas.

Esto conlleva vivir un duelo ante la pérdida de un cuerpo de niño que le permitía la fantasía omnipotente de la bisexualidad y ahora le exige dar paso a una elección de objeto. Produciéndole dolor, ya que debe renunciar a una relación objetal de tipo narcisista y endogámico, acercándose si le es posible, a una relación sobre un objeto erótico y exogámico.

Van perdiendo poco a poco dependencia, pero se encuentran en una situación, en la que no acaban de lograr la independencia de los padres, por momentos se torna en contradependencia, a través de mucho "ruido" como la rebeldía, el inconformismo, el ataque a la autoridad, etc.

Durante la niñez, los padres ocupan un lugar privilegiado y necesario, condición importante para que el niño pueda ir estructurándose. Esto va cambiando y al llegar a la adolescencia este pedestal se derrumba, provocándole un enorme vacío y la distancia de sus figuras parentales, en definitiva, perdiéndolos como algún día fueron. Pero para que se haga este duelo por los padres, es necesario que éstos colaboren, siendo complicado si ellos se sienten movilizados por el duelo de su ya caducada adolescencia. Pudiendo ser para ellos muy espinoso desprenderse de su “niño simbólico”, confrontarse con su madurez y por si fuera poco, asumir el deterioro de su cuerpo, cuando su hijo está en el momento de mayor vigor y exuberancia.

Siguiendo a Bloss, P, liberado el adolescente de las antiguos objetos edípicos, realiza un duelo por la pérdida de las figuras parentales. Instalándose en un mundo homosexual (individual o grupal) que le permite la superación de la dependencia parental, apoyándose sobre todo en el grupo de pares. Siendo fundamental estas relaciones con sus iguales, para el desarrollo psíquico de este momento, por ser un lugar de referencia para el ideal del Yo y como intermediario para sus sistemas de identificación e identidad. Sin olvidarnos, su función como lugar de exteriorización de las diferentes partes del adolescente “gracias a la distribución de las partes del yo entre los miembros del grupo, las necesidades masturbatorias pueden atenuarse, y los procesos sociales iniciados favorecen mediante su realización en el ámbito real la disminución gradual de la disociación, la aminoración de la omnipotencia y el descenso de la angustia persecutoria” (D. Meltzer). Y por último, también permite el despliegue en el plano psicopatológico, Winnicott señala como puede ser utilizado para “realizar en el plano real su propia sintomatología en potencia”.

Elisa Peinado Muñoz

Psicóloga-Psicoterapeuta

BIBLIOGRAFIA

FREUD, S (1917) *Duelo y Melancolía*. Obras completas de Sigmund Freud. Madrid. Biblioteca nueva.

FREUD, S (1917) *Adición metapsicológica a la teoría de los sueños*. Obras completas de Sigmund Freud.

FERNANDEZ, M. (1984) *El trabajo de duelo durante la adolescencia*, en S. E. Quiroga, *Adolescencia: de la metapsicología a la clínica*, Buenos Aires, Amorrortu.

KLEIN, M. (1940) *El duelo y su relación con los estados maniaco-depresivos*. En *Amor, culpa y reparación*. Obras Completas. Paidós. Barcelona

ABERASTURY, A y KNOBEL, M (1994) *La adolescencia normal, un enfoque psicoanalítico*. Buenos Aires. Editorial Paidós.

WINNICOTT, D. W. (1991) *Exploraciones psicoanalíticas I*, Psicología profunda, Buenos Aires. Paidós.

BRACONNIER, A y MARCELLI, D (2005) *Psicopatología del adolescente*, Barcelona, Masson.

BLOS, P. (2003) *La transición adolescente*, Buenos Aires. Amorrortu editores.

MELTZER, D (1974) *Los estados sexuales de la mente*. Buenos Aires, Ediciones Kargieman

MEAD, M (1971) *Cultura y compromiso: Estudio sobre la ruptura generacional*, Buenos Aires, Granica.

LAUFER, M / LAUFER,E (1988) *Adolescencia y crisis del desarrollo*, Barcelona, Espaxs.

ORTEGA, P (2007) *El grito de los adolescentes*. Madrid. Editorial CCS

ERIKSON, E (1974) *Identidad, juventud y crisis*. Buenos Aires. Editorial Paidós.

