



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

LOS DUELOS EN LA ADOLESCENCIA

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:
EUGENIA CATALINA TERRAZAS REVILLA

DIRECTORA DE LA TESINA:
MTRA. MARIA CRISTINA HEREDIA ANCONA



Ciudad Universitaria, D.F.

Noviembre 2011



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A la voz y a la confianza de mi padre
que en cada uno de mis logros sobreviven

A la paciencia de mi madre
por tolerar los saltos con que celebre de pequeña,
mi encuentro con las letras,
a su infinita imaginación
compañera fiel de su ceguera y
de mi vicio por recrearme en las palabras.

Al apoyo y al ejemplo de Oscar
que es sin duda y
mas allá de las pautas cronológicas,
el mayor de mis hermanos.

A Cristina por su valiosa orientación
y gran capacidad de escucha,
con las que me devolvió
la posibilidad de consolidar
este proyecto.

A Maira por caminar a mi lado
cargando con sus dudas o las mías,
y por el tiempo que entre café,
panque y risas, nos llevo esfumarlas.

A mis compañeros y maestros de la licenciatura,
a los ausentes que me alientan
desde algún rincón de mi memoria,
a las presentes Ana Celia y Yolanda
que han sido socias innegables de mi historia.

A los jóvenes Juan Pablo y Carlos
por su experiencia y comentarios
al momento de diseñar el CD
y por permitirme ser testigo
del despliegue de sus talentos y sus vidas.

A Karlos con K y con cariño,
quien ha sido amigo de mi sombra,
ha combatido mis fantasmas,
ha inventariado mis logros y
ha impulsado este trabajo.

Le agradezco en especial,
en privado y en publico,
a mi hija Isabel ahora adolescente,
por haber poblado mi vida,
por interrumpir mi sueños
con sus brincos, sus prisas y su música
por empujarme, sin saberlo,
a concretar esta obra
inconclusa de mi juventud.

LOS DUELOS EN LA ADOLESCENCIA
Índice temático

RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	6
Capítulo 1	
EL ADOLESCENTE DE HOY	
1.1 Definición	8
1.2 Características	11
1.3 Narcisismo infantil y autoestima	18
1.4 Trayecto identificatorio	20
Capítulo 2	
LA DEPRESIÓN	
2.1 Definición	24
2.2 Clasificación	25
2.3 Epidemiología	28
2.4 Causas psicológicas de la depresión.	30
2.5 Suicidio en adolescentes	33
Capítulo 3	
LOS DUELOS EN LA ADOLESCENCIA.	
3.1 Definición	39
3.2 Por el cuerpo infantil	40
3.3 Por la bisexualidad infantil perdida	42
3.4 Por la identidad y el rol infantil	44
3.5 Por los padres de la infancia	47
Capítulo 4	
PROPUESTA: “LOS DUELOS: DE LA AFLICCIÓN A LA CREACIÓN”	55
4.1 Justificación	55
4.2 Objetivos	56
4.3 Procedimiento	57
4.4 Materiales	57
ALCANCES Y LIMITACIONES	70
CONCLUSIONES	71
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	72

RESUMEN

En la presente tesina, considerando los aportes de diversas disciplinas, se definen el perfil del adolescente actual y los riesgos psicosociales a los que está expuesto. Desde un enfoque psicoanalítico se analizan los duelos propios de esta etapa, a saber: por el cuerpo, por el rol o identidad infantil y por los padres de la infancia. Por último se hace énfasis en la necesidad de discriminar entre las manifestaciones transitorias que surgen como efecto de estos duelos, de aquellas otras que reflejan la presencia de estados depresivos.

Se propone un CD interactivo dirigido a adolescentes donde se les proporciona información sobre las características de sus duelos, pautas para identificar la presencia de la depresión y un camino para elaborarlos, apelando a su potencial creativo.

Palabras clave: **Adolescencia, duelos, depresión, creatividad.**

INTRODUCCION

Desde la nostalgia y el dolor de la distancia generacional, como padres, psicólogos o adultos en general solemos pensar en la adolescencia en términos de crisis, rebelión o conflicto (existencial, identificadorio, familiar, etc.) Se pasa por alto que crecer no significa necesariamente penar y que adolecer no es sinónimo de adolecer, término que en el diccionario de la lengua española se define como “caer enfermo o padecer alguna enfermedad habitual”. La adolescencia no es enfermedad, pero si es habitual. Todos la experimentamos y en su momento nos sentimos incomprendidos o ilusionados, confundidos e inspirados, sometidos y poderosos, nostálgicos o llenos de energía, dotados de un pasado breve pero sólido, un presente contradictorio y cambiante y por primera vez en la vida con un futuro que promete, entre otros privilegios, el encuentro con el adulto que se lleva dentro.

Aunque algunos psicólogos han vinculado rasgos de la adolescencia normal con ciertas patologías, como con una psicosis incipiente, en esta tesina mas bien se destaca la urgencia de distinguir los síntomas depresivos de los duelos propios del proceso adolescente. Es cierto que en este periodo de la vida suelen estar presentes "síntomas", como la tristeza, la apatía, la desesperanza o bien la agitación, no por eso se debe pensar inexorablemente en un cuadro psicopatológico.

Para tener elementos con los cuales distinguir entre un cuadro evolutivo de otro conflictivo, en el primer capitulo de este trabajo se presenta el perfil del adolescente actual, considerando las actitudes y confusiones que le son propias, desde diversas disciplinas: antropológica, social, psicológica y psicoanalítica.

No es posible “retratar” al adolescente, sin contemplarlo inmerso en un mar de cuestionamientos, ¿soy inteligente como mi madre?, ¿soy sociable como mi padre?, ¿soy atractiva? ¿Soy popular?, etc. Básicamente todos sus cuestionamientos aluden a la pregunta ¿quién soy?, interrogante que lo remite a la reconstrucción de su identidad, tarea que esta estrechamente entramada a la autoestima, al narcisismo y a las identificaciones, razón por la cual en este capítulo se analizan.

En el segundo capítulo se describe el cuadro clínico de las depresiones en base al DSM IV y la clasificación multiaxial, se exponen sus causas psicosociales y su incidencia en los adolescentes mexicanos, desde los aportes de investigaciones recientes. Derivado de ello se abordan desde una perspectiva psicoanalítica las condiciones de origen de la depresión y de la ideación suicida durante la adolescencia.

Frente a los abrumadores cambios, en especial la representación de sí mismo, los ajustes ante ellos, la remodelación de las estructuras psíquicas, la renuncia a la dependencia infantil, la exigencia del entorno para que asuma responsabilidades, el púber se enfrenta a la realidad de que el tiempo es irreversible y su pasado irrecuperable. Ante ello experimenta ansiedad, desequilibrio e inestabilidad que son parte del proceso en que deberá elaborar diversos duelos.

Los duelos analizados en el capítulo tres se refieren a la pérdida de la niñez, del cuerpo infantil, de las representaciones de sí mismo y de los otros, especialmente de los padres, quienes a su vez se ven sacudidos por la confrontación generacional que les obliga a replantearse su historia y su lugar frente a los hijos.

Como resultado de estas lecturas e intentando brindar recursos psicopedagógicos a padres, maestros y sobre todo a jóvenes mexicanos, se propone un CD interactivo en el que se les expone, desde su lenguaje y sus códigos, la información esbozada en los capítulos anteriores. Se pretende con ello que con información breve, divertida y psicológicamente sustentada conozcan o reconozcan en ellos éstos duelos y los distinguan de los signos de una depresión.

Para evitar el riesgo de no caer en el error de visualizar la adolescencia como un mal necesario, que inevitablemente se tiene que padecer, ni tampoco como el periodo privilegiado de la vida que se tiene que perpetuar, se hace énfasis en no perder de vista que la trayectoria adolescente está poblada de deseos insatisfechos, afectos abandonados, traiciones, pérdidas y duelos; pero también de miedos superados, talentos descubiertos, proyectos alcanzados o anhelados.

Se espera que como resultado de lo explorado en el CD titulado "los duelos: de la aflicción a la creación", el adolescente cuente no solo con la información necesaria para entender su dolor (en el sentido del duelo), el de sus padres y compañeros, sino también que despierte en él la motivación suficiente para continuar escribiendo su autobiografía, que en su capacidad para sublimar y crear encuentre el equilibrio entre lo que fue y lo que quiere ser.

CAPITULO 1

EL ADOLESCENTE DE HOY

“De deportista a intelectual, de religioso a agnóstico, de rockero a barroco, de científico a empirista, soñador al fin el adolescente no sabe dónde y cómo aterrizará su yo”

Hugo Lerner

1.1 Definición

Para aterrizar hay que emprender el vuelo y la adolescencia es precisamente un viaje de búsqueda donde el trayecto está plagado de encuentros y desencuentros con los otros y con uno mismo. Es un viaje en el que si se cuenta con el “ambiente facilitador”, Winnicott, (1971) será un viaje redondo, de ida y vuelta. Es decir es un proceso universal de cambio y desprendimiento que puede verse afectado favorable o desfavorablemente por el ambiente sociocultural.

Si emprendemos el viaje desde sus orígenes, adolescencia significa en latín condición o proceso de crecimiento: Ad = a, hacia, Olescere = crecer. Se caracteriza por ser un periodo de transición que va de la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo, da inicio cuando aparecen los primeros cambios corporales del complejo proceso de maduración sexual, que a su vez desencadenan toda una serie de cambios conductuales. En las mujeres inicia con la menarquia que en la actualidad suele aparecer alrededor de los 10 años y en el varón, también con la aparición de los caracteres sexuales secundarios, dos años más tarde, es decir a los 12. En cuanto al final los criterios varían pero en general se le sitúa en la mujer a los 21 y en el varón a los 23. Aunque según un informe de la Organización Mundial de la Salud, así como el promedio de vida se ha extendido también la adolescencia parece prolongarse hasta los 25 años (Margulis citado por Rother Hornstein 2007).

Kimmel (1988), advierte que tales parámetros cronológicos tienden a desdibujarse de una cultura a otra o de un contexto histórico a otro, propone entonces definir el inicio de la adolescencia según la *edad biológica* y el final por la *edad social*. La primera está determinada por signos biológicos como el número de dientes, el desarrollo de los huesos o los cambios hormonales. La segunda se mide por la madurez social definida desde las instituciones sociales, ya que son ellas las que fijan la edad en que está permitido casarse, votar, beber alcohol, conducir un automóvil, firmar contratos legales, ser juzgado, etc. En algunas sociedades el paso a la edad adulta se concede en relación a la independencia económica alcanzada.

La etnóloga Ariane Deluz (Mannoni et al.1996), advierte que el concepto de adolescencia, tal como lo conocemos, nace en occidente hace aproximadamente 40 años. En las sociedades no evolutivas comprende el paso de la niñez a la edad adulta a través de diferentes ritos de iniciación, que pueden requerir de un día, una noche o varios años y están encaminados a posibilitar la integración social del chico.

Dolto (1988), lamenta que el rito de iniciación en las sociedades este desapareciendo, ya que al efectuarse simultáneamente en todos los chicos de la misma edad, estén o no preparados, favorece la sublimación de la castración simbólica. Así en colectivo se evita el sentimiento de culpabilidad, ya que el paso en solitario puede ser vivido como transgresión o traición a los padres de la infancia.

La Dra. Quiroga (1998), en cambio estima que aun en la actualidad y en todas las culturas persisten ritos de iniciación que dan formalización y contención al pasaje que va de la infancia a la adultez, pasaje que implica el transito del pasado (la infancia perdida, la familia nutricia, la endogamia, etc.) al futuro (los vínculos formales, la exogamia, etc.) y que en nuestra cultura se puede tramitar desde algunos ritos o ceremonias sociales como por ejemplo:

- ❖ La primera comunión. Rito de origen católico que simboliza el alejamiento del padre real por el acercamiento del padre ideal, inmortal, divino a través de su incorporación en la hostia.
- ❖ La confirmación. Que confirma la comunión con Dios y se elige un padrino o madrina que serán facilitadores del ingreso del chico a la cultura.
- ❖ El Bar Mitzvah de origen judío que inicia al joven en su cultura y tradición, ya que se compromete a sostener lo que sus padres le están legando.

El baile de 15 años de las jovencitas. Después del primer vals con el padre, éste la entrega oficialmente a otros hombres y le otorga así el permiso de buscar y elegir un compañero fuera de la familia.

Blos (1975 y 2003), en varios de sus trabajos se refiere a *pubertad* como a las manifestaciones físicas que están cronológicamente reguladas y son fácilmente observables y como *adolescencia* a los procesos psicosociales que le subyacen y resultan más difíciles de aprehender. Se adscribe al planteo de S. Freud al considerar a la adolescencia como la reedición del complejo de Edipo, es decir que durante estos años se enfrentan muchas de las preocupaciones psicosexuales que se experimentaron en la infancia. Distingue 6 estadios de adaptación a la tensión psicológica que producen éstas preocupaciones:

- ✓ Latencia. Abarca los años de la escuela primaria donde el niño desarrolla capacidades mentales y emocionales que lo preparan para enfrentar la emergencia de impulsos durante la pubertad.
- ✓ Preadolescencia. Aumento de impulsos que se reflejan en fantasías sexuales sin destinatario.
- ✓ Adolescencia temprana. Resurge la atracción y el posterior rechazo hacia el progenitor del sexo opuesto y nace el interés por establecer amistad íntima con compañeros del mismo sexo.
- ✓ Adolescencia propiamente dicha. Dicha amistad es sustituida por el interés amoroso de iniciar una relación heterosexual, que se da en paralelo a la ruptura con lazos preedípicos infantiles.
- ✓ Adolescencia tardía. Se consolida la identidad sexual y la aceptación del yo.
- ✓ Postadolescencia. Se busca alcanzar metas en función de relaciones y roles más estables.

D. Meltzer(1998), como representante de la escuela Kleiniana, define a la adolescencia como un *estado mental* en el que se pasa por tres puntos de transición: de la latencia a la pubertad, de la pubertad a la adolescencia y de ésta a la edad adulta. Transiciones que se ven signadas por el movimiento que va de la posición esquizoparanoide a la depresiva. En estas etapas el adolescente atraviesa por confusiones pre-edípicas al dificultársele diferenciar entre lo bueno y lo malo, el yo y el objeto, femenino-masculino y entre la parte infantil y adulta de la personalidad.

La psicoanalista Arminda Aberastury (1988), considera a 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 le ofrece... para alcanzar la estabilización de la personalidad”

Para Urribarri, (en Goijman & Kancyper, 1998) cuando la adolescencia se termina biológica y psíquicamente nada ha concluido más bien todo se ha transformado. Y en ello coincide Dolto (1988), al puntualizar que “*la adolescencia es una fase de mutación... que puede prolongarse según las proyecciones que se reciben de los adultos y según lo que la sociedad le impone como límites de exploración...*”(p. 12).

En base a estas formulaciones se puede apreciar que desde tiempos antiguos y desde cualquier perspectiva: antropológica, social o psicoanalítica al definir adolescencia aparecen siempre como

palabras clave: proceso (transición, trayectoria, mutación, etc.), desprendimiento (cambios corporales, crecimiento, desarrollo, maduración, etc.) y medio social. Es decir al adolescente le lleva tiempo reposicionarse, reconocerse , elaborar sus duelos por la pérdida de los privilegios infantiles y en ello requiere de acompañamiento tanto familiar como social.

1.2 Características

Aberastury y Knobel (1988), sintetizan en 10 las características más sobresalientes de este periodo, otros autores concuerdan con ellos en algunos aspectos, con el fin de enriquecer esta exposición también se incluyen sus teorizaciones.

1.-Búsqueda de sí mismo y de la identidad.

El adolescente tiene como trabajo psíquico fundamental la búsqueda de su identidad, es saber “quién soy”. Al convivir con adolescentes es notable como, de manera más apremiante que a ninguna otra edad, se empeñan desesperadamente en ser ellos mismos.

Fue Erikson (citado en Aberastury & Knobel,1988), uno de los primeros en advertir que la construcción de la identidad , inherente al trayecto adolescente, es un proceso psicosocial en el que entra en juego la capacidad del yo de mantener la mismidad y la continuidad frente a un destino cambiante o adverso.

La identidad no debe verse como un fin, a esta edad más que un punto de llegada es un punto de partida que remitirá al autoreconocimiento y a la aceptación del otro. Es pertinente resaltar que no solo remite a la unidad de la personalidad sentida por el individuo, requiere ser reconocida por otro, es saber quién soy también frente a los otros, es un tope entre lo individual y lo colectivo. Ladame (2001).

Es en este proceso continuo, que se sustenta en el contacto con los padres y el medio social, donde el adolescente suele adoptar identidades sucesiva o simultáneamente. Tales como:

- Identidades transitorias: son aquellas adoptadas durante cierto periodo, por ejemplo actitudes de bebé o de adulto prematuro, que se caracterizan por estar cargadas de seriedad.
- Identidades ocasionales: Se dan frente a situaciones nuevas como el encuentro con la primera pareja o el primer baile.
- Identidades circunstanciales: En las que adecua su conducta de acuerdo al entorno, ya sea la escuela, los amigos, la pareja, la familia, etc.

Estas fluctuaciones en la identidad son consecuencia del desprendimiento, de los duelos propios de la adolescencia (que se revisaran en el capítulo 3) y pueden provocar sentimientos depresivos (analizados en el capítulo 2), que precipitan el anhelo de completarse con el fin de preservarse de ansiedades o temores. (Aberastury & Knobel, 1988).

Solo si existe un mundo interno con una relación satisfactoria con los padres internalizados, se posibilita una buena conexión, una *regresión*, en el sentido en que la trabaja Blos (1975), como una huida temporal y defensiva con la cual el joven reforzará su relación con los objetos internos y eludirá los externos hasta consolidar una identidad independiente. La *regresión* adolescente es un suceso normativo, un proceso adaptativo al servicio del desarrollo, de tal forma que la culminación de esta etapa dependerá de la capacidad de regresión que el chico pueda desplegar y que el entorno le facilite, sin eludir o silenciar el conflicto generacional .Solo sería patológica si tuviera lugar su evitación como en la huida, por ejemplo al adoptar prematuramente roles adultos, o su fijación, como en la psicosis. Blos insiste en advertir que no es lo mismo regresión que detención.

2.-Tendencia grupal

Para sentirse más seguro y fortalecer su autoestima busca estabilidad en la uniformidad y complicidad que encuentra en el grupo de amigos, al cual transfiere la dependencia que mantenía con el grupo familiar. Como afirma Blos (1981), la adolescencia ha sido siempre un estado de expatriación (de la familia) y de alienación (al grupo de pares, a la cultura, etc.)

Estos grupos cumplen con proveer aquello que Winnicott (1971), denomina zona intermedia o espacio transicional , porque dan la posibilidad de desplazar el acento de los vínculos primarios a nuevas redes psicosociales que vehiculizan su inserción a la cultura. Ungar (en Rother Hornstein, 2007), considera que en estos nuevos vínculos los adolescentes crean un espacio transicional donde se juegan las relaciones humanas fuera de la familia y lejos de los adultos.

Ya Freud (1930) ,en *El malestar en la cultura* señalaba la importancia de éstos nuevos vínculos:

“Amor designa el vinculo entre varón y mujer, que fundaron una familia sobre la base de sus necesidades genitales; pero también se da ese nombre a los sentimientos positivos entre padres e hijos, entre los hermanos dentro de la familia, aunque por nuestra parte debemos describir tales vínculos como amor de meta inhibida, como ternura. Es que el amor de meta inhibida fue en su origen un amor plenamente sensual, y lo sigue siendo en el inconsciente de los seres humanos. Ambos el amor plenamente sensual y el de meta inhibida, desbordan la familia y establecen nuevas

ligazones con personas extrañas. El amor genital lleva a la formación de nuevas familias; el de meta inhibida a fraternidades que alcanzan importancia cultural porque escapan a muchas de las limitaciones del amor genital, por ejemplo, su carácter exclusivo.” (p. 100).

Estos vínculos fraternales de amor de meta inhibida van cambiando, así vemos que hacia los primeros años de la adolescencia se reúnen en grupos separados por sexos para hablar de lo “prohibido” especialmente de sexualidad y de algunos “misterios” de la vida. Paulatinamente se van sucediendo encuentros con el sexo opuesto en campamentos, bailes, fiestas, donde suelen realizarse juegos reglados con características eróticas (como el juego de “la botella”).

En la misma dirección Meltzer (1998), sostiene que la vinculación con el grupo de pares cobra especial relevancia en este periodo de la vida por los frutos de la socialización y sobre todo porque el grupo ayuda a contener la confusión generada por las identificaciones proyectivas. Observa que en la adolescencia temprana se tienden a formar grupos “homosexuales”, solo en sentido descriptivo, ya que se reúnen con compañeros del mismo sexo para controlar las ansiedades paranoides, aquellas que despierta la preocupación por confrontarse o rivalizar con los grupos del sexo opuesto. Algunos se aventuran a desprenderse del grupo y a fraternizar con miembros del otro sexo, pero son tildados de traidores. Más adelante forman grupos heterosexuales de características más depresivas, aludiendo a la posición depresiva descrita por Klein, porque se dejan de preocupar por si mismos y priorizan el bienestar y el destino del otro. Los que antes fueron considerados “traidores” son los iniciadores en la formación de las primeras parejas.

Como producto de sus trabajos sobre el duelo Klein (en Meltzer, 1998), conceptualiza a las posiciones esquizoparanoide y depresiva como principios económicos que regulan las relaciones de objeto y dirigen los procesos evolutivos, desde ahí cualquier crisis o periodo de transición, como la adolescencia, puede ser comprendida. Argumenta que a lo largo de la vida persiste un movimiento que bascula entre ambas posiciones; en la esquizoparanoide la preocupación por el bienestar, la felicidad, la comodidad o la seguridad del yo prevalece y en la posición depresiva la preocupación recae sobre los objetos.

Más adelante el interés colectivo se desvía por la lucha generacional o por ideales de justicia, verdad, dignidad, etc., todo es cuestionado e idealmente reestructurado. En la adolescencia tardía se busca la pertenencia a grupos más institucionalizados o globalizados. Quiroga, (1998).

Cuando el adolescente se preocupa por los otros, y en especial cuando es capaz de imaginar a otro dependiendo de él, momento en el que se puede visualizar como padre o madre, se podría hablar de la terminación de la adolescencia, según Alcira Trilnik (en Rother Hornstein, 2007).

El riesgo del primer amor es experimentado como la muerte de la infancia.

3.-Necesidad de intelectualizar y fantasear.

Las fantasías conscientes y el intelectualizar sirven como defensas frente a los duelos. Es decir, la huida al mundo interior es un reajuste emocional en el que se produce un aumento de intelectualización, como reflejo de ello vemos que a esta edad surgen cuestionamientos filosóficos, éticos y sociales. Es el momento en el que el adolescente descubre en su interior una pasión por un modo de afectos y de representaciones que hasta entonces no tenía, se inclina entonces por la pintura, la música, el deporte, la lectura, etc.

4.-Crisis religiosas.

Es frecuente ver que de pronto la jovencita o el chico se vuelva un ateo acérrimo o un místico fervoroso e incluso que fluctúe entre ambas posiciones. Ante el desprendimiento, deseado y temido de lo familiar necesita de identificaciones proyectivas con imágenes muy idealizadas que le aseguren la continuidad de su existencia y la de sus padres. Aunque éstos suelen no entenderlo y se alarman cuando el hijo de pronto entra a formar parte de una secta, grupo religioso o filosófico, generalmente su adhesión a tales creencias es temporal y está fundada en la relación imaginaria con un "Maestro" que le proporciona la fuerza para superar la culpa por dejar de obedecer y depender de ideología de sus padres. Dolto, (1988)

5.-Desubicación temporal.

Así como tiene dificultades para diferenciar las díadas externo-interno, adulto-infantil, también las tiene en el manejo de pasado-presente-futuro. Convierte al tiempo en presente y activo, parece vivir en un proceso primario donde las urgencias son imperiosas y las postergaciones imposibles.

El adolescente materializa, "espacializa" el tiempo para poder manejarlo, viviéndolo como un objeto. Por eso se recluye en soledad donde Tiempo-espacio-objeto quedan afuera y son manejables.

La percepción y discriminación de lo temporal es una de las acciones más importantes de este período, ya que cuando logra reconocer un pasado y formular proyectos de futuro con capacidad de espera y elaboración en el presente, supera gran parte de la confusión adolescente. Blos, (1981).

Sin embargo para los jóvenes de hoy esta tarea se les complica, ya que el ritmo acelerado de los avances tecnológicos ha posibilitado que las distancias se acorten, pero también los tiempos, así

pasado y futuro se confunden. Por todos los medios se les invita a vivir puro presente, desechando sin miramientos aparatos, moda, ideales del pasado, etc., y además se les seduce a ser eternos consumidores mas que ha ser productores de un futuro.

6.-Evolución sexual autoerotismo-heterosexualidad-genitalidad adulta.

Freud retrata a la adolescencia como una nueva etapa libidinal en la cual suceden transformaciones que se deben en primer término a la subordinación de la excitación sexual bajo la primacía de las zonas genitales y en segundo al proceso por el cual se elige y encuentra el objeto de amor mas allá de las figuras parentales. Paso que marca la salida de la endogamia a la exogamia.

Ante el despertar de las pulsiones que nacen de la transformación fisiológica el adolescente se ve urgido a liberar su sexualidad a un nivel imaginario, es decir en la masturbación, práctica común que en la pubertad va cediendo espacio al esfuerzo por buscar el encuentro real y no solo fantaseado con aquel o aquella a quien se desea.

En ocasiones estos deseos son vividos con cierta culpabilidad generada por los padres , por la angustia y los celos que sienten ante su propia juventud perdida. Con frecuencia los padres confunden fantasmas con realidad, ya que en sus primeros encuentros el joven más que un intercambio sexual vive amores apasionados y muchas veces platónicos. Dolto, (1988)

Cuando el chico o la chica ingresa a secundaria pasa de un total distanciamiento con los miembros del sexo opuesto a un tímido acercamiento , matizado de amistad, el afecto hacia los amigos fluye tan libre e intensamente que exige de ellos exclusividad, suelen presentarse estadios de celos, disgustos y reconciliaciones. Hasta la preparatoria experimentan ensayos amorosos cargados de juegos físicos y franco interés sexual, pero aun en ellos, buscan más un contacto genital de tipo exploratorio y preparatorio que una genitalidad procreativa.

Lo que marca la ruptura con la infancia es la posibilidad de separar la vida imaginaria de la realidad, ir de los amores platónicos a las relaciones reales. Se espera que hacia el final de esta etapa alcance la heterosexualidad y con ella la capacidad de asumir mas adelante el rol parental.

7.-Actitud social reivindicatoria

“Se puede decir que una de las cosas más estimulantes de los adolescentes es su idealismo” reflejo según Winnicott (1971), de que aun no se han desilusionado y se sienten con la libertad de aventurarse en proyectos que se advierten inalcanzables.

Con sus actitudes combativas y de reforma social pueden provocar malestar en los adultos, quienes con su intolerancia, proyectan en ellos su propia incapacidad para ejercer control sobre los cambios sociopolíticos. En un ambiente tolerante, sin duda el adolescente trabajara al servicio de un ideal que pugne por el cambio de estructuras sociales que den lugar a movimientos nobles para la humanidad.

La rebelión adolescente es analogada con la de todo creador artístico o científico, porque al igual que ellos cuestiona lo establecido para crear lo nuevo. Así lo resalta Kancyper (1998) : *“El acto creador desafía el silencio. Quien crea, es cierto que se haya cercado por la cultura, pero también es dueño de la posibilidad de transgredirla.”*

8.-Contradicciones sucesivas en todas las manifestaciones de la conducta.

Es muy común en los jóvenes la tendencia a adoptar juicios y posiciones extremas e irreconciliables, de manera exagerada hacen uso de opuestos absolutos, de cualidades antitéticas primitivas como: bueno – malo, femenino – masculino, pasivo – activo, yo – no yo . Aunque se percaten de lo irracional de sus juicios, necesitan permanecer en esa posición para asignarle un orden personal a los objetos o fenómenos. Estas polaridades se adscriben al mundo de las representaciones y se reflejan en “las peculiaridades semánticas” de su jerga cotidiana, las personas son catalogadas como estúpidas o inteligentes, alegres o aburridas, creativas u ordinarias, etc. La moderación o la gradación son experimentados como rasgos de debilidad. Consideraciones como “no *tan* inteligente ” o “es *poco* atrevida” parecen no formar parte de su idioma. A ello Blos (1981), le llama “totalismo adolescente...proceso defensivo que , al igual que la conducta opositora y el retraimiento, tienen lugar en la adolescencia tardía”.

En el adolescente hasta el pensamiento necesita traducirse en acción para ser controlado, lo que se manifiesta en una inestabilidad conductual permanente. Si por el contrario persiste una conducta rígida e inflexible estaría sugiriendo la existencia de alguna patología (psicopatía, autismo, neurosis obsesiva compulsiva). Es característica propia de la adolescencia la labilidad en la organización defensiva. Aberastury & Knobel, (1988)

9.-Separación progresiva de los padres

La separación se ve impulsada por la aparición de la capacidad efectora de la genitalidad, que despierta en los jóvenes lo que Knobel llama “ambivalencia dual”, la cual se ve reflejada en la basculación entre pasión e indiferencia por sus seres queridos, tan característica del adolescente.

Ya Freud (1909) destacaba la relevancia de esta separación, tanto en el proceso de subjetivación como en el impacto social:

“En el individuo que crece, el desasimiento de la autoridad parental es una de las operaciones más necesarias, pero también más dolorosas del desarrollo. Es absolutamente necesario que se cumpla, y es lícito suponer que todo hombre devenido normal, lo ha llevado a cabo en cierta medida. Mas todavía: el progreso de la sociedad descansa, todo él, en esa oposición entre ambas generaciones”

De ello se desprende, como advierte Liliana Palazzini (en Rother Hornstein, 2007), la importancia que tal oposición tiene en la constitución subjetiva del joven. Si bien la presencia y el sostén de los padres conforman la precondition necesaria para empezar a imaginarse un futuro, solo si hay confrontación el adolescente puede construir una trinchera generacional que marca la separación de espacios y por la cual se apropia de la vitalidad que despierta el ejercicio de la agresividad, comprendida no como impulso destructivo, sino más bien como generadora de sentimientos de individuación, alteridad y cohesión. La confrontación es una operación necesaria que marca un tipo de vínculo entre padres e hijos basado en el reconocimiento mutuo, que sin duda temporalmente generará un clima de malestar y cuyos beneficios se constatarán de manera indirecta y no inmediata.

Blos (1981), aprecia la importancia de la confrontación o conflicto generacional y la distingue de “brecha”, que el adolescente usa como pretexto o estandarte de distanciamiento prolongado gracias al cual los conflictos interiores y el desapego emocional son reemplazados por las separaciones espaciales e ideológicas. En ella se está evitando el conflicto por lo que tiene lugar una detención. En el conflicto en cambio se tiende a la individuación y a la diferenciación “muchos jóvenes portan su crisis de identidad como un emblema de honor que les confiere inmunidad diplomática en el territorio de los adultos”. Resolver el conflicto generacional es la tarea normativa de la adolescencia, sin el no habría reestructuración psíquica. Este conflicto se genera por la desvinculación gradual de lo antiguo y un acercamiento a lo nuevo, y no se resuelve en la modificación de la estructura psíquica sino a través de una transacción entre las instancias psíquicas. (yo, superyo, ideal del yo) El yo va adquiriendo autonomía ante la supremacía superyoica gracias a la estabilización en la autoestima, la capacidad cognitiva y un abanico de valores con lo que logra trascender la ética familiar. Este conflicto no se vive sin cierta tensión, sin una dosis de angustia y/o depresión.

10.-Fluctuaciones del humor y del estado de ánimo.

La frecuencia y la intensidad con que el chico usa los mecanismos de introyección y proyección, le imponen cambios bruscos en su estado de ánimo, así vemos que va de la depresión a la manía o viceversa, con una rapidez evidente. Los sentimientos de ansiedad y depresión acompañaran siempre el proceso identificatorio.

En el adolescente persiste una ambivalencia de sus emociones, que van de la omnipotencia a la impotencia, de la certeza a la incertidumbre, de la plenitud al vacío, de la soberbia a la inocencia como bien lo hace notar Alicira Trilnik (en Rother Hornstein, 2007)

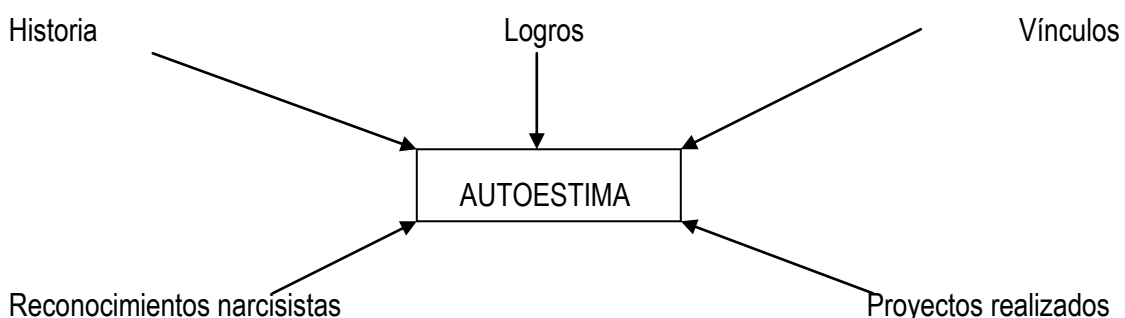
Para tener una visión mas fiel del perfil adolescente es necesario recordar que durante este periodo de transición también esta en juego la constitución de la identidad . La noción de identidad remite al narcisismo, al investimento libidinal de sí o autoestima, positiva o negativa y a los conflictos identificatorios. La identidad es un sentimiento conciente que recubre lo aprehendido , mientras que las identificaciones son las que designan en lo profundo el proceso inconsciente; la primera se construye sobre los cimientos de las segundas que la sostienen ante cada nuevo acontecimiento. Ladame ,(2001).

1.3 Narcisismo y autoestima.

Autoestima comprende por un lado la calidad de lo propio “auto” y por otro estimar proviene del latín *aestimare* que tiene dos acepciones una remite al afecto (apreciar, valorar, reconocer el éxito) y otra al juicio (creer, juzgar, evaluar).

De ahí se comprende que la autoestima remita a dos significados: a la conciencia de una persona respecto de sí y a la vivencia del propio valor respecto de un sistema de ideales que puede ser vivenciado como positivo incluyendo valores como inteligencia, orgullo, vitalidad, etc., o negativo con sentimientos como culpa, vergüenza, inferioridad, debilidad, etc.

El siguiente esquema muestra todo aquello que afecta directamente a la autoestima.



La autoestima proviene de la historia del sujeto, del narcisismo infantil, de las realizaciones acordes al ideal, es decir los logros propios, y de la posibilidad de alcanzar y compartir proyectos individuales o colectivos (Hornstein L., 2006).

Hablar de narcisismo infantil es hacer alusión a una etapa primaria de la constitución del yo, en la que predomina la indiscriminación entre el yo y los otros y a la vivencia de perfección, de hiperestimación de sí mismo. (Bleichmar, 1988).

El sujeto comienza tomándose a sí mismo, a su propio cuerpo como objeto de amor, el yo es investido libidinalmente. Facetas de ésta investidura libidinal del yo en el narcisismo infantil, Freud las encuentra en la sobreestimación que los niños otorgan al poder de sus deseos, de sus actos, de las palabras, a la omnipotencia de sus pensamientos y a la credibilidad en la magia.

Este narcisismo se ve a su vez fortalecido por la imagen que los padres le otorgan a su hijo, lo miran lleno de virtudes y sin defectos, le proyectan que será él quien cumplirá los sueños y los deseos que ellos no pudieron realizar. El narcisismo entonces conlleva invariablemente a la idealización e hiperestimación.

En la adolescencia el yo ideal es el portador de todas aquellas perfecciones de la infancia, sobre él recae ahora el amor de sí mismo del que gozó en la niñez el yo real. Pero nadie se resigna a perder la hiperestimación, perfección narcisista de la infancia, y nos empeñamos en recobrarla en la forma del ideal del yo. El superyo, heredero de la influencia crítica de los padres y de la sociedad, es la instancia psíquica encargada de medir y comparar al yo actual con el ideal del yo.

Es necesario resaltar que el ideal del yo no solo tiene un componente individual también tiene otro familiar y social. Este componente cobra especial relevancia en los adolescentes, porque ante la pérdida de la hiperestimación familiar, se ven en la urgente necesidad de establecer nuevos vínculos. Según Luis Hornstein (2006), existen diferentes posiciones desde donde asignar valor a éstos vínculos.

- Tipo erótico. Su principal fuente de compensación libidinal y narcisista, proviene de las relaciones con los otros. Son vulnerables a la pérdida de amor. (la mayoría de los hombres)
- Tipo compulsivo. Está pendiente de satisfacer las demandas del superyo. Prefiere perder el amor de los objetos que transgredir sus valores éticos y estéticos. (La mayoría de las mujeres).
- Tipo narcisista. Posee un narcisismo armónico entre las ambiciones, los talentos, las habilidades y el ideal del yo.

La autoestima es regulada de tal modo por la libido narcisista, que la elevan a la satisfacción pulsional aceptable para el ideal, la sublimación y la imagen de un cuerpo saludable.

Por otro lado la acosan la pérdida de fuentes de amor, las presiones superyoicas desmesuradas, la incapacidad de satisfacer las expectativas del ideal del yo y las enfermedades o cambios corporales no deseados, tal como puede suceder en la adolescencia. Bleichmar (1988), advierte que la baja autoestima, ya sea por la pérdida del objeto elegido narcisísticamente o por pérdida del yo ideal puede llevar a la depresión.

1.4 Trayecto identificatorio

“Para que pueda ser he de ser otro, salir de mi, buscame entre los otros,
los otros que no son si yo no existo, los otros que me dan plena existencia”

Piera. Aulagnier

La identificación primaria es de alguna manera apropiarse del objeto y el proceso identificatorio implica una renuncia a aquellos objetos que en los primeros años fueron los soportes relacionales, nótese que no se habla de identificación como una posición o posesión que se conquista de una vez y para siempre, ya que no hay identificación estática sino trayecto identificatorio que dura lo que dura la vida. Hornstein, (2006)

El adolescente desea ser él mismo, necesita ser su propio constructor, ser quien elija a sus otros significativos, a sus modelos, a sus compañeros y compañeras de vida. Construye su propia historia con ladrillos que toma de la relación con éstos nuevos objetos, con los que se identifica e intenta liberarse de la dependencia que mantenía con los objetos parentales.

Pero la independencia nunca se alcanza totalmente como ya lo han reiterado varios psicoanalistas, Winnicott, Aulagnier o Hornstein, quienes coinciden en que en la búsqueda por su identidad el adolescente esta escribiendo su autobiografía y en ella los modelos identificatorios, que suscitan la salida a la exogamia, son tan significativos como los primeros encarnados en los objetos primarios. Al escribir su obra, en que se juega su subjetividad, necesita contar con anclajes identificatorios que conserven su relación con el “yo era” e impulsen la búsqueda del “yo seré”, pero sobre todo que le brinden la certeza de que es autor de su propia obra en un “yo soy”.

Al asirse y desasirse de modelos identificatorios dentro y fuera de la familia, se esta aludiendo al proceso de desidentificación y reidentificación, proceso que puede generarle al joven confusión,

dolor o culpa. Es pertinente aclarar que la desidentificación puede vivirse en cualquier etapa de la vida, pero en la adolescencia en particular es más turbulenta, porque en ella es liberada la pulsión de muerte, que puede tener dos destinos, uno ligarse a otras identificaciones y quedar ligada al superyo, en una vuelta contra el yo, o bien ligarse al yo y el ello. La primera se manifiesta en sentimientos de culpa o vergüenza y en una necesidad apremiante de castigo, porque esta desidentificación es vivida en el joven, y en especial en sus padres, como que si se “mata” la tradición o la cultura de la que son portadores..

Ladame (2001), estima que el “lugar” psíquico de las identificaciones es determinante para las reorganizaciones de la pubertad. Deriva de algunas formulaciones freudianas, planteadas en “*El Malestar en la cultura*” y en “*Psicología de la masas y análisis del yo*”, que los modelos identificatorios pueden ser devenidos *yo*, *superyó* o *ideal del yo*. En el *yo* ubica aquellas identificaciones tipo rebaño que reposan sobre un sentimiento de masa y de comunidad y están en relación dinámica con los padres edípicos ;en el *superyo* liga identificaciones que tienen lugar en la latencia como producto del declinamiento del complejo de Edipo e implican el abandono de los lazos incestuosos y en el *ideal del yo* se oculta la primera y más significativa identificación del individuo, aquella con el padre (termino que abarca a la pareja parental) de la prehistoria personal. Aquellos “seres superiores” a los que hace referencia Freud, omnipotentes, omniscientes, perfectos y que es necesario dar muerte simbólica para “recibirlos en nosotros mismos”

Rodulfo (1988), también señala que para acabar de nombrarse como “Yo soy ”, el adolescente debe elaborar dos muertes, la primera (alude a las identificaciones situadas en el “yo”) ,evoca la muerte del niño que debió ser, aquel que remite al “lugar del Yo Ideal del que pre-tendera zafarse”, movimiento que lo orientará al establecimiento de un ideal propio, o sea al Ideal del Yo. Debe emprender una lucha por sentirse real, lucha imaginaria entre los ideales, los de los otros y los propios.

Al igual que Winnicott considera que se debe enfrentar una segunda muerte, (identificación que tiene lugar en el ideal del yo) aquella que se refiere al asesinato del padre. Si en el movimiento de separación en la niñez aparecen fantasías de muerte, propias de la fase edípica, en la adolescencia esta fantasía es de asesinato, que no es ninguna acción literal sino una operación psíquica fundamental. Para esquematizarlo Winnicott (1971) echa mano de “El rey del castillo” tantas veces representado en cuentos, obras, películas y hasta en videojuegos; donde el juego tiene como fin el asesinato del monarca y la coronación de quien le da muerte. Si se traduce esta batalla al lenguaje

inconsciente la lectura sería: el pasaje de niño a adulto se logra sobre el cadáver de un adulto.

En palabras de Winnicott, (1971): "Crecer significa ocupar el lugar del padre. Y lo significa de veras. En la fantasía inconsciente, el crecimiento es intrínsecamente un acto agresivo". Es decir ésta sustitución, éste parricidio simbólico es un acto que, desde el inconsciente, para el adolescente tiene una connotación agresiva que promueve el encuentro con su potencialidad y vitalidad, de aquí en adelante la agresividad va a jugar un papel importante en la separación simbólica, en la medida que hay corte hay diferenciación y el otro se vuelve real y externo. Solo cuando la agresividad falla surge la agresión.

Si los adultos permiten a los adolescentes ser ellos mismos, deben estar preparados para aceptar el riesgo de que en esa búsqueda también se encontraran con la agresividad y destructividad que existe en ellos. Si se les concede la libertad de ser "por derecho propio" la crítica a los errores de los padres será desmedida y buscaran responsabilizarlos incluso cuando no lo son, pero si éstos se logran sostener, la madurez y la calma llegarán inevitablemente.

Los padres autoritarios que no entienden el sufrimiento de los hijos, que no ceden el protagonismo e insisten en dar prioridad a sus conflictos matrimoniales, familiares o laborales acaban por convertir a sus hijos en meros espectadores, posicionados ahí incrementan su temor a desprenderse y sofocan su deseo de crecer. El riesgo está en que el padre que no se deja sustituir mata la función paterna. En el otro extremo se sitúan los padres en exceso permisivos, que en un afán por que los hijos no "sufran" les conceden y permiten todo. Sin embargo es de vital importancia que los padres no abduquen, que sobrevivan a los embates, ya que si delegan la responsabilidad antes de tiempo, pierde sentido la rebelión, la lucha por alcanzar la madurez y con ello se pierde la capacidad imaginativa. El hijo adolescente entonces no pugna por ganarse un lugar ya que solo encuentra un lugar perdido o vacío, solo si lucha, si "se atreve" a ocupar el lugar del padre recibirá el don de la paternidad.

Si el padre abdica el chico no tiene más remedio que convertirse en un dictador o un adulto prematuro. Winnicott, (1971). O bien puede experimentar una especie de "vacío identificador," (término acuñado por Ladame, 2001) por lo que busca aferrarse a aquello que cree lo protegerá de la incertidumbre, refugiándose transitoriamente en un ideal del yo exterior a él, al cual se somete o sacrifica. Tal sometimiento puede expresarse en una desmedida pasión amorosa, en la idolatría de un personaje, en la adopción extrema a una ideología o sistema de creencias.

El vagabundeo, la promiscuidad sexual con el inicio prematuro de las relaciones sexuales, las adicciones, las conductas de violencia, las actuaciones delictivas para impedir que surja ese sentimiento de vacío y soledad son intentos de salida, fallida, de la familia a la cultura sobre todo cuando no hay continencia parental. Quiroga, (2007).

Si hubo continencia familiar la búsqueda de proyectos continúa funcionando y por lo tanto el proceso identificatorio sigue teniendo la vitalidad que ahuyenta el peligro, solo restará saber cuál de sus identificaciones se transformarán en un ideal del Yo adulto normal.

Bowlby (1969 citado por Hornstein,2003) se pronuncia en ese sentido y afirma que si un sujeto transitó por vivencias de amparo y apego tendrá más recursos que aquel que vivió sumergido en el desapego. Si es así le será aun mas difícil elaborar heridas narcisistas, la alteridad, la diferencia de los sexos y de las generaciones. Si no cuenta con un contexto estable puede sufrir todos los trastornos derivados de las dificultades para la integración, la personalización y para la creación de ideales capaces de sostener un proyecto.

Gracias al estudio de los procesos de transformación característicos del adolescente, que se han analizado a lo largo de éste capítulo, se ha logrado descifrar que su actitud combativa y a veces agresiva es efecto de una independencia incipiente, que su ambivalencia es reflejo de mecanismos de introyección y proyección, que la inestabilidad de su autoestima es producto de heridas narcisistas y que la adopción casi absoluta de creencias o la integración a una "tribu" en particular obedece a la necesidad de contar con anclajes identificatorios.

Se ha hecho énfasis en la fecundidad pero también en la vulnerabilidad intrínseca de ésta etapa, vulnerabilidad que radica en que las estructuras psíquicas no están del todo constituidas y a que el aparato anímico aun es dependiente del contexto familiar y social. Es un hecho que el contexto puede impulsar éstos procesos pero también puede lentificarlos, desviarlos o incluso hasta inhibirlos, lo que podría desembocar en una depresión. Para identificarla y afrontar sus efectos es necesario conocerla, por lo que en el capítulo siguiente se describen sus síntomas, sus causas y su incidencia en la población adolescente mexicana.

Capítulo 2

LA DEPRESION

2.1 Definición

Con mayor frecuencia de lo que desearíamos escuchamos en reuniones familiares, en salas de maestros, en consultorios no solo de psicólogos o psiquiatras, también de médicos familiares, gastroenterólogos, cardiólogos y hasta pediatras, el diagnóstico de depresión. Se ha hablado de ella como “el mal del siglo”, como la “epidemia psicobiológica” que se propaga de manera alarmante en la sociedad contemporánea.

La depresión no se constriñe a un síntoma, como la tristeza, tampoco es una enfermedad que puede curarse solo con medicación, es un síndrome que afecta tanto al cuerpo como al psiquismo y trastorna el funcionamiento social, laboral e interpersonal de quien la padece. Suelen desencadenarla acontecimientos que implican la pérdida de una imagen de sí mismo, de un persona amada o de una posición laboral o social. La magnitud del daño ante tales pérdidas suele ser mas profunda si se asocia a humillación o indefensión. Paradójicamente la depresión también puede ser provocada por cambios positivos como tener un hijo, formar una pareja, ascender de puesto o jubilarse (Hornstein, 2006).

En la clínica cobra especial relevancia diferenciar la depresión que se presenta en los adultos, de aquella que se diagnostica en niños o adolescentes. Según Nissen (citado en Ajuriaguerra, 1983 .) los síntomas que frecuentemente presentan los niños o adolescentes deprimidos son: dificultad para establecer contacto o para pedir ayuda, angustia, inhibición, incertidumbre, agresividad, enuresis e insomnio.

Por su experiencia Anthony (en Ajuriaguerra , 1983) advierte que en la depresión adolescente prevalecen : relaciones de objeto de tipo narcisista, conflictos por ambivalencia, disminución de la autoestima e impotencia del yo. Sugiere que la depresión en el período adolescente puede ser de dos tipos, dependiendo del momento del desarrollo psíquico: pre-edipiana, porque proviene de una relación simbiótica con una madre omnipotente y donde el conflicto se sitúa entre el yo y el ideal del yo. O edipiana, donde la supremacía de un superyo severo despierta fuertes sentimientos de culpabilidad y donde la desidealización de los padres genera un sin fin de autorreproches.

Sandler y Joffe (en Ajuriaguerra,1983) observan que cuando los chicos fracasan en su proceso de individualización suelen reaccionar con depresión.

2.2 Clasificación

En la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10), se describe a las depresiones como trastornos del humor que, en niños y adolescentes, tienden a ser recurrentes y su inicio se asocia a traumas psicológicos o acontecimientos estresantes.

Los trastornos del humor son:

Episodio depresivo

- ✓ Sus síntomas son: pérdida de la capacidad de interesarse y disfrutar, disminución de la vitalidad, la atención y la concentración, cansancio exagerado, pérdida de apetito, trastorno del sueño, pérdida de la confianza en sí mismo, disminución de la autoestima, ideas de culpa e inutilidad, pesimismo ante el futuro e ideación o conducta suicida
- ✓ Las formas atípicas son frecuentes en los adolescentes, en ellas predomina la ansiedad, el malestar y la agitación psicomotriz. La alteración en la afectividad puede expresarse en irritabilidad, comportamiento histriónico, consumo de alcohol, fobias, síntomas obsesivos o preocupaciones hipocondríacas.
- ✓ Especialmente se deben atender sus cambios de peso, ya que tienden a somatizar sufriendo de gastritis, hipertensión, bulimia o anorexia.
- ✓ El episodio puede ser leve, moderado o grave, siendo el nivel de actividad social y laboral muy útil para determinar su gravedad.
- ✓ En el DSM IV se considera *Trastorno Depresivo Mayor* a un episodio depresivo presente al menos durante dos semanas y en el que aparece un descenso del humor y una combinación de síntomas que incluyen: tristeza, desesperanza, ansiedad, irritabilidad, aburrimiento, disminución en la capacidad para disfrutar, estudiar y trabajar. (Gómez, Palacios y De la Peña, 2006).
- ✓ La evolución de un episodio depresivo mayor es de cinco a seis meses sin tratamiento y puede llegar a ser crónico.

Trastorno Bipolar

- ✓ Se le conocía como enfermedad maníaco depresiva y se presenta en 1 de cada 100 personas.
- ✓ Se caracteriza por presentar episodios extremos de alegría vs. Tristeza. Los episodios de alegría pueden ser maníacos (tipo I) o hipomaníacos (tipo II). La manía provoca un deterioro en las actividades escolares, laborales y sociales, pueden presentarse ideas delirantes o

alucinaciones. En la hipomanía se observa un estado de ánimo elevado expansivo o irritable .

- ✓ La fase maníaca puede durar días o meses y presenta los siguientes síntomas: Elevación del estado de ánimo, hiperactividad, incremento de la energía, falta de autocontrol, delirios de grandeza, creencia en habilidades especiales, comportamientos precipitados, gastos compulsivos, poca necesidad de sueño, promiscuidad sexual y excesos de comida, bebida o drogas.
- ✓ El trastorno bipolar tipo I se caracteriza porque se presenta un episodio maníaco completo y la fase depresiva suele ser prelude de la manía. Es más grave que el de tipo II ya que provoca un deterioro más marcado en las relaciones interpersonales. En ocasiones se acompaña de síntomas psicóticos y puede requerir hospitalización. Aparece regularmente antes de los 30 años. (Gómez , Palacios y De la Peña, 2006)
- ✓ En el trastorno bipolar tipo II no se presenta un episodio maníaco completo, pero si de hipomanía y al menos un episodio de depresión mayor.
- ✓ Generalmente se observa una recuperación completa entre los dos episodios. La incidencia en ambos sexos suele ser mas parecida que en otros trastornos afectivos.

Trastorno depresivo recurrente

- ✓ A diferencia del trastorno bipolar no suelen presentarse episodios de exaltación del estado de ánimo o aumento de la vitalidad.
- ✓ Se asocia a los conceptos anteriores de melancolía y depresión endógena.
La depresión endógena alude a la depresión de mayor gravedad con intensos sentimientos de culpa, pérdida del interés , síntomas vegetativos y oscilación diurna del estado de ánimo entre otros.

Trastornos del humor persistente

➤ Ciclotimia.

- ✓ Suele ser la secuela de un trastorno bipolar II, igual gravedad en los síntomas pero se presentan por periodos mas breves.
- ✓ Se caracteriza por una inestabilidad persistente del ánimo y se manifiesta en periodos de depresión y euforia leve
- ✓ La inestabilidad se refleja en la historia escolar o laboral, en separaciones frecuentes con la pareja y en el consumo de alcohol o drogas.

- ✓ La CIE 10 especifica que con frecuencia se diagnóstica en familiares de pacientes bipolares.
- Distimia
 - ✓ Significa “mal genio”. Anteriormente se le describía como depresión neurótica y suele confundirse con depresión mayor, pero se diferencia en que la gravedad de los síntomas es menor y no hay alternancia de episodios.
 - ✓ Tiene inicio insidioso en la infancia o en la adolescencia
 - ✓ Los síntomas que contempla el DSM IV son insomnio, fatiga, dificultad de concentración, baja autoestima, pérdida de interés, pesimismo, retraimiento social, culpa, irritabilidad excesiva, disminución en las actividades cotidianas.

El componente genético es mas importante en el trastorno bipolar 1 que en el trastorno depresivo mayor. Con frecuencia se ve implicado el desequilibrio y mal funcionamiento de neurotransmisores específicamente serotonina y dopamina. (Gómez et al. , 2006)

La vulnerabilidad genética asociada a acontecimientos estresantes, a las características del entorno familiar y social y a la configuración subjetiva contribuyen a precipitar una depresión.

González-Forteza et al. (2008) y De la Peña, Estrada, Almeida y Paez (1999) , han identificado a la depresión como una de las patologías mas frecuentes en adolescentes. De la Peña y colaboradores de acuerdo a los resultados obtenidos en un estudio realizado a estudiantes de secundaria de la ciudad de México, señalaron que el trastorno depresivo mayor (12.5%) y el trastorno distímico (7.5%) fueron las patologías mas comunes. El 70% de los jóvenes con trastorno distímico de inicio temprano , tenían un trastorno depresivo mayor concomitante, el 50% presento además algún otro trastorno como ansiedad (40%) Trastorno de Déficit de la Atención (TDA) (24%) o fobias (2.5%).

De acuerdo con Dallal y Castillo (2000, citado por Pardo et al., 2004) para diagnosticar y pronosticar en los adolescentes un episodio depresivo se deben considerar:

- Forma y gravedad del episodio depresivo.
- Funcionalidad del joven en su medio y las actividades que realiza.
- Conciencia del trastorno.
- Capacidad para enfrentar los contenidos depresivos.
- Alcance del apoyo familiar.
- Calidad de las relaciones con sus pares.
- Recursos sociales.

2.3 Epidemiología

La Organización Mundial de la Salud (1996) publicó que la depresión afecta a 121 millones de individuos en el mundo y pronostica que en el año 2020 será la segunda causa de muerte y discapacidad a escala mundial, después de las cardiopatías.

Durante 2009 el Instituto Nacional de Psiquiatría "Ramón de la Fuente Muñiz" (INPRF) diagnosticó a 5 mil 811 nuevos pacientes que sufren enfermedades mentales, siendo el episodio depresivo el trastorno más recurrente. Se estima que dos millones de mexicanos han padecido un episodio de depresión durante la infancia o la adolescencia y tienen en promedio siete episodios a lo largo de su vida.

Aunque la prevalencia de la depresión a corta edad es menor que en otros países, como EU por ejemplo, resulta alarmante la proporción tan baja de los jóvenes deprimidos que reciben atención. (González-Forteza, Borges, Gómez y Jiménez, 1996). Se ha observado que cuando la depresión se presenta a edades tempranas, los jóvenes se tardan aproximadamente 10 años en solicitar atención, en cambio los adultos buscan tratamiento después de un año o máximo año y medio. Además los prejuicios que existen en nuestro país hacia los trastornos mentales influyen en que no busquen ayuda y si lo hacen los servicios de salud demoran en proporcionarles la atención. (González-Forteza, Salí, Quezadas y Jiménez, 2008).

Como resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica, aplicada en México entre 2001 y 2002, se detectó que el 8.4% de los mexicanos ha sufrido por lo menos un episodio de depresión mayor alrededor de los 24 años.

Tres de cada 10 mexicanos padecen alguna enfermedad mental, aunque generalmente no lo saben, aseguró el coordinador del Servicio de Psiquiatría del Hospital General de Occidente Jaime Orozco Ibarra (www.reforma.com consultado el 5 de diciembre de 2010). Aseveró que dentro de este grupo de patologías, las más comunes son la ansiedad y la depresión, las cuales generalmente son ocasionadas por las presiones a las que se enfrenta la sociedad actual, tales como excesivas cargas de trabajo, dificultad de proveerse de condiciones básicas para el buen vivir, exposición a eventos desagradables familiares o sociales.

El estudio de la depresión en los adolescentes es relevante no solo por el sufrimiento en el que los sume sino también porque es la edad en que se definen la formación académica, laboral, el comienzo de la vida sexual y la elección de la pareja.

Kandel y Davies sugieren que aquellas personas que padecen depresión en la infancia o la adolescencia presentan vulnerabilidad en la vida adulta que se ve reflejada en menos amistades, menos redes de apoyo, mayor estrés y menor alcance educacional ocupacional y económico (Benjet, Borges, Medina-Mora, Fleiz-Bautista, Zambrano, 2004).

En la investigación publicada como *Adolescencia y Depresión* de Pardo et al. (2004), se estudió la interrelación entre estrés, ansiedad y depresión y sus implicaciones en el diagnóstico diferencial de la depresión adolescente. Se advierte que la depresión mayor ha tenido como consecuencias el aumento de la tasa de suicidios y homicidios, el incremento en la violencia y en el consumo de drogas, lo que repercute en la disminución de la actividad productiva y el incremento de los costos en salud pública.

En la Encuesta Mexicana de Salud Mental Adolescente (Borges G, Medina Mora M. E, 2009) aplicada durante 2001 y 2002 a chicos y chicas entre los 12 y 17 años residentes en la zona metropolitana, se encontraron diferencias de género en cuanto a la prevalencia de trastornos psiquiátricos, a su gravedad y a la edad de inicio. Los trastornos individuales más frecuentes en ambos sexos fueron las fobias específicas y la fobia social, las diferencias se detectaron en la prevalencia de otros trastornos. En las mujeres se presentan en primer orden la depresión mayor, seguida por trastorno negativista desafiante, agorafobia y ansiedad por separación; mientras que en los varones los que se reportan con mayor frecuencia son el trastorno negativista desafiante, abuso de alcohol y trastorno disocial. Los trastornos que aparecieron a más corta edad (11 años) fueron los de ansiedad, seguidos por los de ánimo e impulsividad.

Varias investigaciones (González-Forteza et al. 1996), (González-Forteza y Andrade, 1993) coinciden en que las adolescentes tienen una prevalencia más alta (18 %) que los varones (14,4%) en la presencia de malestar depresivo, lo que sugiere que esta etapa resulta de mayor vulnerabilidad para ellas. Los hallazgos de Benjet et al. (2004) concuerdan con ello, según los resultados de sus investigaciones las adolescentes presentaron mayor ideación e intento suicida.

Los resultados de investigaciones como las citadas reflejan que la creciente incidencia del fenómeno depresivo es un problema de salud pública que requiere de mayores esfuerzos para prevenir oportunamente su aparición en la población adolescente. Una medida pertinente sería dar a conocer, dentro del ámbito familiar y escolar, los criterios diagnósticos del síndrome depresivo, que a continuación se incluirán, para diferenciarlo de las manifestaciones propias de la crisis evolutiva característica de esta etapa de la vida (revisadas en el capítulo anterior).

2.4 Causas psicológicas de la depresión.

Enfoque psicoanalítico

En cuanto al origen de estos trastornos es posible que exista una predisposición biológica que aunada a otros factores como el carácter, las tensiones diarias o conflictos vinculares pueden precipitarlos. No se debe perder de vista que las causas de los trastornos mentales generalmente incluyen una combinación de factores genéticos, psicológicos y ambientales, de ahí que el tratamiento deba ser integral, debe abarcar el campo biológico, psicológico y social. (Hornstein, 2006)

El psicoanalista Luis Hornstein (2006) quien preside la Fundación para la Investigación de la Depresión, describe al depresivo como un agobiado en busca de estímulo, agobio que se expresa en la temporalidad : “no tengo futuro”; en la motivación : “no tengo fuerzas” y en el valor: “no valgo nada”. En su práctica ha observado que los motivos de consulta por depresión generalmente se centran en tres bloques:

- Estados de ánimo y afectividad tales como: tristeza, baja autoestima, autorreproches, pérdida de placer e interés, sensación de vacío, apatía, ansiedad, tensión e irritabilidad.
- Pensamiento en las que se experimentarían : concentración disminuida, indecisión, culpa, pesimismo, crisis de ideales y valores hasta pensamientos suicidas.
- Manifestaciones somáticas principalmente: insomnio, hipersomnia, aumento o disminución de apetito o del deseo sexual, dolores corporales y síntomas viscerales. (gastrointestinales y cardiovasculares).

Bleichmar (1988) destaca que el término depresión suele tener dos acepciones, una que se utiliza coloquialmente y solo considera el *estado afectivo*, es decir la tristeza (de ahí que se inscriba a la depresión dentro de los trastornos del humor). Sin embargo la tristeza puede no estar presente, tal como sucede en la depresión ansiosa donde predomina mas bien la agitación psicomotriz. Como en la depresión agitada aun no se asume al objeto como perdido, el sujeto se siente ansioso y desesperado , solo mas tarde, cuando ya se ha perdido la esperanza de recuperarlo, surge la inhibición. Ya Freud (1917), había subrayado la diferencia entre la ansiedad y el dolor del duelo: en la primera se teme perder al objeto, en el segundo ya se da por perdido.

La otra acepción hace referencia al *cuadro clínico* que abarca síntomas que van desde la tristeza, la inhibición, los autorreproches, hasta los cambios en las funciones cognitivas, vegetativas (sueño, apetito, actividad sexual) y en el lenguaje.

Distingue que la *tristeza* es la manifestación dolorosa ante la frustración, el *llanto* es el intento regresivo de obtener lo deseado (a la que se recurre por ser una práctica común en la niñez), la *inhibición* es la renuncia ante la imposibilidad de recuperar el objeto amado y perdido y el *autorreproche* la respuesta agresiva que se vuelve contra sí mismo ante la frustración del deseo. Llama la atención que en la inhibición depresiva no solo se pierde la motivación por recuperar el objeto deseado sino que se extiende a otros objetos, esto se debe a que la persona está fijada a él, todo su mundo gira alrededor de él.

Cuando Bleichmar (1988), habla del autorreproche como respuesta, hace notar que éste sobreviene como consecuencia del sentimiento de culpa por creer que se ha agredido a alguien. Advierte que también puede ser producto de que la persona se sienta incapaz, débil, fea, etc., y por lo tanto sea la respuesta agresiva a la frustración por no cumplir con el yo ideal, es también una manifestación de la autoagresión.

Para esquematizar el embate depresivo retoma las observaciones de Bowlby sobre las tres fases por las que atraviesa el bebé ante la pérdida de su madre: primero surge la protesta, el pequeño llora, se agita, luego la desesperanza y por último el desapego. De igual manera el adulto transita por las mismas fases: primero aparece la negación de que alguien o algo se ha perdido, persiste el rechazo y sobretodo el llanto no solo como expresión de la pena, también como llamado, cuando más tarde se pierde la esperanza porque se presiente al objeto como irremediamente perdido, se manifiesta la inhibición depresiva que se expresa como lentitud o en casos extremos como anulación en la motilidad, la percepción, la ideación y la afectividad, además le suelen agobiar autorreproches, hasta que por último sobreviene el desapego emocional y la búsqueda de nuevos objetos.

Desde la perspectiva psicoanalítica la pérdida de objeto es la condición de la depresión y su esencia no está en la tristeza, ni en las ideas ligadas a ella, (lo que se conoce como su estructura cognitivo-afectiva), sino más bien en la imposibilidad de la realización de un deseo con el que se alcanza un ideal. Es decir cuando se vive como inalcanzable algo anhelado, que puede ser el reconocimiento de los padres, la presencia del ser amado, ser el Yo ideal, etc., la persona se siente arruinada, fracasada, inferior, abandonada o culpable.

Bleichmar (1988) pone énfasis en que “la depresión corresponde a una *condición*, la pérdida de objeto, y constituye un *estado* en que se vive al deseo como irrealizable”. De acuerdo a ello las depresiones se clasificarían en tres tipos:

- La depresión narcisista. En ella el sujeto busca la perfección ya sea en sí mismo o en la persona amada (elección narcisista de objeto), pero si no lo logra se despiertan en él sentimientos de inferioridad y caída de la autoestima. Para que una persona se sienta estimada o admirada aspira a ser bella, inteligente, rica, bondadosa o cualquier otro atributo construido como ideal de perfección, pero al no alcanzarlo no puede amarse a sí misma porque ha dejado de ser su ideal y ha perdido el amor del Superyo. El sujeto se identifica con el negativo del Yo Ideal, es decir con la antítesis de todos aquellos valiosos atributos. Lo que caracteriza a la elección narcisista de objeto (Freud, 1914) es que se elige a la persona amada a imagen y semejanza del yo o para elevar la autoestima. En cuanto a la primera circunstancia se elige conforme a cómo es el sujeto, cómo fue, cómo quisiera ser o conforme un lugar que ocupó frente a otro, por ejemplo: un hijo para la madre. En cuanto a la segunda se busca en la pareja la completud, la perfección o la omnipotencia.
- La depresión culposa. Es aquella en la que se anhela el bienestar del ser amado, pero como la persona se ha identificado con padres culposos o ha construido ideales de “no agresión” muy elevados, ante cualquier actitud se siente mala o violenta por haber dañado al ser amado, consecuentemente la acosan sentimientos de culpabilidad. Como puede advertirse tanto la depresión culposa como la narcisista dependen de la estructura del Superyo, cuando éste se ha construido ideales muy elevados se torna muy severo y tolera con dificultad las transgresiones. Este tipo de depresión fue descrita especialmente por Melanie Klein (en Meltzer, 1998) y sus seguidores, quienes formulan que como efecto de la ambivalencia de los sentimientos del niño hacia sus progenitores, por los impulsos agresivos que dirige hacia ellos, surge en él una ansiedad persecutoria de la que intenta huir reparando el daño por lo que cree ha roto o robado. Tal *reparación* es considerada el principal mecanismo depresivo, que tiene un efecto neutralizante y unificante de todo aquello que ha sido proyectado o escindido (bueno – malo) dentro de sí. Si a pesar del sufrimiento por la soledad y el dolor que produce la

separación de los objetos parentales, se alcanza a completar la tarea de reparación , se estará preparado para superar el egocentrismo y reconocer el amor de los padres. De tal suerte que como efecto de la maduración se alcanza el umbral de la posición depresiva al lograr la síntesis de dos objetos parciales en un objeto total donde convergen amor y odio.

- El duelo normal. Cuando el ideal de que el ser amado este presente, sano o feliz, sea “anormalmente elevado” y por lo tanto inalcanzable se cae en un duelo normal. Ocurre cuando al objeto amado se le vive , real o fantaseadamente, como enfermo, infeliz o irremediamente ausente. El ejemplo mas claro es el duelo por la muerte de un ser querido, el ideal elevado reside en que inconscientemente se le anhela inmortal. A diferencia de las otras depresiones no se presentan sentimientos de inferioridad o culpabilidad. De igual forma el duelo por la infancia perdida, vivido en la adolescencia, es considerado normal.

2.5 Suicidio en adolescentes

El suicidio en México se ubica entre la tercera y quinta causa de muerte en la población juvenil de 15 a 24 años; la primera son los accidentes, principalmente de tráfico y la segunda las lesiones intencionadas. Sin embargo las muertes por suicidio en las últimas dos décadas aumentaron casi al doble: de 3.5 por cada mil en 1980 a 6.7 en 2007. (Conapo)

A pesar de ello el suicidio es poco relevante para la mayoría de la población, solo recientemente ha impactado el fenómeno llamado bullying, quizás porque involucra a estudiantes de secundaria e incluso de primaria . El bullying o acoso escolar se manifiesta en todas aquellas actitudes agresivas intencionadas, repetidas e irracionales que son adoptadas por uno o mas estudiantes en contra de otro. Esta intimidación básicamente se expresa en una exclusión social pero también suele ser física, sexual, psicológica y hasta por internet. De acuerdo a lo publicado por la Fundación en Movimiento (www.fundaciónenmovimiento.org.mx consultado el 20 de marzo de 2011) 65% de los niños y las niñas en edad escolar han declarado haberlo sufrido. En el 2009 se reportaron 4 suicidios de jóvenes víctimas de tal intimidación, pero en 2010 ascendieron a 190 .

En casi todo el mundo los hombres se suicidan en mayor número que las mujeres (tres por una) aunque las mujeres lo intentan mas. Otra diferencia de género estriba en los métodos utilizados los hombres usan las armas de fuego y el ahorcamiento; las mujeres optan por las sustancias sólidas o líquidas. (González- Forteza et al., 1999).

En nuestro país es difícil conocer con precisión las cifras sobre intento suicida ya que solo resultan confiables las que se refieren a suicidios consumados. Los reportes en cuanto a ideación e intento suicida son escasos, pero según el estudio de Medina Mora M.E. y et al. aplicado a una muestra representativa de estudiantes entre 13 y 19 años que cursaban secundaria y bachillerato en el D.F. y donde se utilizó la Escala de Ideación Suicida que consta de 4 reactivos: “No podía seguir adelante”, “Tenía pensamientos sobre la muerte” “sentía que mi familia estaría mejor si yo estuviera muerta” y “pensé en matarme”, el 36.9% tuvo pensamientos sobre la muerte, el 17.3% pensó en suicidarse y 10% presentó todos los indicadores de ideación suicida. (Citada por González- Forteza et al, 1993 y 1999).

En el CIE – 10 los intentos de suicidio y parasuicidio se clasifican como actos autoagresivos o autolesiones intencionadas. Las Lesiones Autoinfligidas Deliberadamente son comportamientos autodestructivos que van desde el gesto suicida, intento o tentativa de suicidio hasta el suicidio consumado.

En la medición de 2003 realizada por la Dra. Catalina González Forteza y et al. (2008) se encontró que 5.4% de los hombres, alumnos de secundaria llevó a cabo alguna de estas lesiones en su vida, mientras que en las mujeres la proporción fue tres veces mayor (16.0%). La diferencia disminuye en estudiantes de bachillerato, donde se observó que 6.8% de los hombres reportó lesiones, mientras que en las mujeres este porcentaje fue 2.5 veces más alto. Respecto a los motivos que los llevaron a intentarlo la mayoría reportó: sentirse solo, triste o deprimido, tener problemas familiares, personales o con la pareja. Los métodos más usados por ambos sexos fueron los cortes en la muñeca con objetos punzocortantes y la ingestión de pastillas.

En cuanto a los factores que ponen en riesgo a los adolescentes de cometer el acto suicida, Clum y colaboradores destacan la presencia de depresión o una baja capacidad de enfrentamiento como efecto de situaciones estresantes, acompañada de incapacidad para resolver problemas y para pedir ayuda.

En la misma dirección se ha considerado significativa la conducta antisocial o agresiva. Según Gómez y Rodríguez (1997, citado por Pardo et al., 2004) el incremento en los índices de violencia en los países del tercer mundo, pueden interpretarse como la consecuencia de las condiciones socioeconómicas y políticas que generan desempleo, violencia, pobreza, falta o deficiencia en los servicios de salud.

Por otro lado Garland y Zigler destacan el desequilibrio en los neurotransmisores y predictores genéticos, abuso sexual y físico, problemas de identidad, conflictos en las preferencias sexuales, acceso a armas de fuego, desempleo y problemas escolares o laborales. (Ambos estudios citados por González-Forteza et al., 1996)

En la mayoría de los investigadores existe un consenso en que los indicadores de riesgo suicida que con mayor frecuencia han sido identificados son: trastornos psiquiátricos, conducta suicida previa, antecedentes familiares de suicidio y adicciones.

Se ha corroborado que un alto porcentaje de víctimas de suicidio había estado en tratamiento psiquiátrico por ansiedad, desórdenes de la conducta, características obsesivas e incluso por trastornos en la alimentación (anorexia o bulimia). Más del 40% de los que intentan suicidarse lo han intentado con anterioridad en varias ocasiones.

El abuso de alcohol y drogas al disminuir la inhibición puede precipitar pasar de la ideación al acto suicida. Se ha comprobado que varios adolescentes que intentaron suicidarse se encontraban intoxicados (González-Forteza et al., 1996).

Por ello cuando el adolescente que sufre de un trastorno depresivo mayor, expresa recurrentemente ideas de muerte o deseos de matarse y elabora un plan para suicidarse es urgente escucharle y atenderle. Un intento de suicidio puede ser la primera señal de una depresión que antes pasara inadvertida, frecuentemente producto de la desesperanza y desesperación que generan en él la separación, el rechazo o los conflictos interpersonales vividos en la escuela y el trabajo. Para desear matarse además de la depresión hace falta un nivel adicional de pasión y cierta capacidad para ejercer violencia sobre sí mismo. El suicidio no es producto de la pasividad sino de la acción ya que requiere energía, voluntad, además de la convicción de que el mal momento no acabara nunca. Hornstein (2006), considera que para evaluar el potencial suicida de un joven es necesario atender a las siguientes variables:

- ✓ *La edad* ya que las tentativas son más frecuentes en jóvenes menores de 35 años.
- ✓ *El género*, al advertir que los intentos son más frecuentes en las mujeres y la consumación en los varones
- ✓ *La salud*, especialmente cuando se padecen enfermedades incurables.
- ✓ *La religión*, algunas lo censuran otras lo promueven.
- ✓ *La disponibilidad de las herramientas*, desde pastillas (que son menos efectivas) hasta pistola o ahorcamiento.

- ✓ *El entorno elegido, lejos de casa es mas letal ya que las posibilidades de rescate son escasas.*

Para detectar aun con mayor precisión el riesgo de suicidio la OMS propone considerar los siguientes indicadores:

1. Ideación suicida (Esporádica Vs. Persistente)
2. Determinación (el suicidio es una posibilidad o ya ha decidido firmemente suicidarse)
3. Plan suicida (entre más desarrollado mayor el riesgo)
4. Soledad (falta de apoyo social y familiar)
5. Alcohol (limita la capacidad de autocontrol)
6. Dificultades sociales (la marginación, el desempleo, la falta de expectativas o dejar de sentirse identificados con la sociedad incrementan el riesgo)

Como se ha mencionado en algunas conductas adolescentes es necesario distinguir si se trata de una expresión propia del período evolutivo o bien de la manifestación de algún conflicto mas severo. La ideación y verbalización del suicidio no debe escapar de este análisis.

Según R. Rodolfo (Rother Hornstein et al, 2007) el joven habla de la muerte porque adquiere conciencia de la finitud. La omnipotencia y la negación propios de los adolescentes pueden considerarse como efecto de esta conciencia recién adquirida. Aunado a que son apasionados de los límites, suelen explorar sus pulsiones destructivas o autodestructivas y bordear el límite de la muerte. Por esta conciencia también les urge a hablar, escribir y fantasear con la muerte.

A ésta edad *“La muerte es un motivo literario, imaginativo no menos que el amor , fácilmente invocada”*. Lo que puede observarse en sagas como “Crepúsculo” o “Harry Potter” tan aceptadas entre los púberes y adolescentes de hoy.

En particular los adolescentes, junto con los poetas, son los más proclives a interrogarse sobre la vida y el fin de la existencia . La muerte no cesa de ser rimada y nombrada en un afán por controlar y materializar el paso del tiempo ¿o como pasatiempo? El poeta uruguayo Mario Benedetti lo plasma en su propio:

“Pasatiempo”

*“Cuando éramos niños los viejos tenían como treinta,
un charco era un océano, la muerte lisa y llana no existía.
Luego cuando muchachos los viejos eran gente de cuarenta,
un estanque un océano, la muerte solamente una palabra.*

*Ya cuando nos casamos los ancianos estaban en cincuenta,
Un lago era un océano, la muerte era la muerte de los otros.
Ahora veteranos ya le dimos alcance a la verdad,
El océano es por fin el océano, pero la muerte comienza a ser la nuestra.*

Rodulfo (1998), sugiere que los intentos de suicidio podrían interpretarse como un acto en el que el joven declara ser “propietario” de su vida, ya no es más la del niño de sus padres, como el personaje de Bella en crepúsculo, que muere como hija (humana) para perpetuarse como mujer (vampiro).

Al hablar de ideación suicida. Dolto (1998), advierte que los adolescentes que no fantasean el suicidio no son adolescentes, explica que ésta idea tiene su análogo en la fantasía infantil, aquella en la que el niño expresa sus deseos por liquidar al hermanito recién llegado. “El fantasma del suicidio verbalizado es el signo de que el adolescente debe matar en su interior a aquel en quien él piensa que se convertiría al tomar como modelo a su padre o madre”. La idea de suicidio sirve para acabar con el deseo de parecerse a modelos, es un intento por hacer desaparecer al yo ideal.

En cambio cuando un adolescente *realmente* planea suicidarse no lo habla nunca. Aparentemente está cómodo consigo mismo y parece bastarse a sí mismo, pero no acaba por entender que quien debe morir en su interior es aquel que creían que él era. Detrás de esta fachada de equilibrio está librando un duelo de la infancia tan extremo que no puede solo con ello. Generalmente toma la decisión después del abandono de su íntimo amigo, de un desengaño amoroso o bien el detonante puede ser la vergüenza por las pulsiones homosexuales que prevalecen desde la infancia. La vergüenza por sentirse homosexual, se asocia a los prejuicios o a la falta de lucidez de los adultos que dándole un sentido equivocado a la atracción y a la angustia concomitante de los jóvenes, experimentan una terrible ansiedad y culpabilidad.

Es muy frecuente que el joven antes de suicidarse escriba a sus padres una carta donde se disculpa por no haberse hecho cargo de su vida como ellos esperaban, de no hacer honor a su linaje, olvidándose de que tiene responsabilidades consigo mismo y que ello no significa necesariamente complacerlos. Se suicida justo cuando tenía que asumir la responsabilidad de vivir para sí mismo y porque confunde “dar su vida” por librar a otros de su vergüenza o de su carga, con “jugarse la vida”, propio de la capacidad de riesgo, motor de tantas acciones fecundas de los adolescentes.

En este capítulo se ha desarrollado el tema de la depresión ya que se le ha identificado como una de las patologías más frecuentes en adolescentes. Entre los indicadores psicológicos, que han sido analizados por su incidencia en este cuadro clínico, destacan: tristeza, irritabilidad, baja autoestima, disminución en la capacidad de enfrentamiento, problemas de identidad, conflictos vinculares y soledad por falta de apoyo familiar o social. Por su parte los psicoanalistas reconocen en la protesta, la desesperanza y el desapego, etapas por las que se atraviesa en las depresiones.

En casi todo adolescente se puede constatar la presencia de una o varias de estas afecciones, es común verlo pasar por periodos de protesta, de desesperanza, de irritabilidad o bien de aislamiento, tristeza y apatía, no necesariamente por estar deprimido, sino más bien por estar enfrentando y elaborando duelos normales. De nuevo cabe resaltar la importancia de discriminar oportuna y clínicamente adolecer de adolecer, no perder de vista la diferencia entre sufrimiento y crecimiento, entre depresión y duelo.

No se debe olvidar que, a diferencia de la depresión, un duelo contribuye a la construcción y producción de subjetividad, es el prototipo de toda transformación y los avatares de la adolescencia nos hablan de ello. En este período de la vida se elaboran el duelo por la imagen corporal, por el desasimiento de la autoridad y el ideal paterno y por la identidad infantil perdida.

Factores como la intensidad y cronicidad de los síntomas, la vulnerabilidad genética, la configuración subjetiva y las características del entorno familiar y social serán determinantes al momento de establecer el diagnóstico diferencial entre el cuadro clínico y las vicisitudes de los procesos del duelo.

CAPITULO 3

LOS DUELOS DE LA ADOLESCENCIA

“..la rebelión anímica por algo que se pierde no debe malograr el placer de lo bello”

S. Freud

3.1 Definición

Duelo es el proceso normal de la elaboración de una pérdida, que tiende a la adaptación interna y externa de la nueva realidad, ya que significa ponerse en contacto con el vacío que ésta deja y aprender a vivir de otra manera. No sólo se presenta ante la pérdida de la persona amada, también cuando se ha perdido la salud, la patria, la libertad, la juventud, el empleo, un ideal o cualquier otra representación.

El término que se ha vuelto familiar de “elaboración” o “trabajo de duelo” se le debe a Freud (1914). Antes de ser publicados sus escritos, solo se consideraba como tal a la desaparición paulatina de la aflicción y el dolor que provocaba la muerte de un ser querido, ahora se sabe que éste comportamiento es la última manifestación del trabajo psíquico del doliente. A partir de sus observaciones clínicas el trabajo de duelo se asocia al de elaboración o actividad del aparato psíquico que insiste en ligar impresiones traumáticas y que se expresa en el desinterés por el mundo exterior, lo que obedece a que toda la energía del sujeto la consume el dolor y sus recuerdos. En síntesis el trabajo de duelo comienza ante el rechazo de que el otro ya no está y se insiste en mantenerlo “vivo” al no cesar de recordarlo, labor que absorbe tanto al yo que le produce una inhibición psíquica, corporal y relacional, como si el doliente quisiera “morir” en vida.

El duelo se cumple siempre paso a paso, se termina lenta y dolorosamente cuando se es capaz de recordar lo perdido sintiendo poco o ningún dolor. Concluye cuando el yo renuncia al objeto, a morir por y con él y se premia por permanecer con vida. (Hornstein, 2006).

Solo si la resistencia a desprenderse del objeto no es muy fuerte y se sostiene el vínculo con la realidad, se alcanzará la desinvestidura del objeto, de otra manera se entra en el terreno de los duelos patológicos, depresión o melancolía de la que hablaba Freud. A pesar de que los síntomas en el duelo y la melancolía son casi los mismos, en ésta, la pérdida del objeto ha sido sustraída de la conciencia y se convierte en una pérdida del yo. O sea el deprimido no cesa de autorreprocharse, pero las quejas de sí mismo son más bien querellas dirigidas al objeto de amor perdido. ¿Cómo se desplaza la libido del objeto perdido al yo? El camino es el siguiente: se elige un objeto de amor, se le enviste libidinalmente, pero ante la pérdida real o el desengaño no se puede

desplazar esa libido a un nuevo objeto, sino que una parte regresa al yo que es identificado en lo sucesivo como el objeto perdido, por ello Freud (1917), aclara que *“en el duelo el mundo se ha hecho pobre y vacío, en la melancolía eso le ocurre al yo”* (pág. 243.)

En la vida de todo ser humano se suceden varios duelos, Aberastury (1988), considera que como efecto normal del proceso evolutivo el adolescente atraviesa por tres duelos fundamentales: por el cuerpo infantil que inevitablemente se transforma (en el que también suele vivirse el duelo por la bisexualidad), por la identidad o rol de la niñez del que necesariamente se ve despojado y por los padres de su infancia.

Se comenzará analizando cada uno de éstos duelos, desde la perspectiva de Aberastury y Knobel (1988) a la que se irán integrando los aportes de otros psicoanalistas.

3.2 Duelo por el cuerpo infantil.

“Se trata de mi cuerpo al que bendigo, contra el que lucho, el que ha de darme todo en un silencio robusto y el que se muere y mata a menudo”

Jaime Sabines.

El cuerpo es la primera representación que sirve de partida para que el niño tenga algún sentido de sí mismo, desde recién nacido es hablado por la madre, a través de sus anhelos , deseos y rasgos de carácter, le devuelve la imagen de un cuerpo unificado y equilibrado. Equilibrio que se ve interrumpido en la pubertad porque los cambios corporales, sobre todo si aparecen precocemente, toman la delantera y anticipan, confrontan o desmienten a la imagen del cuerpo ideal anhelada por el joven y por sus padres Rother Hornstein ,(2007).

El adolescente tiene que acomodarse a un cuerpo que cambia con tanta aceleración que se presiente extraño, a veces se siente espectador e impotente para controlar la realidad, como efecto sobreviene un fenómeno de despersonalización, donde inicialmente niega su cuerpo infantil perdido, pero a través de fluctuaciones en sus vínculos familiares y sociales va asumiendo su nueva imagen Aberastury & Knobel ,(1988). Se habla de imagen porque el cuerpo tiene un sustento biológico y otro imaginario.

Tal crisis de desidentificación o autodesconocimiento explica porque el chico y la chica se ven urgidos a tomar medidas de su cuerpo (peso, talla, cabello, etc.) de sus vínculos, de sus deseos y así cuantificar y en cierta medida controlar la continua diferencia. Rodulfo, (1998).

La psicóloga y socióloga Susana Sternbach (Rother Hornstein et al. 2007), nos recuerda que el cuerpo biológico es continente del cuerpo sensorial y erótico, tanto es así que cuando los cambios representacionales y afectivos alteran su funcionamiento, el sufrimiento psíquico acaba produciendo sufrimiento somático. La anorexia, la bulimia, las adicciones, los padecimientos psicosomáticos, las autolesiones, las depresiones ubicadas en lo corporal colocan al cuerpo adolescente como mensajero de un dolor psíquico que no ha podido ser tramitado.

Asimismo hace notar que por la fuerza de las transformaciones corporales se ha resaltado el carácter biológico y evolutivo de éstas, subestimando que el cuerpo también es hablado y recortado desde lo social. Este cuerpo biológico e imaginario se construye en el encuentro con los otros y es producto de los discursos sociales, particularmente en la adolescencia.

En la misma dirección Rother Hornstein (2007) relata que *“El púber, desde su propia historia, desde sus anhelos, ilusiones y deseos, desde los sostenes identificatorios de los otros, de la cultura y sobre todo de sus pares, escucha a ese cuerpo, lo descubre, lo ignora, lo contiene, lo odia, lo usa, lo maltrata, lo enferma”*.

El cuerpo como imagen en la actualidad es un capital que organiza y potencializa las relaciones afectivas, los encuentros eróticos y hasta la participación social y laboral. Para ser aceptado en un empleo se debe contar con dos atributos: delgadez y juventud. Los cánones de belleza contemporáneos resaltan y promueven la delgadez, a tal extremo que se tienden a diluir las diferencias individuales, sexuales y generacionales. Como intento para acceder a esos cánones en ocasiones los jóvenes y en especial las chicas apelan a soluciones mágicas y transitorias como dietas estrictas, rutinas excesivas de ejercicio o como medida extrema recurren a la cirugía, uniformándose con un cuerpo al que Marisa Rodulfo (en Rother Hornstein, 2007) bautiza como estético – dietético. El cuerpo se transforma en un objeto de culto de púberes imitadoras que en búsqueda de reconocimiento o de algún anclaje identificatorio, comparten el mismo modelo, el mismo ideal del yo anoréxico, es decir se mantienen en un cuerpo de muñeca, de porcelana, tan espectral que no come ni menstrúa.

Desde Freud se sabe que la producción de subjetividad, de identidad tiene sus cimientos en la sexualidad que surge de la interacción del cuerpo con la reglamentación social vigente, es decir con la cultura. (Ungar en Rother Hornstein et al. 2007)

Así como han sufrido cambios los códigos culturales para la regulación del cuerpo (como por ejemplo: la relevancia de la obesidad tanto en el ámbito estético como en el de la salud pública), lo

mismo ha sucedido con el ejercicio de la sexualidad. La sexualidad se ha separado de la idea de reproducción y de la unión indisoluble que marcaba el matrimonio, junto a la familia tradicional aparecen familias monoparentales, homosexuales o ensambladas, aquellas en las que cada cónyuge tiene hijos del matrimonio anterior. La sexualidad goza día a día de mayor permisividad, de tal forma que el valor que se asignaba a la virginidad femenina ha caducado y las jóvenes tienen su primera relación sexual a más corta edad de la que tenían sus madres cuando tuvieron su primer encuentro. Las restricciones también se han modificado, ya no asusta el “que dirán” ni la desaprobación familiar, más bien se teme al riesgo del embarazo, al papiloma o al sida.

3.3 Duelo por la bisexualidad infantil perdida.

Como restos de la elaboración de la situación edípica, en la latencia pueden observarse conductas femeninas en el varón y masculinas en la niña, reflejo de una bisexualidad aun no resuelta. Desde el psicoanálisis se habla de una bisexualidad psíquica intrínseca a todo ser humano, que se sostiene por la fantasía del doble sexo y por la que se elude la necesidad de complementariedad sexual con el otro u otra .

La emergencia de la pubertad provoca que el equilibrio narcisista en el que se sostiene la bisexualidad infantil se rompa, de tal suerte que *“la parte femenina y la parte masculina tienen que seguir ahora sendas diferentes* Gutton, (1993), ruptura por la cual se alcanza la resolución del Edipo negativo, aquel en el que se despliega el amor por el progenitor del mismo sexo.

En otras palabras solo si se resuelve el Edipo negativo y con él los deseos incestuosos, el púber aceptara la imagen de su cuerpo sexuado y tratara de resaltar alguno de sus rasgos con actitudes, vestimenta o ejercicio, pero si tiende a negar las transformaciones , necesitará hacer las paces con su cuerpo a través del duelo, en el que no solo renuncia a su cuerpo infantil sino también a la fantasía omnipotente de bisexualidad, que perdura hasta el periodo de latencia y que es base de su actividad masturbatoria, en la que para obtener satisfacción parece bastarse a sí mismo. (Aberastury & Knobel 1988).

Dolto (1988), señala que en la adolescencia temprana la sexualidad empieza a vacilar entre el amor al amigo o el amor a la chica, entre homosexualidad y heterosexualidad . Al parecer una precede a la otra. Se pronuncia a favor de que casi todo adolescente experimenta la fase homosexual transitoria, aquella en la que un miembro del mismo sexo se torna objeto de amor bajo la influencia del yo ideal.

Por lo que es frecuente observar que los amigos son elegidos porque poseen cualidades que el chico o la chica desean tener, alcanzando así identificaciones que satisfacen al yo ideal, identificaciones transitorias que se manifiestan en gratificaciones voyeuristas (les gusta mirar y ser mirados), transgresiones compartidas, idealizaciones, celos, etc.

Ungar (en Rother Hornstein et al. 2007) hace notar que hasta hace poco tiempo ser tildado de homosexual era un insulto, entre los adolescentes de hoy puede ser un signo que despierta el interés y proporciona cierto estatus.

No hay mas homosexuales que antes, aventura Dolto (1988), sino que más bien algunos chicos se autonombran así por haber sufrido algún desengaño, al sentir perdido un primer amor se vuelven a otros semejantes que coincidan con él y en complicidad curan la herida narcisista. Es decir un primer fracaso sentimental provoca una especie de recaída a una preadolescencia narcisista en la que se opta por una conducta de búsqueda de lo fácil, por una liberación de compromiso. Advierte que hay algo de adolescencia no terminada en el homosexual por su manera de amar lo absoluto y no tolerar la traición.

Es importante destacar la aportación freudiana sobre el papel que juega la libido homosexual en la estructura de los grupos sociales. En Tótem y tabú se explica que como efecto de que los hermanos se unen para derrocar al padre, erigen *“la prohibición del incesto con la cual todos al mismo tiempo renunciaban a las mujeres por ellos anheladas y por las cuales habían eliminado al padre. Así salvaron la organización que los había hecho fuertes y que podía descansar sobre sentimientos y quehaceres homosexualesestablecidos en el destierro”*. (1913, Freud. p. 146).

Estos sentimientos los hace fuertes y los mantiene unidos, además los arroja en colectivo a la exogamia, es decir a buscar el objeto de amor fuera del entorno familiar . Así se liga a la libido narcisista un gran monto de libido homosexual, monto que por el camino de la formación y pertenencia a un grupo, es devuelto al yo como ideal del yo.

Pero no todos logran alcanzar la identidad heterosexual, es decir, la correspondencia entre el sexo biológico y la identidad sexual. Los factores que influyen en ello tienen origen en la infancia, representan el fracaso en la identidad con el padre del mismo sexo, sea por ausencia, rigidez o complacencia extrema. También puede sustentarse en la posición ambivalente ante la pareja del sexo opuesto.

En palabras de Blos (1980), la identidad sexual se alcanza a través de un rodeo regresivo que culmina con el avance de la libido (del yo al objeto de amor o del autoerotismo a la genitalidad) y la elección de objeto (de la endogamia a la exogamia).

3.4 Duelo por la identidad y el rol infantil.

“Y llego el día en el que el riesgo que representaba permanecer encerrada en el capullo, era más doloroso que el riesgo de florecer”.

Anais Nin

El jueves 2 de Diciembre de 2010 en una misma página del periódico (www.publimetro.com.mx) en letra cursiva, sorprenden por su aberrante y contrastante realidad dos noticias en las que están implicados dos adolescentes, los más jóvenes en su “ramo” les llaman “El Chicharito” y “El Ponchis,” uno futbolista otro sicario, uno miembro del equipo Manchester, el otro del cártel del Pacífico de Sur, uno reconocido por tirar goles, otro por degollar y tirar los cuerpos de las víctimas. ¿Que sucesos de su vida determinaron que adoptaran ese “oficio”? ¿Con quienes se identificaron? ¿En qué medida las fallas en el trayecto identificatorio fueron provocadas por la fragmentación familiar o social?

El “Chicharito” debe su nombre, su linaje y oficio a las figuras futbolísticas de su padre y su abuelo, con las que sin duda se ha identificado. El trayecto identificatorio del “Ponchis” en cambio es el resultado de la desarticulación familiar, de la adopción a un clan que exige como muestra de lealtad un brutal y monstruoso desafío a la sociedad .

Ya el psicoanalista mexicano Santiago Ramírez (1977) hacia notar que el adolescente necesita contar con un marco, una identidad y una filiación que lo sostengan. Un marco que defina su rol dentro de la familia y le proporcione recursos para controlar sus impulsos. Una identidad desde la cual ejercer su sexualidad y proyectar su participación social. Y por último de la filiación a un grupo en el que satisfaga sus necesidades de dependencia y su búsqueda de valores.

En esta búsqueda de valores y de identidad social la globalización y la tendencia a la homogeneidad han impuesto su sello, se han trascendido las fronteras geográficas a tal grado que aun en los países más distantes millones de jóvenes se identifican con la misma música, la misma moda, los mismos hábitos de consumo. Los límites espaciales vigentes se desdibujan y emergen a diario nuevas fronteras virtuales con el uso del celular, El chat, , el Hi5 , el twitter, el facebook y seguramente con lo que se vaya añadiendo.

Tales contactos y algunas experiencias como enfermedades, privaciones, duelos no elaborados, etc., de las que no está exento pueden sacudir la incipiente estabilidad del adolescente ubicándolo en

posiciones identificatorias transitorias pero riesgosas. Puede integrarse a grupos o tribus urbanas de apariencia e intereses muy disímiles como por ejemplo los yuppies, fresas, dark, góticos, grafiteros o incluso los Emo (abreviatura de *emotional*) que en sus orígenes fue un género musical del rock alternativo y derivó en toda una filosofía adoptada por tribus de adolescentes urbanos. Se identifican por igual hombres y mujeres, por que visten de negro, llevan el cabello cubriendo la mitad o casi la totalidad del rostro (¿para no mirarse o para evitar ver la hostilidad del entorno?) buscan y disfrutan del ánimo depresivo e incluso se maquillan para parecerlo (o ¿padecerlo?), tienden a victimizarse, autoflagelarse y por supuesto tienen prohibido ser gordos.

Otros rasgos tipifican a los NiNi, son los que ni estudian, ni trabajan, ni navegan, ni construyen. Son los jóvenes del descarte, de la anomia que aunque cuenten con recursos y la libertad requerida para desplegarlos no se benefician de ello ya que la mayoría de sus proyectos los acaban abortando.

En la actualidad, según el informe del rector de la UNAM José Narro Robles, se estima que en México hay 7 millones de “NiNis” (www.reforma.com consultado el 20 de marzo de 2011) y pronostica que van en aumento. ¿Será que en los últimos años en nuestro país los adolescentes urbanos están expuestos a una sensación de desmembramiento social, inseguridad y violencia? o ¿se viven en la imposibilidad de imaginarse un futuro, de armar un proyecto?

Cuando se le desaparecen las certezas, las tradiciones, algunos adolescentes suelen confundirse en la búsqueda de su identidad, se encierran en una imagen rígida de sí mismos, aparecen el fanatismo y las ideas obsesivas que los defienden frente al temor de la fragmentación yoica (los Emo). Otros permanecen en una búsqueda incesante, el encuentro con su vocación se torna volátil y transitorio, porque elegir para ellos es quedar congelados, lo que les deja sin posibilidad de consolidar su identidad. (los “NiNis”).

Por fortuna aparecen los “navegadores” que pueden navegar por el mundo y desplegar sus potencialidades creativas. Entendiendo que navegar no necesariamente implica “dirigirse a” sino “estar haciendo”. Existen en la medida en que el contexto familiar y social les da espacio para no quedar atrapados en el discurso del sistema y les autoriza surcar diferentes caminos aun cuando estos se aparten del ideal. (Lerner, 2006). Les concede la libertad necesaria para resolver sus conflictos identificatorios, afectivos y vinculares.

Para los que convivimos o trabajamos con adolescentes, lo que sucede en nuestro país nos ha impedido darles la libertad y la seguridad que necesitan y de la que nosotros gozamos, lo que para

ellos ha implicado “un plus” de angustia. Su angustia no la despierta el “seguir siendo”, término acuñado por Winnicott, sino la pregunta ¿lograré ser?. Que hace recordar a aquella otra pregunta que los tíos o los maestros solían dirigir al niño y que ya ha caducado: “¿qué quieres ser de grande?”. Los chicos de antes sabían casi con total certeza la carrera o el oficio que querían desempeñar. Antes navegar era llegar a un puerto seguro y confiable, ahora el esfuerzo no está en llegar sino en navegar.

Al parecer los jóvenes mexicanos no encuentran su mapa de navegación, ya que recién egresan de licenciatura se les presentan escasas o nulas posibilidades de desarrollo laboral. De acuerdo a Conapo (2010), la tasa de desocupación abierta tiende a acentuarse entre los adolescentes, las mujeres, la población joven con mayor nivel de estudios y los jóvenes urbanos, son quienes además se encuentran expuestos con mayor frecuencia al trabajo informal o sin pago. Las cifras reflejan que los jóvenes con educación media superior y superior son el único grupo de población que ha aumentado su tasa de participación activa en la última década, sin embargo dicha tasa, muestra que a mayor escolaridad se está expuesto a mayor desempleo. En 2009 éstos jóvenes registraron una tasa de desocupación apenas dos veces más alta que la población con primaria incompleta.(11.9% y 5.0% respectivamente). Con estas cifras cobran sentido las palabras de Lerner (op cit.) *“el adolescente ha sido víctima de la amputación de la utopía y la ilusión”*.

La ilusión como nos previno Winnicott (1971) requiere de un contexto que fomente la creencia en el sujeto de que él es creador del entorno que lo rodea. Al adolescente el ideal se le ha vuelto confuso e incierto, ha empezado a creer que lo encontrará lejos, del lado de lo ajeno, en el extranjero.

Quizás por ello en los jóvenes de nuestro país se observa una dinámica migratoria más intensa que en el resto de la población, salen cerca de 14 hombres y 8 mujeres por cada mil (Conapo, 2007), al parecer se sienten apremiados a emigrar ya sea para estudiar o para ampliar sus posibilidades de trabajo, el precio que pagan es renunciar a su entorno emocional, sostén de su identidad.

Se convierten en sujetos que deben variar sus “objetos especulares” (aquellos que le reflejan la autoimagen que lo sostiene), para “seguir siendo”. Tarea que se complica en la adolescencia por ser el período en el que el sujeto necesita la reconfirmación especular de su grupo familiar, es decir necesita que sus padres, hermanos y amigos le devuelvan la certeza de quien es, de ahí quizás que algunos se sientan urgidos por satisfacer su necesidad de pertenencia y se apresuran, a veces de un modo maniaco, a establecer contactos con personajes diametralmente opuestos a los

de su entorno social o tristemente encuentran refugio en el encierro depresivo o en el actuar delictivo.

Es rescatable lo que propone Lerner (2006) como posible salida a las turbulencias identificatorias propias de ésta etapa, asevera que para consolidar su identidad el adolescente puede hacer uso del recurso de “navegar” visto como “el jugar” de Winnicott, de tal manera que lo importante no es terminar el juego sino su transcurso, es decir permanecer en la zona transicional, neutral e ilusoria, donde surge la creatividad, tal como cuando era un niño.

Esta zona es neutral porque no puede ser atacada, es además ilusoria porque en ella se logra sostener la ilusión que surgió en aquel encuentro primordial entre la madre que alimentaba y el bebe que se nutría, que floreció en aquel espacio donde la capacidad de la madre para adaptarse a las necesidades del hijo le permitió a éste crearse la ilusión de que lo que creía existía en la realidad. Desde este encuentro primigenio la ilusión es un reducto que a lo largo de la vida y en especial en la adolescencia puede ser la brújula que muestre el camino para salir de las turbulencias que generan la ansiedad o el duelo.

3.5 Duelo por los padres de la infancia.

“Uno llora a aquellos gracias a quienes es”

J.Lacan

Al entrar en la adolescencia, el chico se conecta con familias ajenas a la suya y desde ahí compara sus códigos, sus valores, su disciplina, entonces tiene lugar una confrontación con la realidad cuyo resultado suele ser la desilusión gradual de los padres mistificados, esos padres omnipotentes, onnisapientes se tornan frágiles, incapaces, vulnerables es decir humanos. Es un proceso de cambio, de resignificación, de desidealización de los padres y de su propia omnipotencia que también se ve debilitada.

Urribarri (en Goijman & Kancyper, 1998) se pronuncia a favor de visualizar la idealización como un mecanismo defensivo que pretende sostener la omnipotencia de los padres y la propia, situando a la desidealización como el proceso inverso, como un mecanismo de desprendimiento ligado a la reactivación narcisista, a la continuidad y consolidación del pasaje del yo ideal al ideal del yo.

Dolto (1988) considera que tal desidealización provoca en el púber un profundo desamparo, que solo puede superarse con la intelectualización y la sublimación. Para superar el duelo, en que lo

sume el desamparo, suele mostrar rebeldía y desprecio por todo lo que provenga de sus padres este o no justificado por la realidad.

En la medida que se desprende de las expectativas e ideales paternos tendrá que ir encontrando nuevos lo que le impone un distanciamiento con el presente y le exige proyectar y dirigirse a un futuro donde se independice de ser con y como lo padres. Inicialmente como solución transitoria a este conflicto se convence de poder prescindir de lo externo y se refugia en la fantasía, no sin un incremento de la omnipotencia narcisista, desde donde construirá una plataforma de lanzamiento para nuevos encuentros con los otros.

Blos (1981) considera que en este periodo sobreviene la segunda separación individuación, aludiendo a la fase de separación en la infancia postulada por Margaret Mahler, solo que a diferencia de la que tiene lugar en los primeros años de vida, en relación al objeto materno donde se logra la diferenciación yo - no yo, en esta etapa se desprende de los padres de su infancia para abrir paso a nuevos objetos de amor, pero no lo hace en un solo movimiento se habla de un proceso pendular en que los movimientos regresivos y progresivos se suceden continuamente. En este proceso el protagonista es el yo, no el yo infantil dependiente de los padres sino un yo que empieza a ser autónomo. La individuación va acompañada de sentimientos de aislamiento, soledad y confusión porque se toma conciencia de la irrevocabilidad de la infancia, de la naturaleza vinculante de los compromisos y de la inevitable finitud, lo que genera miedo y pánico. Con el proceso de separación individuación, se explica los sentimientos contradictorios y ambivalentes de los adolescentes, encuentra una cierta analogía entre los duelos de la adolescencia y el enamoramiento, lo que marca este hábito adolescente de *“dejar y tomar”* al mismo tiempo.

De acuerdo a Meltzer (1998), el niño vive en la ilusión de que los adultos lo saben todo, pero cuando comienza la pubertad esta credibilidad se ve fracturada y el adolescente empieza a cuestionar todo lo que proviene de la comunidad de los adultos. Cree que para crecer debe ir sin piedad y con agresividad hacia delante, hacia el éxito y que la sensibilidad, la emotividad, la generosidad son sentimientos que lo devuelven al mundo mágico de la infancia. Oscila entre ir hacia delante socializando, estudiando, trabajando, etc. O hacia atrás soñando, explorando en el arte la literatura, la política, etc. Su confusión entre avanzar o retroceder tiene que ver con el sufrimiento que puede infringir en los otros o en sí mismo, lo que alude a las posiciones kleinianas mencionadas en el primer capítulo.

Básicamente estima que el adolescente puede transitar por tres mundos durante su proceso de desarrollo:

- ❖ Permanecer en la familia. Cree que para entrar al mundo adulto solo debe obedecer y esperar por lo que se ajusta a los planes y ambiciones parentales. El riesgo es que puede permanecer a la espera y prolongar el periodo de latencia durante toda la vida.
- ❖ Avanzar precipitadamente al mundo adulto. Son aquellos que intentan por ambición o por miedo saltar esta etapa y arribar lo antes posible a la adultez.
- ❖ Ingresar a la comunidad de los adolescentes o bien aislarse.

Para Winnicott (1971), que el chico precipite su entrada a la adultez, tendría como consecuencia la pérdida de la capacidad imaginativa y del estado de inmadurez. Recordemos que para él *“la inmadurez es un elemento esencial de la salud en la adolescencia. No hay más que una cura para ella y es el paso del tiempo...contiene los rasgos más estimulantes del pensamiento creador”* y para subrayar la importancia de que el joven se tome su tiempo para madurar, concluye: *“la sociedad necesita ser sacudida por las aspiraciones de quienes no son responsables”*(Pag. 189)

Permanecer en el mundo familiar implica que los adolescentes ceden la responsabilidad de alcanzar su independencia a la generación de sus padres, ubicándolos como custodios y garantizadores de su incipiente libertad. Blois la bautiza como dependencia negativa porque alude a jóvenes incapaces de alcanzar su autonomía sin la complicidad prolongada de sus padres.

Los padres de clase media y alta se amoldan a las necesidades de sus hijos complaciéndoles aun cuando hace tiempo han dejado de requerir de su ayuda para alcanzar satisfactores. No toleran bien la ira, la angustia, el fracaso, la desilusión o la culpa de sus hijos, se empeñan en librarlos de ellas y en brindarles inmediata gratificación a sus necesidades. Lo que en ocasiones detona en el adolescente rupturas bruscas, actos de franca y repentina rebeldía, en la búsqueda por terminar lo que se le aparece como una gratificante pero inevitable dependencia.

Este duelo se complejiza por la doble tarea de renunciar por un lado a los padres, estando ellos presentes y por otro al tipo de relación privilegiada que mantenía con ellos, por un lado añora la protección parental, las gratificaciones eróticas infantiles y el narcisismo que se satisfacía desde ahí y por otro anhela la libertad a la que espera acceder cuando “sea grande”.

“El anhelo de llegar a “grande” es anhelo de grandeza y no meramente de adultez. Los adolescentes conciben a la grandeza como poder, desmesura, libertad ilimitada. Pero cuando el

adolescente descubre que los adultos no son grandes, que adultez y grandeza no son sinónimos, cae en una profunda decepción que se expresa en la intensidad con la que critica y reprocha a sus padres. A la decepción se suma la amenaza angustiante que surge con la certeza de que lo que le espera no es la grandeza sino la adultez y eso le resulta insoportable. La dificultad para proyectar planes quizás este sustentada en esta angustia. (Rodulfo, en Rother Hornstein, 2007)

Los sentimientos ambivalentes que surgen en todo duelo, pueden agudizar o diluir el enfrentamiento generacional, solo si prevalecen los sentimientos amorosos se lograran neutralizar los sentimientos hostiles y se producirá la renuncia y el desprendimiento deseados. De tal manera que lo que marcará la intensidad y la gravedad del conflicto serán *“la calidad del proceso de maduración de la infancia, la estabilidad en los afectos, el monto de gratificación y frustración y la gradual aceptación de las exigencias”*. Aberasturi (1988)

Cuando su madurez biológica este en balance con su madurez afectiva e intelectual podrá ingresar al mundo adulto equipado con los valores y los elementos necesarios para confrontar teorías e ideologías defendiendo sus ideales sin que su posición se acompañe por la exigencia de sometimiento ni por la necesidad de someter. (Dolto 1988)

Ante la pérdida del hijo idealizado los padres a su vez tienen que elaborar duelos y modificaciones intrapsíquicas. Ese hijo anhelado en el que aun antes de nacer proyectaban ideales ahora los confronta, con frecuencia deben sortear sus criticas y cuestionamientos acerca de sus logros y fracasos.

Como en ellos también se reactualiza el conflicto edípico deben desprenderse de su imagen omnipotente e idealizada y del hijo incestuoso que les ama y desea.

Philippe Gutton (1993) advierte que cuando el niño o la niña entra en la pubertad es vivido en el interior de la familia como “Un amante potencial” y ello genera crisis con la pareja, porque les remite a la sensación de perder el control exclusivo sobre la genitalidad.

Los padres no solo en ello deberán ajustar su conducta y sus fantasías, también en cuanto a

- La independencia del hijo tanto en aspectos concretos y cotidianos como en cuanto al dejar fungir como soporte narcisista.
- El ímpetu, el vigor físico, emocional e intelectual de los hijos adolescentes los remite a replantearse sus planes frustrados, sus proyectos postergados, lo que Gringberg (1978), llamo “crisis de la edad media de la vida”, en la que los adultos se replantean su pasado

(¿Habré tomado buenas decisiones?) y su futuro, se enfrentan al envejecimiento y a la muerte ineludible.

- Reacomodación con la pareja conyugal. La independencia del hijo cede un espacio y un tiempo en el que la pareja conyugal deberá reencontrarse. (Urribarri en Goijman & Kancyper, 1998).

Sumado a ello para los padres, especialmente aquellos que superan la edad media de la vida, la inserción o la permanencia laboral se les ve frustrada porque se tiende a privilegiar a la juventud como atributo indispensable en el perfil de puesto. De tal suerte que parece que la experiencia se está diluyendo como valor social. *“Como si la adultez misma se estuviera angostando, aplastada entre una juventud extendida y una vejez apresurada”* (Sternbach en Rother Hornstein, 2007.)

Hasta hace pocos años la adolescencia era considerada como un pasaje temporal de preparación hacia la adultez, ahora es la juventud y más aun la adolescencia aquello a alcanzar, ésta ha ascendido al ideal colectivo, lo que se ve reflejado en el afán de algunos adultos y adultas por permanecer joven en imagen, vestimenta, modismos y hasta en el lenguaje. Adoptan la jerga de sus hijos, alfabetizándose en sus palabras, tanto en forma oral, como escrita (que usan en los chat o mensajes de texto). No perciben que con ese “graffiti” tecnológico, sus hijos intentan poner distancia con su niñez y crear un vínculo exclusivo con sus compañeros. Blos (2003). La idealización actual de la adolescencia provoca que ésta mas que un periodo de transito, de búsqueda de proyectos, se cristalice en una condición estable, digna de perpetuidad.

El adulto que persiste en identificarse con su hijo, adaptándose a sus demandas y desaires ya sea urgido en la necesidad de simpatizar con la juventud, para no sentirse exiliado de ella o por evitar la agonía del conflicto, solo logra borrar el espacio generacional, el territorio legítimo donde se consolidara la individuación del adolescente. Lo que más le daña es ver que sus padres quieren vivir a su imagen y semejanza o quieren hacerle la competencia, porque ellos mismos no vivieron su adolescencia. Quedan presos en la identificación con sus hijos. Dolto, (1988).

En la actualidad suele suceder que los jóvenes no se encuentren con un padre que confronta, pero tampoco con uno que convoca, que se constituya como un modelo a seguir porque él mismo se encuentra desorientado entre crisis económicas, laborales o emocionales. Son padres ensimismados que no invitan al dialogo. Lo que más necesita el joven de sus padres es saber que tienen una vida al margen de él y de la familia, que viven una sexualidad plena y sin culpas. Desea

que sus padres no se ocupen demasiado de él, pero que estén disponibles cuando tenga necesidad de hablar.

Este encuentro – desencuentro entre padres e hijos se transita según las capacidades para tolerar frustraciones y cambios dentro de la familia. Si a los padres se les dificulta elaborar estos duelos posiblemente surjan fantasía negativas de sus propios hijos. E.J. Anthony (citado por Quiroga, 1998)) considera que las más frecuentes son:

- ❖ El hijo peligroso o en peligro. Surge en padres que no toleran la confrontación y su rigidez se expresa en tratar de expulsarlo, usando argumentos como: “Si no estás de acuerdo, puedes irte” o en doblegarlo , reteniéndolo en casa por temor con advertencias como: “Ves lo que te puede pasar en la calle, te lo dije ”
- ❖ El hijo sexuado. Los padres intentan negar la emergencia de la sexualidad en el hijo a través de acciones, opiniones o prohibiciones para controlarlo, como por ejemplo al espiar su intimidad, hurgando en su ropa, acosándolo con obligaciones o actividades extraescolares para que no salga con amigos o por el contrario permitiéndole la sexualidad en la propia casa.
- ❖ El hijo envidiado, salvador o rival. Surge por la competencia narcisista con el hijo del mismo sexo.
- ❖ El hijo que abandona. El desprendimiento progresivo de los hijos es vivido por los padres con angustia o depresión que tiene su expresión en padecimientos psicósomáticos o quiebras económicas lo que provoca que el hijo se quede en casa por culpa. O bien intentan retenerlo seduciéndole con un sin fin de privilegios como viajes, exceso de dinero y de permisos.

Para dejar que el hijo emprenda su viaje de navegación debe llegarse a un “desacuerdo perfecto” en el que sepa que las puertas de la casa y del dialogo están abiertas tanto para entrar como para salir. A veces la actitud descalificadora de los padres o sus temores, expresados en sus juicios, asfixian los planes de los hijos , cuando más bien deberían alentarlos a exponer sus ideas, a ejecutarlas y que sean ellos mismos quienes arriben a la posibilidad o imposibilidad de sus proyectos. Si el adolescente tiene un proyecto, aunque sea a largo plazo esta salvado.

Blos no solo hace hincapié en el duelo producto del desprendimiento de las figuras parentales, también enfatiza el júbilo que experimenta el chico por la independencia que va ganando en relación a los progenitores interiorizados. También Aberastury señala que se tiende a destacar los aspectos

ingratos de la trayectoria adolescente dejando de lado la inestimable fecundidad que se despliega en esta etapa de la vida. La cultura ofrece infinidad de testimonios de los frutos que han germinado de la creatividad en artistas, científicos o empresarios, quienes trascendieron por sus obras, particularmente por aquellas que surgieron de las intuiciones e inquietudes de esta edad.

En este capítulo se han abordado los procesos de duelo en la adolescencia, su elaboración y sus consecuencias. Se ha señalado que el duelo por el cuerpo infantil culmina con el logro de una imagen de sí recién estrenada, que corresponde a una nueva representación corporal, con la que el adolescente se identifica porque con ella empieza a sentirse cómodo y seguro.

Se ha planteado que la tramitación del duelo por la identidad le facilita la integración a grupos con una mayor complejidad organizativa de que la que tenían aquellos que se formaban en la fase anterior, es decir en el periodo de latencia. Antes se incluía con sus compañeros a jugar ahora busca cómplices para navegar, para alcanzar proyectos compartidos.

La elaboración del duelo por los padres infantiles corresponde al duelo por las distintas posiciones en las que el adolescente colocó a sus padres, en donde los pudo ver como héroes, ayudantes, modelos, vigías o hasta rivales y de las cuales se derivaron diversas representaciones que se transformaran mas adelante quizá en solo recuerdos.

Recordemos que el duelo no es por el vínculo afectivo con los padres, pues este perdura toda la vida, sino mas bien por la función que cumplen, por la autoridad que ejercen

Cuando los duelos se han elaborado se logra la tramitación de los vínculos incestuosos, tanto homo como heterosexuales, lo que conduce al chico al encuentro con el objeto de amor exogámico y a alcanzar la independencia mínima requerida para decidirse a ser el mismo.

Cuando el joven deja de preguntarse ¿Quién era yo? o ¿Que me gustaba? y sustituye estas interrogantes por ¿Quién soy? y ¿Que deseo?, refleja que se ha desligado de las expectativas parentales para apropiarse de las suyas, ha labrado el desacuerdo perfecto y necesario para continuar navegando. *“Un individuo joven sale de la adolescencia cuando la angustia de los padres no le produce ningún efecto inhibitor.”* P.21 Dolto (1988)

Para dimensionar y visualizar el término de la adolescencia podemos recurrir a la reflexión de Rother Hornstein (2007) :“Solo el amor del encuentro, el deseo de llegar a ser uno mismo y querer a otro como otro les impulsara a salir del refugio familiar”. Amor, deseo, impulso desde el cual se aventurará a ser el mismo.

Para guiarle en esta aventura, se diseñó un CD interactivo donde se le proporciona información sobre las emociones, las dudas, los tropiezos, las fantasías que, casi siempre a solas por vergüenza o por miedo, intenta controlar o entender y que sin saberlo corresponden a una fase del ciclo vital.

Se le dio el título “Los duelos: de la aflicción a la creación”, con la intención de aludir a los procesos de transformación que la adolescencia conlleva y a la capacidad de traducir dolor en amor propio, ya que se espera que al apropiarse del conocimiento sobre sus duelos y al desmistificar sus consecuencias, el o la adolescente se permitan compartir, hablar, leer o escribir sobre ellos, es decir desarrollar su aptitud para sublimar y crear.

CAPITULO 4

PROPUESTA

A lo largo de este trabajo se ha definido a la adolescencia como una etapa de transición que cronológicamente dura alrededor de 15 años, se ha señalado que comenzó a ser estudiada desde hace apenas cinco décadas, por diversas disciplinas: biológica, antropológica, psicológica y social. Desde entonces el psicólogo clínico se ha enfrentado a la debatida tarea de calificar y diagnosticar, en base a los criterios diferenciadores entre lo normal y lo patológico, el comportamiento y los estados emocionales de los adolescentes.

Como los que se manifiestan frente al duelo (y el gozo) por el cuerpo crecido, al duelo relacionado con las investiduras narcisistas hetero y homosexuales y al duelo por el desapego de la autoridad parental aquellos que, si las circunstancias son favorables, darán paso al encuentro con una pareja anhelada como definitiva, a la elección de la vocación, a la inserción laboral, en resumidas cuentas al encuentro con su proyecto de vida.

Pero ante las aceleradas transformaciones de la tecnología, la moda, los códigos, los valores y los ideales, las circunstancias pueden tornarse poco favorables. En la actualidad la adolescencia no solo ha cobrado notoriedad y ha sido sobrevalorada, también se le sitúa como un sector de la población en riesgo. Lo que no solo obedece a la fascinación del adolescente por transgredir los bordes y los límites, que lo expone a accidentes, a situaciones de violencia o las adicciones. Al mismo tiempo contribuyen las crisis familiares, económicas y sociales que vive el país.

4.1 Justificación

En México 20.2 millones, o sea la quinta parte de la población, son jóvenes entre 15 y 24 años de edad que se juegan la vida a veces sin saber descifrar sus cambios y menos aun saber a quién recurrir frente a la presencia de un episodio depresivo, de ahí la urgente necesidad de diseñar propuestas de intervención y prevención en la familia, la escuela y en especial en el grupo de pares, que permitan incidir en los factores psicosociales de riesgo.

Aun después de los avances en el estudio de la depresión en adolescentes mexicanos, especialmente aquellos que han venido realizando la Dra. Catalina González-Forteza y sus colaboradores (1993, 1999 y 2008) o el De la Peña, Estrada, Almeida y Paez en 1999, me parece que aun existe un rezago en investigaciones que nos permitan conocer las percepciones, prejuicios y estrategias que manejan los jóvenes para afrontar sus duelos.

Aunado a esta falta de información, o como efecto de ella, es alarmante constatar que la mayoría de los jóvenes no manifiestan conciencia del trastorno, suelen desconocer o negar los síntomas, demorándose años en solicitar atención. Lo que trae como consecuencias una baja en el rendimiento escolar, trastornos en la alimentación y en el peor de los escenarios el incremento de la violencia, las adicciones y los suicidios.

Considerando éste déficit y la tendencia de las y los adolescentes a buscar ayuda en sus compañeros más que en los adultos o profesionales, a quienes suelen recurrir únicamente en situaciones de gravedad inusual se propone este CD interactivo.

Se estructura como CD y no como manual o taller, porque la mayoría de los adolescentes de hoy presentan una resistencia a la lectura, acompañada por una creciente preferencia a comunicarse por la computadora o los celulares. Además porque el espacio donde construyen sus vínculos ya no es en las reuniones familiares o con “los amigos de la cuadra”, ya no requieren del encuentro personal, más bien se contentan con un intercambio que tiene lugar en el espacio virtual del twitter o facebook.

Esta estrategia interactiva pretende tomar en cuenta los códigos, el lenguaje y el contexto vivencial de los adolescentes mexicanos entre 14 y 17 años, tiene como intención que al verse a sí mismos reflejados en situaciones que pueden resultarles conocidas se atrevan a comentarlas y analizarlas con sus profesores o con su grupo de amigos y de esa manera diferencien en sus conductas y emociones las que son generadas por los duelos propios de su edad y los síntomas de una depresión.

Quizá los adolescentes que tengan acceso a esta información no se encuentren en un episodio depresivo pero conocen a alguien que si lo esta y pueden acercarle una pequeña luz que oriente su búsqueda. Para ello, en el apéndice, se incluye un directorio de instituciones o clínicas a las que pueden acudir en busca de más información o tratamiento si así lo requieren.

4.2 Objetivos

➤ General.

Tras la lectura del CD interactivo titulado “Los duelos: aflicción o creación”, el adolescente reconocerá las características propias de los duelos por los que atraviesa en este período de su vida.

- Específicos
- ✓ Conocerá los rasgos de los duelos propios del trayecto adolescente.
- ✓ Identificará en sí mismo la presencia de estos rasgos o bien de los síntomas de una depresión.
- ✓ Dispondrá de un directorio de instituciones que pueden ampliar la información o brindarle tratamiento si así lo decide.

4.3 Población.

El CD está diseñado para jóvenes urbanos de clase media, que tienen entre 14 y 17 años y cursan secundaria o preparatoria.

4.4 Procedimiento

- Invitar a la psicóloga escolar y a los maestros de las asignaturas de orientación educativa o educación para la salud, a que se familiaricen con el contenido del CD interactivo: "Los duelos: de la aflicción a la creación", enfatizando las ventajas de utilizarlo como recuso psicopedagógico.
- Convocar a los alumnos, de un mismo salón, a formar grupo de 15 como máximo.
- Designar el aula de computación para su aplicación, cuidando que se encuentre limpia, iluminada, ventilada y que cuente con el equipo de computo suficiente para que cada alumno tenga acceso a una lectura individual.
- En una sesión desarrollar la presentación del CD respetando la siguiente secuencia:
 - Proporcionar una introducción del tema a los alumnos
 - Entregar un CD a cada uno para que lo consulten individualmente
 - Una vez que todos terminen, promover un espacio de reflexión en grupo, exhortándolos a reconocer sus capacidades para elaborar los duelos y para traducir la aflicción en creación.
 - Otorgar a cada alumno un "cuaderno en blanco" con su nombre para dar inicio a su propia obra.

4.5 Materiales

C.D. interactivo. El guión se presenta a continuación:

Como adolescente, sin duda y sin saberlo, tienes alma de poeta porque como él te has enamorado apasionadamente y has sufrido decepciones, como él te planteas preguntas sobre tu existencia en el mundo, te percatas de la finitud de la vida, te has enfrentado a la separación, al abandono o a la

muerte de un ser querido. Pero si te atreves, como él poeta, tienes la oportunidad de escribir y de crear sobre estos duelos.

¿sabes lo que es un duelo ?

- ✓ Es el proceso normal por el que se elaboran pérdidas significativas.
- ✓ Es el trabajo psíquico que te permite adaptarte, interna y externamente, al vacío que la pérdida deja. Es aprender a vivir de otra manera.
- ✓ Paso a paso te permite recordar aquello perdido, casi sin ningún dolor.
- ✓ Se presenta no solo ante la muerte o el abandono de una persona amada, también cuando se ha perdido la salud, la libertad o hasta un ideal.
- ✓ A tu edad has descubierto que vivir necesariamente implica pasar por varios duelos, al crecer se han desvanecido vínculos, momentos, lugares, fantasías y privilegios.
- ✓ Cuando entras en la secundaria no solo se incrementan las materias y las demandas académicas, también cambian tu cuerpo, tus actividades e intereses y hasta tu ánimo.
- ✓ Empiezas a preguntarte ¿Porque me enoja mas que antes? , ¿Porque sin razón aparente me siento triste? , ¿soy la niña que mis padres dicen ? o ¿quiero continuar siéndolo? , ¿soy el que conocen mis amigos?
- ✓ Al desprenderte del niño que fuiste, al alejarte de tus amigos y del vínculo que mantenías con tus padres, sientes que vas perdiendo algo.
- ✓ Tus sentimientos te confunden, una parte de ti se resiste a abandonar los privilegios de los que gozabas cuando eras niño y otra lucha por obtener libertad e independencia.

Todo ello obedece a los tres grandes duelos que se elaboran durante la adolescencia: por el cuerpo, la identidad o rol de la niñez y por los padres de la infancia. Por lo que posiblemente te veas reflejado en alguna de las siguientes situaciones.

Duelo por el cuerpo .

- ✓ Cuando llegas a la pubertad te encuentras con que tu cuerpo, lo desees o no, esta cambiando.
- ✓ Si eres mujer aparece la primera menstruación ,tus caderas y tus senos crecen lo que te hace sentir incomoda, quizás te encorvas e insistes en cubrirte con varias camisetas.
- ✓ Si eres varón tu cuerpo crece mas rápidamente de lo que esperabas, al igual que el vello en tu cara o en tu pecho, empiezas a tener erecciones , sudas mas y tu voz no se escucha como antes.

- ✓ Empiezas a verte distint@ y si experimentas estos cambios demasiado pronto o demasiado lento, como ser el mas velludo o el mas bajito, la mas caderona o la mas plana, te sientes aun mas insegur@.
- ✓ Como si esto no bastara un día al despertar te encuentras con un vergonzoso y “ENORME” grano en tu rostro, que parece venir con un mensaje “VEANME TODOS”.
- ✓ Lo peor es comprobar que estas subiendo de peso, entonces exageras en las dietas o en el ejercicio y hasta llegas a pensar en una cirugía.
- ✓ Sin duda alguna parte de tu cuerpo la cambiarías con gusto, pero otras te encantan por lo que seguramente sueles pasar largo rato delante del espejo, probando peinados, ropa, expresiones y hasta pasos de baile.
- ✓ O bien te fascinas buscando en Internet cual puede ser tu nuevo look, tal vez el de algún cantante, actor o actriz que te guste.
- ✓ Poco a poco te invade la certeza de que tu cuerpo es tuyo mas que nunca y con o sin la autorización de tus padres decides, o al menos lo piensas , teñirte el cabello , hacerte una perforación o un tatuaje.
- ✓ Empiezas a observar a tu amiga o amigo mas lindo. Y si ves que se acerca te invade una magia que recorre todo tu cuerpo haciéndote cosquillas.
- ✓ Al principio sueles confundirte entre la fidelidad al grupo de amigos o el amor a la chava si te decides por ella , puede que tus amigos te quieran sacar del grupo.
- ✓ Pero con ellos tampoco estas a salvo, si te sientes mas cómodo con alguno o te sientes celoso porque se junta con otros , te pueden llamar gay.
- ✓ Si experimentas esto no es que seas homosexual, es una manera de sentirte identificado con otro que quizá ha sufrido de las mismas decepciones amorosas que tu o bien lo admiras porque posee cualidades que te gustaría tener.

Duelo por identidad infantil

- ✓ Cuando eras niña te imaginabas vistiéndote, peinándote o bailando como una princesa.
- ✓ Cuando eras niño pasabas todas las vacaciones conduciendo tu carro a control remoto o venciendo a tu enemigo como el action Man de moda o cumpliendo misiones con el personaje del videojuego que te regalaron la última navidad.

- ✓ En la escuela modelabas a tus héroes con plastilina y en casa construías tu fortaleza o tu castillo con play móvil, lego o hasta con los cojines de la sala.
- ✓ Al llegar a la adolescencia el juego ha cambiado, ahora modelas tu imagen y tu carácter y sin darte cuenta reconstruyes día a día tu identidad.
- ✓ ¿Mi queeee?

Para explicar que significa identidad, empecemos con la trayectoria de dos personajes que como tu son adolescentes mexicanos. Según las noticias publicadas el 2 de diciembre de 2010, son los más jóvenes en su “ramo” se les conoce como: “El Chicharito” y “El Ponchis”, uno futbolista otro sicario, uno miembro del equipo Manchester, el otro del cártel del Pacífico de Sur, uno reconocido por tirar goles, otro por degollar y tirar los cuerpos de las víctimas. Podrías responder ¿Que sucesos de su vida determinaron que adoptaran ese “oficio”? ¿Con quienes se identificaron?

El Chicharito debe su nombre, su linaje y oficio a las figuras futbolísticas de su padre y su abuelo, con las que sin duda se ha identificado. El trayecto identificatorio del Ponchis en cambio es el resultado de la desarticulación familiar, de la adopción a un clan que exige como muestra de lealtad un brutal y monstruoso desafío a la sociedad.

- ✓ Identidad es el conjunto de rasgos que te son propios, que te caracterizan. Es la conciencia que tienes de ser tu mism@.
- ✓ Aquella que te llevara a ser abogada o maestra, atleta o científico, rockero o bohemio, etc.
- ✓ Esa identidad no se adquiere de una vez y para siempre, sino que la vas construyendo día a día, contacto a contacto, vivencia tras vivencia.
- ✓ También se edifica como resultado del contacto con los otros.
- ✓ De niñ@ ese roll o identidad te lo reflejaban y sostenían tus padres
- ✓ Al crecer y dejar de ser “el campeón” o “la princesa” de la casa, te descubres imperfecto, pasas del refugio familiar donde te sentías seguro y protegido a un universo exterior que adivinas emocionante pero también riesgoso.
- ✓ Ya no ves a tus padres como modelos, por lo que buscas nuevos amigos, que en complicidad te proveen de lo necesario para irte desprendiendo del cobijo familiar. Dentro o fuera de la escuela buscas incluirte en nuevos grupos para compartir alguna creencia o afición, como por ejemplo la música o el deporte.

- ✓ Con ellos compartes tus gustos, tus secretos y hasta tus miedos. Esta complicidad y pertenencia te fortalecen y elevan tu autoestima.
- ✓ Al crecer estos vínculos fraternales van cambiando, en un principio te reúnes solo con chavos de tu mismo sexo para hablar de lo “prohibido” especialmente de sexualidad y de algunos “misterios” de la vida.
- ✓ Paulatinamente vas teniendo encuentros con el sexo opuesto en campamentos, bailes, fiestas, donde suelen realizarse juegos que te permiten coquetear con quien te gusta, como el juego de la botella.
- ✓ Más adelante tu interés se desvía por la lucha generacional o por ideales de justicia, verdad, dignidad, etc.
- ✓ Han surgido grupos a los que se les llama tribus de adolescentes urbanos, se caracterizan por mantener una estética única y distintiva (vestimenta, música o lugares que frecuentan), por compartir páginas en Internet, por que se acompaña de fuertes convicciones sociopolíticas, creencias religiosas o de carácter místico.
- ✓ Quizá cuando leas esto algunas de estas tribus ya estén desapareciendo y estén surgiendo otras. Pero los propósitos que las sostienen sin duda son casi los mismos:
- ✓ Dark. También conocidos como condes o vampiros de día. Son chicos reservados y tranquilos, que se cubren de negro en su ropa, uñas, cabello y maquillaje en el rostro para representar muerte en vida.
- ✓ Skatos, visten con pantalones tipo cholos, tenis grandes, les gusta mucho el ska.
- ✓ Emo. (abreviatura de *emotional*). En sus orígenes fue un género musical del rock alternativo y derivó en toda una filosofía. Se identifican por igual hombres y mujeres que visten de negro, llevan el cabello cubriendo la mitad o casi la totalidad del rostro (¿para no mirarse o para evitar ver la hostilidad del entorno?) buscan y disfrutan del ánimo depresivo e incluso se maquillan para parecerlo (o ¿padecerlo?), tienden a victimizarse, autoflagelarse y por supuesto tienen prohibido ser gordos.
- ✓ NiNi ni estudian, ni trabajan, ni navegan, ni construyen aunque cuenten con recursos y la libertad requerida para desplegarlos no se benefician de ello ya que la mayoría de sus proyectos los acaban abandonando
- ✓ Adolescentes que tienden a negar lo perdido y persisten en comportamientos infantiles o por

el contrario los adolescentes que se apresuran a adoptar actitudes “de grande”. Lo que refleja que, ni unos ni otros, pueden asumir su presente. Aunque no pertenecen propiamente a una tribu, también se identifican y se agrupan

- ✓ Las chicas “ANA” (ANoréxicA) o MIA (buliMIA) .Todas princesas de porcelana se mantienen en un cuerpo de muñeca, tan espectral que no comen ni menstrúan, sienten que entre mas delgadas, mas perfectas. Tienen reglas, canciones que consideran himnos, paginas en Internet donde intercambian tips o dietas. Usan camisas de manga larga y para identificarse por si se encuentran en la calle portan una pulsera.
- ✓ Pero debes tener cuidado al identificarte ciegamente con un grupo o con su líder, puedes perder tu autonomía y poner en riesgo tu propia identidad.
- ✓ Porque al vestirse como ellos, escuchar exclusivamente su música, frecuentar los mismos lugares, compartir los mismos hábitos de consumo, al uniformarte evitas distinguerte, evitas ser tu mismo.
- ✓ Recuerda que en las tribus urbanas lo grupal se valora por encima de lo individual. Necesitas ser parte de un grupo, sin dejar de ser tu.
- ✓ Existen aquellos otros que los psicólogos han bautizado como navegadores, porque pueden navegar por el mundo, desplegar sus potencialidades creativas, expresar sus miedos e inquietudes en nuevas y variadas formas de la literatura, el dibujo, el deporte, los proyectos escolares, etc.

Duelo por los padres de la infancia

- ✓ Al entrar en la adolescencia tienes contacto con familias ajenas a la tuya y desde ahí comparas sus códigos, sus valores, su disciplina.
- ✓ El resultado suele ser la desilusión gradual de tus padres idealizados, esos padres omnipotentes, omnisapientes se tornan frágiles, incapaces, vulnerables es decir humanos.
- ✓ Cuando eras niño vivías en la ilusión de que tus padres lo podían y lo sabían todo, pero ahora cuestionas todo lo que proviene de ellos.
- ✓ Comienzas a verles defectos que antes no notabas, como su forma de hablar, de comer, sus vicios, rutinas o los temas que no cesan de repetir.

- ✓ Piensas que también ellos han cambiado porque cuando eras niño te consentían todo, podías pedir casi cualquier cosa, derramar cualquier líquido o hasta equivocarte en la tarea.
- ✓ De ser unos padres tolerantes y cariñosos se han vuelto casi “militares”, te exigen buenas calificaciones, orden, disciplina y además te controlan el dinero y los permisos.
- ✓ Te confunden porque a veces te tratan como niño otras te exigen como joven.
- ✓ Pero tu comportamiento también es ambiguo, a veces te comportas como niño consentido y otras como un adulto en ciernes.
- ✓ Tiendes a analizarlo o racionalizarlo todo.
- ✓ Sientes que la sensibilidad, la emotividad, la generosidad son sentimientos exclusivos de la infancia.
- ✓ Crees que para crecer y para desprenderte de ellos necesariamente tienes que ser rebelde y agresivo. Pero agresión no es lo mismo que agresividad, una implica violencia la otra alude al impulso.
- ✓ “Que oso” que te vean con ellos en la plaza o al salir de la escuela.
- ✓ O cuando tu mamá se prueba tus pantalones “apretados” o se compra ropa “Aeropostale” como la tuya y se ríe satisfecha cuando le dicen que parece tu hermana
- ✓ Cuando tu papá te relata una y otra vez sus aventuras, sus logros, sus conquistas empezando con un : “Cuando yo tenía tu edad , ya había.....no que tu apenas.....” argumento con el que presume lo mucho que siempre te aventaja.
- ✓ Prefieres pasar largo tiempo solo o en compañía de tus amigos, tu novio o novia, que estar con tu familia.
- ✓ Tu casa la vives como una prisión o una pensión donde solo duermes y comes encerrándote en tu cuarto a ver TV , escuchar música o chatear durante horas.
- ✓ El tiempo de tus padres y del resto de la familia ya no coincide con el tuyo, ellos duermen mientras tú estás conectado a Facebook o twitter, ellos comen y tú deseas dormir, ellos conversan tú escuchas el ipod o te sustraes con tu black.
- ✓ Que tal cuando en las clases te invade el aburrimiento, te sumerges en ensoñaciones como si estuvieras en un “Trance” y llegas a dormirte hasta con los ojos abiertos.
- ✓ O sea que en casa o en la escuela practicas con frecuencia la habilidad de estar a solas en presencia de otro u otros.

- ✓ Piensas que tus padres no te comprenden , pero no olvides que este desprendimiento también implica un duelo para ellos.
- ✓ Cuando entras a la secundaria tu libertad es vivida por ellos con temor , dejar que salgas solo a la calle, que te traslades solo a la escuela les preocupa.
- ✓ Aun en la preparatoria, que te traslades en el auto de algún amigo o que salgas a antros y eventos nocturnos es vivido por tus progenitores de manera contradictoria, por un lado están orgullosos de tu incipiente independencia pero por otro le temen a los riesgos a los que te puedes enfrentar o a las malas influencias con las que te puedes encontrar.
- ✓ Tanto ellos como tu deben elaborar el duelo por tu niñez perdida.
- ✓ El trabajo de duelo no solo conlleva dolor y pena , es necesario para todo cambio por lo que es considerado como el prototipo de toda transformación.
- ✓ El duelo por éstas pérdidas puede fortalecerte o debilitarte.
- ✓ Si el vacío que dejan lo llenas de relaciones valiosas, de ideas innovadoras o proyectos creativos te fortalecerá.
- ✓ Pero si persiste la sensación de vacío o tristeza, la desesperanza, continuamente experimentas dudas sobre ti mismo y hasta te sientes cansado, ansioso o culpable, es posible que no estés atravesando un proceso de duelo sino mas bien un episodio depresivo.
- ✓ O bien puedes conocer a alguien que lo este padeciendo sin decidirse a buscar ayuda.
- ✓ Recuerda que elaborar el duelo es dar paso al dolor, el dolor es aceptación pero en las depresiones el dolor se transforma en sufrimiento.
- ✓ Como puedo elaborar mis duelos?
- ✓ Por ello si deseas conocer cuales son los síntomas de un episodio depresivo y los lugares a donde acudir en busca de ayuda continua con

DEPRESION

- ✓ En estos momentos tu y tus amigos viven una serie de experiencias que resultarán determinantes para su vida adulta, como pueden ser: la perdida o el abandono de algún ser amado, el divorcio de los padres, la competitividad en la escuela, crisis económicas, cambio de escuela , etc.
- ✓ Tales acontecimientos que implican la pérdida de una imagen de sí mismo, de una persona amada o de una posición social, pueden desencadenar una depresión.
- ✓ ¿Que es la depresión?

- ✓ Es un síndrome, o sea la combinación de síntomas, que afecta tanto al cuerpo como al psiquismo. Trastorna el funcionamiento social, laboral e interpersonal de quien la padece.
- ✓ ¿Como saber si me encuentro deprimido?
 - ¿Me aferro a pensar: “no tengo futuro”, “no tengo fuerzas” o “no valgo nada”?
 - ¿Permanezco en un estado de ánimo triste, ansioso o con una sensación de vacío?
 - ¿La mayor parte del día estoy irritable o aburrido y he perdido el interés por todo aquello que antes me motivaba?
 - ¿Ha aumentado o disminuido mi apetito?
 - ¿Presento alteraciones somáticas?
 - ¿Sufro de insomnio o hipersomnia, dolores corporales, gastritis o colitis?
 - ¿Tengo dificultad para concentrarme y para recordar?
 - ¿Con frecuencia me invade la indecisión, la culpa, el pesimismo?
 - ¿He pensado en suicidarme o lo he intentado?.
- La presencia prolongada de alguno o varios de estos signos pueden indicar que estas sufriendo un episodio depresivo.
- Si además presentas una baja capacidad de enfrentamiento acompañada por la incapacidad para resolver problemas o para pedir ayuda, las consecuencias pueden ser graves.
- ✓ O quizás a tu mejor amiga la dejo el novio o has descubierto que es anoréxica o que alguno de tus amigos tiene problemas de adicción y para aliviar la desesperación y la desesperanza han pensado en el suicidio .
- ✓ El abuso de alcohol y drogas, al disminuir la inhibición, puede precipitar el paso de la ideación al acto suicida. Se ha comprobado que varios adolescentes que intentaron suicidarse se encontraban intoxicados.
- ✓ Para desear matarse además de la depresión hace falta un nivel adicional de pasión y cierta capacidad para ejercer violencia sobre sí mismo.
- ✓ Si cualquiera de tus amigos o tu han llegado a pensar que no pueden seguir adelante o que sus familiares estarán mejor sin ustedes y han tenido pensamientos suicidas, no dudes en pedir ayuda profesional.
- ✓ Cuando las penas se comparten, su peso se divide.
- ✓ “No es mas sabio ni mas evolucionado el que no precisa ayuda, sino aquel que tiene conciencia y valor para pedirla cuando la necesita”.Bucay

- ✓ La depresión es un padecimiento que debe tratarse de manera integral con medicación, psicoterapia y apoyo familiar.
- ✓ A continuación se te proporcionan los datos de clínicas donde puedes solicitar información y tratamiento.

DIRECTORIO

- ✓ Asociación Mexicana de Psicoterapia de la Infancia y Adolescencia, A.C. (A.M.P.P.I.A.)
Sede norte :
Gral. Molinos del Campo ·No. 64 Col. San Miguel Chapultepec. Delegación Miguel Hidalgo
Tels. 5515-1041, 5516-7885 y 5273-7401
Sede Sur:
Av. Universidad 1815 entrada A casa 100. Col. Oxtopulco Universidad Delegación Coyoacan
Tels. 5661-5321 y 5661-9793.
Ampag@prodigy.net-mx
- ✓ Asociación Psicoanalítica Mexicana (APM)
Bosque de Caobas 67, Fracc. Bosques de las Lomas, CP-11700 México, D. F. Conmutador:
5596-00-09 • 5596-74-27
- ✓ Centro Comunitario “Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro”.
Calle Tecacalo Mz. 21, Lt. 24, Colonia Ruiz Cortines, Delegación Coyoacán. Tel. 5618-3861
- ✓ Centro de Prevención en Adicciones Dr. Héctor Ayala Velázquez (CEPREA)
Retorno Cerro Acasulco #18, Col. Oxtopulco-Universidad, C. P. 04318 entre Copilco y Miguel
Ángel de Quevedo .Tel. 5658-3911 y 5658-3744
- ✓ Centro de Servicios Psicológicos “Dr. Guillermo Dávila”.
Sótano del Edificio “D” de la Facultad de Psicología. Tel: 5622-2309
centrodeserviciospsicologicos@yahoo.com.mx
- ✓ Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”
Calzada México Xochimilco No. 101 Delegación Tlalpan D.F. Tel. 4160-5000

IMAGINA QUE.....

- ❖ Tu vergüenza pasa de moda y el sentimiento de inseguridad que te bloquea va desapareciendo.
- ❖ Empiezas a reconocerte y gustarte.
- ❖ Recuperas el respeto por tu cuerpo sin caer en dietas extremas o cirugías innecesarias
- ❖ Te dispones a estrenar una nueva imagen de ti mismo.
- ❖ En tu familia hay normas de convivencia que se sostienen sin una confrontación agotadora.
- ❖ Las puertas de tu casa y del dialogo están abiertas tanto para entrar como para salir.
- ❖ Tus padres se mantienen cerca de ti sin sofocarte y sin desear ser adolescentes eternos.
- ❖ Te desprendes de sus expectativas para construir las propias.
- ❖ Cuentas con un pasado tibio y sólido, un presente contradictorio y cambiante y con un futuro incierto pero lleno de posibilidades.
- ❖ Mantienes el ánimo y la motivación por realizar tus actividades cotidianas.
- ❖ Pasas varias pruebas
- ❖ Liberas obstáculos
- ❖ Resuelves conflictos interiores y exteriores
- ❖ Cultivas la fantasía de tu niñez sin perder libertad o autonomía.
- ❖ Te van envolviendo los acentos, las intensidades, las secuencias de sonido y de silencio de la música que desde hace meses viene ritmando tu vida.
- ❖ Finalmente te decides por **adolecer**, acción que refleja crecimiento y transformación mas que por **adolescer** que significa pena y sufrimiento.

NO OLVIDES QUE.....

Eres no solo lo que tienes, también lo que has perdido o anhelado.

Eres los juguetes guardados, los afectos que te abandonaron o que abandonaste, los miedos que te paralizaron, las aflicciones que te atormentaron.

Eres tus mejores notas, tus talentos descubiertos, tu amistad sin tregua y tu primer amor.

Eres el que se aventura a re-crearse, a ser distinto, a ser mas sabio o mas cauto o mas seguro.

Con una guitarra, una cámara, un proyecto o simplemente con un cuaderno en blanco puedes desplegar toda la creatividad que llevas dentro.

Hoy puedes empezar a ser TU MISMO.

Puedes, si te atreves como el poeta, ser el guionista de tu historia.

Ojalá te basten para iniciar tu obra algunas palabras de poeta:

“Para que pueda ser he de ser otro,
salir de mi, buscarme entre los otros,
los otros que no son si yo no existo,
los otros que me dan plena existencia”

“let the sun illuminate the words that you could not find
Reaching for something in the distance
so close you can almost taste it
release your innovations
feel the rain on your skin
no one else can feel it for you
only you can let it in”
no one else, no one else
can speak the words on your lips
drench yourself in words unspoken
live your life with arms wide open
today is where your book begins
the rest is still unwritten
Oh, oh, oh
I break tradition, sometimes my tries, are outside the lines
we've been conditioned to not make mistakes, but i can't live that way
Staring at the blank page before you
open up the dirty window

Natasha Bedingfield

ALCANCES Y LIMITACIONES.

Proporcionarle al adolescente la información sobre los duelos en un CD interactivo, presenta varios beneficios:

- Autoconocimiento
- Introducirlo, sin aburrirlo ni asustarlo, a un tema que lo involucra emocionalmente.
- Brindarle la oportunidad de adentrarse a solas y sin vergüenza en aquellos aspectos que le provocan duda o ansiedad.
- Despertarle la necesidad de hablar, leer o escribir sobre ellos.
- Proporcionarle la posibilidad de atreverse a pedir ayuda profesional y saber donde obtenerla.

Sin embargo al diseñar el CD se consideraron los códigos, la jerga, la moda y los modismos de jóvenes urbanos de clase media, lo que limita su intervención a este sector de la población juvenil mexicana.

Se propone como una herramienta con la que pueden contar padres, maestros o psicólogos para acercarse a las percepciones, prejuicios y estrategias que manejan los jóvenes para afrontar sus duelos. Pero el impacto sería mayor si se diseñara en paralelo un CD o Manual para los adultos que acompañan a los jóvenes en su tránsito por éstos duelos y que posibilite el diálogo entre ellos.

CONCLUSIONES

La adolescencia se ha puesto de moda, se ha cotizado, pero no por ello ha dejado de ser un periodo vulnerable de la vida. Es la etapa en que se pierden cosas, se desvanecen afectos y privilegios de la infancia. Pero también es el tiempo del encuentro con amigos que lo serán toda la vida, con el primer amor, con la vocación y hasta con talentos que se desconocen.

Los adolescentes de hoy se debaten entre renunciadas y denuncias, lo que se ve claramente en las recientes manifestaciones de “los indignados” en España o en “los inconformes” del movimiento estudiantil chileno o incluso en nuestro país donde grupos de estudiantes de secundaria y preparatoria reclaman mayores oportunidades de educación y empleo. Reclamo que cobra especial relevancia en México justo cuando tiene lugar el fenómeno llamado “bono demográfico”, lo que significa que la proporción de la población en edad de trabajar esta creciendo mas rápidamente (y lo continuara haciendo los próximos 20 años), que la población dependiente en edad escolar o en edad de retiro. Bono y privilegios que deberían empezar a vislumbrar y disfrutar nuestros jóvenes, ya lo decía Dolto (1988) solo “una nación vieja sufre de la falta de grandes proyectos” y el nuestro es un país de jóvenes.

De ahí la urgencia de brindarles redes de apoyo dentro de la escuela, la familia y la sociedad en general, que les brinden la posibilidad de despertar con un futuro poblado de opciones, con la autoconfianza de poder elaborar y transformar sus duelos y sobretodo con menos necesidad de buscar vías de escape en conductas adictivas, delictivas o depresivas.

Afortunadamente la sociedad está empezando a reconocer a la depresión como un problema importante de salud pública, pero como lo demuestran los estudios revisados en esta tesina, en México aun existe un rezago significativo en esta área. Por ello los psicólogos clínicos como especialistas de la salud, tenemos la responsabilidad de informar y alertar a todos aquellos que acompañan a los adolescentes para que sepan cuando deben respetar su trabajo de duelo y en que momento intervenir si se trata de un episodio depresivo.

La propuesta del CD apunta a ello, es decir es un intento de colaborar en la red de apoyo escolar y social que tanto requieren y demandan nuestros jóvenes.

REFERENCIAS

- Aberastury, A., Y Knobel, M., (1988). *La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico*. (1ª.Ed.), México. Paidós
- Ajuriaguerra J. ,(1983). Manual de psiquiatría infantil (4ªEd.), Masson Barcelona-México.
- Benjet, C., Borges, G., Medina Mora, M.E., Méndez, E, Fleiz., C., Rojas E., Cruz, C.(2009)*Diferencias de sexo en la prevalencia y severidad de trastornos psiquiátricos en adolescentes en la ciudad de México* . Salud mental 32, (2)
- Benjet, C., Borges G., Medina-Mora ME., Fleiz-Bautista C., Zambrano-Ruíz J.,(2004) *La depresión con inicio temprano: prevalencia, curso natural y latencia para buscar tratamiento* Salud Pública Mex. 24:417- 424
- Bleichmar (1988) *La depresión: un estudio psicoanalítico* Argentina Ediciones Nueva Visión
- Blos, P. ,(2003). *Los comienzos de la adolescencia* (1ª ed. 4ª. Reimp). Buenos aires - Madrid Amorrortu Ed..
- Blos, P.(1981) *La transición adolescente* .Buenos Aires, Amorrortu
- Clasificación Multiaxial de los trastornos psiquiátricos en niños y adolescentes*. (2003) Madrid. Editorial Medica Panamericana
- De la Peña F., Estrada A., Almeida L., Paez F., *Prevalencia de los trastornos depresivos y su relación con el bajo aprovechamiento escolar en estudiantes de secundaria* Salud Mental Vol 12
- Dolto. F., (1998) *Diálogos en Québec. Sobre adopción, pubertad y otros temas psicoanalíticos*. México . Paidós.
- Dolto, F., (1988) *La causa de los adolescentes* Barcelona , Seix Barral
- Freud. S., (1930)*El malestar en la cultura* . Argentina Amorrortu editores, 6ª ed. 1975
- (1913)*tótem y tabú* Vol XIII
 - (1920) *Psicología de las masas y análisis del yo*. Vol XVIII pag. 118n. Y 134
 - (1957) *Introducción al narcisismo*. Vol XIV
 - (1957)*Duelo y melancolía*. Argentina . Vol XIV
- Goijman, L., Kancyper, L., (1998) *Clínica psicoanalítica de niños y adolescentes* Buenos Aires Lumen
- Gómez, C., Palacios, L., De la Peña. F., (2006) *El ABC del adolescente: desarrollo, sexualidad y salud mental*. Instituto Nacional de Psiquiatría "Ramón de la Fuente Muñiz" México.
- González-Forteza, C., Berenson Sh., Jiménez A., (1999) *Al borde de la muerte: problemática suicida en adolescentes* Salud mental Vol. 22 (esp.) 145-153
- Gonzalez-Forteza C., Andrade P (1993) *Estresores cotidianos, malestar, depresión e ideación suicida en adolescentes mexicanos*. Acta siquiátrica y psicológica de América latina . Vol 40 No2
- González-Forteza, C., Salí D., Quezadas, A. Jiménez J.A.,1 (2008) *Problemática suicida en adolescentes y el contexto escolar: Vinculación autogestiva con los servicios de salud mental* Salud Mental Vol. 31 (1) 23-27
- González-Forteza C., Borges, G., Gómez C., Jiménez A.,(1996) *Los problemas psicosociales y el suicidio en jóvenes. Estado actual y perspectivas*. Salud Mental Vol. 19 (Sup, 1) 33-38
- Gutton, P (1993) *Nuevas aportaciones a los procesos puberales y de la adolescencia*. Grupo TESEO. Vol. Especial AMERPI.
- Hornstein, L.,(2006) *Narcisismo, Autoestima, identidad, alteridad*. (3a ed.), Buenos Aires. Paidós
- Hornstein, L (2006). *Las depresiones. Afectos y humores del vivir*. (1ª ed.) Buenos Aires. Paidós
- Kimmel D., (1998) *La adolescencia , una transición del desarrollo* Barcelona Editorial Ariel S,A
- Ladame F.,(2001) *Para qué una identidad ? O el embrollo de las identificaciones y de su reorganización en la adolescencia* Psicoanálisis APdeBA - Vol. XXIII - No 2

- Lerner, H., (2010) *Las depresiones, las tristezas, las apatías, las desesperanzas*. Actualidad Psicológica, Año XXXV, N° 383
- Lucio, E., Durán, C. Bravo, E., Velasco, E (2001). *Los sucesos de vida en dos grupos de adolescentes de diferente nivel socioeconómico*. Salud Mental, 24(5)
- Manoni O., Deluz A., Gibello B., Hébrard J. (1996) *La crisis de la adolescencia* Colección Psicoteca mayor . Serie Freudiana. Edit. Gedisa
- Martínez-Hernández, A., Muñoz A., (2010) *Modelos explicativos sobre la depresión y el malestar emocional*. Salud Mental , 33 (2) 145-152.
- Medina-Mora ME., Lopez EK., Villatoro JA., Juárez F., Carreño S., Berenzon S., Rojas E.,(1994) *La relación entre la ideación suicida y el abuso de sustancias ,Resultado de una encuesta en la población estudiantil*, INPRF 7-14
- Meltzer, D y Harris. M, (1998) *Adolescentes* Buenos Aires , Spatia Editorial.
- Organización mundial de la salud (1996). *“Décima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades, Trastornos mentales y del comportamiento”*. Madrid, editor.
- Pardo, G., Sandoval, A., Umbarila D., (2004) *Adolescencia y Depresión* . Revista Colombiana de Psicología, 013, 7-13 Bogotá Colombia
- Quiroga, S.E., (1998) *Adolescencia: del goce orgánico al hallazgo de objeto*. Eudeba, Buenos Aires.
- Ramírez, S. (1977) *Infancia es destino*. Siglo veintiuno , Editores.
- Rother Hornstein MC., Cartolano E., Lerner H., Najt N., Palazzini L., Rodolfo M., Rodolfo R., Sternbach S., Trilnik de Merea, Ungar V. (2007) *Adolescencias: trayectorias turbulentas* Buenos Aires Paidós
- Rodolfo M., Rodolfo, R.,(1998) *Clínica psicoanalítica de niños y adolescentes*. Buenos Aires, Lugar Editorial
- Winnicott D.W. (1971) *Realidad y juego*. Buenos Aires Gedisa editorial.