

## SALUD Y DESARROLLO EMOCIONAL

Por Mario Pereyra

Hace más de 4.000 años un sacerdote egipcio grabó sobre una roca: "Nuestra tierra está degenerada . . . los chicos ya no obedecen a sus padres". Este hecho histórico revela que la comprensión del adolescente parece haber sido siempre un problema para los adultos.

Ese joven de gesto altivo y sensual, mirada despectiva, que mastica con vehemencia su chicle, de exuberante cabellera y barba, camisa desabrochada y descolorido pantalón vaquero, nos produce un cierto desasosiego y nos llena de perplejidad. Ama la soledad y vive con la "barra". Ríe y canta alegremente a poco de pasar una crisis de desesperación con ideas suicidas. Sus anhelos irresistibles de independencia antagonizan con la adherencia "pegajosa" y sumisa a ciertas figuras autoritarias. Prueba ser tanto un ateo intransigente como el más fogoso de los místicos. Admira al padre al extremo de idolatrarlo aunque le resulta imposible convivir con él. Es entusiasta a la vez que apático, pacífico como agresivo, terco y condescendiente, en fin: es un joven o adolescente. (1)

Pero si este cuadro es incierto mucho más lo son los intentos de las distintas tendencias psicológicas de conceptualizar y sistematizar esta etapa. "Existen desacuerdos evidentes acerca del significado, la definición, las características y las pautas futuras de la adolescencia" dice Muuss. Gesell, Freud y Lewin concuerdan al afirmar que los cambios endócrinos, como el consiguiente desarrollo de los caracteres sexuales primarios y la aparición de los secundarios, son aspectos importantes en el desarrollo. Spranger y Mead subestiman el valor de los cambios fisiológicos interesándose, el primero, en el desarrollo psicológico enfocado filosóficamente, en tanto que M. Mead, con una metodología antropológica, destaca la importancia de las instituciones sociales y de los factores culturales. Las fases evolutivas de la adolescencia son descritas con criterios incompatibles por las distintas teorías.

Erikson maneja la noción de identidad contra difusión del rol; Freud, la de la segunda situación edípica, atracciones homosexuales y uniones heterosexuales; Gesell de negativismo, introversión y rebeldía; G. Stanley Hall habla de tormentas, tensiones y el nuevo nacimiento; Sullivan distingue preadolescencia y adolescencia temprana, etc.

Por nuestra parte, interpretamos el fenómeno adolescente en nuestro medio como un proceso dinámico de individualización (E. Fromm) o desimbiotización, generalmente crítico, de carácter bio-psico-socio-espiritual.

Desde el punto de vista biológico, esto incluye la revolución anatómo-fisiológica de la pubertad, donde la maduración genital juega un rol supremo. Todos estos factores intervienen decisivamente en toda la etapa del desarrollo aunque en las fases más avanzadas con menos significación. Psicológicamente, se produce una profunda evolución - entre los 11 y 15 años - de las estructuras intelectuales con la aparición de la lógica proposicional o pensamiento hipotético-deductivo. En la vida afectiva, se experimenta una honda conmoción emocional con permanentes oscilaciones del humor. Es la vivencia del "Sturm und Drang", (2) según la conocida expresión de las obras de Schiller y Goethe, que tan certeramente usa Hall para caracterizar esta experiencia. Desde el punto de vista social, se logra la separación progresiva de los padres, la formación de la pareja y resultan habituales las tendencias de tipo antisociales o asociales de diversa intensidad. Por último, el aspecto espiritual lo concebimos en las manifestaciones de búsqueda de sí mismo y de su identidad, la adquisición de los valores que son descubiertos con una nueva significación y la gestación de una orientación directora de la existencia, y el encuentro del sentido de su propio destino.

El análisis longitudinal del proceso adolescente, nos permite distinguir 3 períodos definidos con características propias:

1. - la adolescencia temprana, que va de los 12 a los 15 años;
2. - la adolescencia mediana, de los 15 a los 18 años;
3. - la adolescencia tardía, de los 18 a los 21 años, que siguiendo el criterio del seminario podemos extender hasta los 24 años.

El primer período es el de la pubertad. A nivel educativo generalmente corresponde a los dos primeros años del ciclo básico de Secundaria. Aquí encontramos al púber soportando un intenso "bombardeo" interno, motivado por la revolución fisiológica que vive en su cuerpo, y un "bombardeo" externo, determinado por los nuevos requerimientos sociales que le exigen actuar en un rol de "mayor" para el cual no está preparado. Para peor, se le dan pautas de conducta contradictorias. En esta situación, "emparedado" por fuerzas antagónicas, se recoge defensivamente en el plano del pensamiento y la fantasía. Son comunes las ensoñaciones diurnas, el ausentarse de la realidad, la idealización de padres y profesores, especialmente del mismo sexo (la "veneración del héroe" de Pearson). En el lenguaje popular se acostumbraba llamar este período la edad del "pavo" o del "bobo", si bien esta situación se ha modificado un tanto en los últimos años, en razón de que el joven experimenta estos fenómenos biopsíquicos con un mayor sentido de realidad.

La adolescencia temprana es el momento crítico. Corresponde al tercer y cuarto años secundarios los años "bravos". Es la etapa de la desidealización o mejor aún el "período de desilusión". Los

padres y profesores se transforman en "ídolos caídos". Es aquí donde se produce la rebelión normal del adolescente, las actitudes irreflexivas, caprichos, conflictos con los padres (generalmente del mismo sexo), etc. Es el momento del autodescubrimiento y la "afirmación del yo", que se presenta profundamente cargado de tormentosas emociones e impulsos antagónicos. "El egoísmo, la vanidad y la presunción son tan característicos de este período como el apocamiento, el sentimiento de humillación y la timidez". El más abierto egoísmo alterna con un creciente altruismo idealista. Son comunes los sentimientos de incompreensión, susceptibilidad y autorreflexión.

La última etapa corresponde al último año del ciclo superior y los primeros del nivel universitario (para quienes continúan estudiando). La adolescencia tardía representa la consolidación de la personalidad y normalmente el logro de una mayor estabilidad en los sentimientos y acciones, siempre que las fases precedentes hayan sido exitosamente manejadas. Se define el plan de vida, a la vez que el ingreso a las distintas esferas de actividad. Sin embargo, en este período frecuentemente se produce una nueva crisis, aunque, más serena y profunda, de índole metafísica. Hay una honda problematización del yo, la búsqueda del significado último de la propia existencia, el despertar a los grandes valores de la vida. El "llamado" axiológico acciona de forma tal, que genera una profunda renovación interior, una especie de "renacimiento" en las palabras de Spranger. "Estas vivencias . . . iluminan a modo de relámpago, el sentido de destino personal su premo y el fin de la propia actividad". "Los súbitos brotes e "iluminaciones" son vividos como regalos de la gracia, como acciones de algo superior en el alma". El mundo mismo aparece posteriormente bajo una nueva perspectiva. Spranger asimila todo este complejo fenómeno a una vivencia religiosa. Debesse dice que "resulta difícil separar netamente, dentro del pensamiento adolescente, el campo metafísico y el campo religioso, donde convergen todos los valores espirituales", estéticos, éticos, sociales y políticos. Lo cierto es que la temática de Dios preocupa intensamente: Dios como afirmación o negación, Dios como duda o problema. Si el joven logra salir airoso de esta crisis ideológica, se encontrará munido con los medios necesarios para introducirse con seguridad y confianza en el mundo adulto y asumir las exigencias de la vida con responsabilidad.

Sintetizando, el proceso adolescente, diremos en la figura de Erikson, que "al igual que un trapecista, el joven en medio de un vigoroso movimiento debe soltar la seguridad de la barra que significa la infancia, y tratar de afirmarse en la adultez"; y depende, durante un expectante intervalo, de una relación entre el pasado y el futuro y de la confiabilidad de aquéllos de quienes debe depender y de quienes



lo recibirán. En su esencia es un "salto" de fe, que involucra el renunciamiento al pasado - los "duelos" de A. Aberastury y colaboradores - y la conquista de una nueva dimensión de vida. Fallar en este intento es caer en la psicopatología,

Ilustraremos los conceptos vertidos con la historia del test de Machover (3), de una joven de 16 años, de alto nivel intelectual y buenas aptitudes literarias. Esta chica, que llamaremos Sandra, nació en Montevideo; cuando tenía 9 años nace una hermana, a los 11 fallece el padre; a los 13, la madre se une en concubinato a un hombre que Sandra jamás aceptó. Tiene permanentes conflictos con la madre y el padrasto. A los 14 años, Sandra ingresa en el Instituto Adventista del Uruguay, donde evoluciona positivamente; allí se le administra el test con el siguiente resultado:

Una tarde cualquiera, como tantas en su vida colmada de rutina Anacleta, tomó su viejo paraguas, su impermeable y salió a caminar bajo la fría lluvia de otoño. Salió sin rumbo alguno, ya que su vida misma no lo tenía, caminaba lentamente como si arrastrara consigo pesadas cadenas, que le impidieran la libertad, llevaba pegado en su rostro la triste mueca de la soledad, que le impedía sonreír, y en sus grandes ojos se apagaba la pequeña llama de la esperanza.

La gente corría por las calles, atropellándose y sin respetar el paso de los otros transeúntes, sin darse cuenta a quién empujaban o pisaban; corrían con la mirada vacía y llenos de egoísmo, sin mirar a aquella mujer, que allí, parada en medio de esos monstruos que corrían desenfrenados; miedo de verse entre tanta gente y tan tremendamente sola; sin nadie que le brindara su sonrisa su calor. De pronto su vista se detuvo ante una vieja florista que ofrecía violetas y rosas bajo la lluvia, y su corazón se llenó de compasión. Casi sin darse cuenta, le tendió algunas monedas diciéndole: --Es de noche y llueve; vamos, cargue su cesto y vaya a casa. No pierda más tiempo, la gente está inmovible en este tiempo. Luego sin abrir su paraguas, se alejó tan lentamente como antes, sin darse cuenta de la fina lluvia que mojaba su triste rostro. Sus pasos la llevaron hasta un parque de aquella ciudad y allí, en medio de la gran noche, ante la inmensidad del cielo y la soledad de su alma, rompió a llorar. Sus lágrimas se mezclaban con la lluvia y tal vez por eso no se diera cuenta de su llanto, que corría como manantial inagotable, parecía que con ese llanto y esa lluvia quisiera lavarse de esa pegajosa soledad, de esa sombra perversa que oscurecía su faz, que empañaba el brillo de sus ojos y le robaba la sonrisa.

Sin saber cómo se acordó de Dios, y en el silencio de la noche, un grito de salvación resonó; fue un grito de gracias y alabanza, un grito de liberación.

Tal vez fue Dios, por qué no, el que cruzó aquel joven en su soledad; tal vez fue El quién mandó a un ángel hacerse hombre, para su salvación; no sé cómo fue, el hecho es que en la intimidad de la noche, Juan Pablo se cruzó y la vió allí, tan triste y sola, que se acercó y al verla llorando, le ofreció su blanco pañuelo y le tendió su tan blanca mano; entonces, como si aquella mano fuera la de El, le aceptó y enjugando sus lágrimas la miró de frente.

Juan Pablo esbozó la más radiante de sus sonrisas que encendió la oscuridad de la noche y la apagada llama en el corazón y los ojos de Anaclea. Esta, sin darse cuenta, sonrió y la vieja máscara deshecha cayó al suelo, rompiéndose en mil pedazos que la lluvia se llevó. Y en aquella oscura noche, donde la lluvia lo llenaba todo como si fuera un milagro, ésta cesó y en el profundo cielo, Anaclea vio la maravillosa sonrisa de Dios y agradeció.

Evidentemente la historia se comenta sola, al condensar con claridad meridiana las conflictivas que experimenta Sandra. Sintéticamente, podemos reseñar los rasgos más importantes de su problemática. La ruptura tajante con el mundo que produce una cierta sensación de vacío interior, miedo, desesperanza y principalmente la experiencia impresionante de una profunda soledad existencial, una especie de soledad ontológica. Bajo esa óptica la sociedad es vista en sus motivaciones últimas desvalorizada, como "egoísta" y llena de "monstruos desenfrenados". El arrebató altruísta cargado de idealismo --la dádiva a la florista-- anuncia el momento paroxístico del relato cuando en un estado de exaltada iluminación cósmica que estalla en un grito imponente de salvación, se produjo el "salto" de fe que alcanzó la "barra" del trampolín que proyecta a nuevos horizontes y abre el camino del futuro. Es como ver despuntar el sol en el cielo límpido de la mañana, luego de soportar el ímpetu devastador de una violenta tormenta nocturna.

Aunque este es un cuadro muy frecuente, es necesario precisar que no todos los jóvenes transitan por una etapa tan conflictiva. Hay individuos que pasan fácilmente de una fase de desarrollo a otra sin que intervengan crisis visibles. Los estudios antropológicos de M. Mead y colaboradores han demostrado la existencia de sociedades, v. gr. Samoa, donde "la crianza del niño no revela señal alguna de discontinuidad entre la niñez y la edad adulta". En nuestra experiencia

personal, hemos conocido muchos jóvenes que han vivido esta etapa más o menos serenamente. Pero en todos esos casos encontramos el respaldo de un hogar estable y bien integrado, con padres comprensivos, equilibrados y con definida concepción de vida. La saludable atmósfera familiar atemperó el efecto desestructurante y desintegrador que poseen las presiones sociales. Casi me animo a afirmar que el grado de crisis adolescente está en proporción directa a la estabilidad de la familia. B. Rinsley sostiene, luego de haber estudiado 100 casos de jóvenes sometidos a tratamiento psiquiátrico, que

en los casos estudiados se afirmó repetidamente que los defectos graves del adolescente en su capacidad para las relaciones objetales se correlacionan con defectos análogos en uno o ambos padres . . . El nexo de relaciones familiares patológicas sirve de base, a partir de la cual se desarrolla la psicopatología del paciente.

Otros autores ratifican estos conceptos, al demostrar que la adolescencia es una emergente de la desorganización familiar y la crisis social. Los tipos de psicopatologías de esta edad, tan numerosos y variables --Knobel cita 29 cuadros nosológicos-- derivan mayormente de la incapacidad de resolver la crisis adolescente; crisis, reiteramos, que no existe en jóvenes de hogares equilibrados.

Sin pretender introducirnos en el análisis de los factores etiopatogénicos, consideramos de mucha gravitación en la salud mental una formación integral del joven realizada con sentido de realidad que controle las "fugas" de la imaginación y atempere el consiguiente choque que se produce al salir del período de idealización y el encuentro con la realidad. En este sentido promovemos complementar la instrucción escolar con el trabajo útil y productivo desde la misma pubertad.

Para terminar, siguiendo a Allport, entendemos que un criterio definitivo de salud mental es la adquisición de una "filosofía unificadora de la vida", que satisfaga las inquietudes metafísicas del individuo, afiance el sentimiento de identidad y refuerce la solidaridad social. En este sentido, junto a Spranger, estamos persuadidos de que la fe religiosa es la más comprensiva e integradora de todas las orientaciones de valor. Como cristianos pensamos: ¡cuánto ayudaría a la salud psíquica y la felicidad, si la Biblia fuera más que un mero libro de literatura y se convirtiera en el orientador moral y espiritual de la juventud, como de todos los hombres!