

Simposio

MEDICINA DEL ADOLESCENTE (SEGUNDA PARTE)

El adolescente y su familia

Juan Carlos Sánchez Lengua¹

La familia es la principal forma de organización de los seres humanos. Es una agrupación social basada en lazos de consanguinidad o en el establecimiento de un vínculo reconocido socialmente como en el matrimonio.

Pero además, según el modelo sistémico, la familia constituye también un sistema de relaciones, es decir en su engranaje la interacción entre sus miembros le da una característica específica que va más allá de la superposición de sus características individuales.

El adolescente se ubica en este sistema de relaciones el cual determina la conducta de sus miembros que es interdependiente y mutuamente regulada. Elaborándose con el tiempo ciertos patrones de interacción que rigen el funcionamiento de sus miembros.

Además la familia se encuentra incluida en su entorno social con el cual está en interacción constante, lo que transmite a sus miembros los valores y creencias propias de la cultura a los cuales pertenecen.

El adolescente vive la interacción con su entorno social, aquí la familia cumple un rol de modulador, permitiendo con ello que el impacto de los factores culturales, como por ejemplo la moda o socioeconómicos, no perturben su desarrollo evolutivo.

Esto es un aspecto importante por ejemplo, frente a fenómenos como el de la influencia del internet o de los videojuegos en el adolescente, aquí la familia ejerciendo la función de modulador puede desempeñar un efecto de protección frente a su uso indiscriminado que evitaría la aparición de conductas adictivas que algunos ya llaman "ciberadicción".

Dinámica familiar

Siendo la familia un sistema relacional, en su organización se van a determinar una serie de roles y funciones. De tal manera que se desarrollan los límites y fronteras que originan la presencia de distintos subsistemas, como por ejemplo:



- El subsistema conyugal o parental.
- El subsistema de los hermanos.

Estos límites se reflejan tanto en la distancia física entre sus miembros como en la interconexión emocional, lo que influye en aspectos como la comunicación, el afecto, la conducta, etc.

Cuando estos límites son claros y semipermeables permiten no solo un adecuado intercambio de información, sino también una organización más funcional de los roles, funciones y conductas de tal manera que se puede hacer frente a los cambios evolutivos y sociales a los cuales la familia deberá enfrentar de manera adecuada, como por ejemplo la llegada de la adolescencia en los hijos o una serie de hechos sociales como la moda en el vestir.

Para el adolescente un sistema familiar con reglas claras y flexibles es importante para tener un contexto que de seguridad y que maneje adecuadamente las crisis que frecuentemente se presentan en esta etapa de la vida.

Esto es lo que veríamos en una llamada **familia sana o funcional**.

Puede ocurrir que los límites sean difusos y por lo tanto no hay mucha diferenciación entre sus miembros, pudiéndose observar que los padres están excesivamente involucrados en la privacidad de sus hijos o en las relaciones entre los hermanos.

¹ Médico-Psiquiatra del Departamento de Salud Mental del Niño y del Adolescente del hospital Hermilio Valdizan, Lima-Perú.

Aquí el adolescente encontrará que las normas no son claras que puede ser premiado o sancionado incluso en situaciones similares, notara que los padres incluso se descalifican entre ellos y puede aprender a manejar esta situación utilizando el viejo adagio que dice “divide y reinarás”.

Este contexto puede generar severos problemas de conducta en el adolescente con unos padres desplegando una serie de medidas dramáticas para “retomar el control” sobre sus hijos que puede incluir el uso de la violencia, pudiendo llegar a situaciones de verdadero maltrato.

En casos más severos puede ocurrir que los hijos interfieren en la relación de los padres, llegando inclusive a ejercer el rol de sustituto de uno de los padres en una relación excesivamente cercana y riesgosa.

También puede ocurrir una excesiva injerencia de personas ajenas al sistema familiar lo que sin ningún tipo de control por los padres puede conllevar un riesgo para los miembros de la familia.

Este hecho lo podemos ver claramente en aquellos adolescentes implicados en las pandillas o “barras bravas” en los cuales pueden llegar a ser incluso más influyentes que las propias familias.

Esto podríamos encontrar en una llamada **familia caótica**.

Por el contrario hay familias en que los límites son rígidos, en las cuales las reglas y patrones de interacción carecen de la flexibilidad necesaria para adaptarse a los cambios evolutivos o sociales, como los que se ve en la adolescencia.

Como es de esperar en estas familias los enfrentamientos o la conducta de oposición de parte del adolescente son frecuentes.

Los padres tendrán dificultades para manejar situaciones habituales como por ejemplo los efectos de la moda en el adolescente, los permisos para ir a fiestas o salir con sus amigos al cine, pudiendo originar severos conflictos en la familia.

Estos dos últimos casos, tanto las familias caóticas como rígidas son consideradas familias disfuncionales antes llamadas patológicas.

Es necesario señalar que tanto los términos sanos como patológicos hacen referencia a la naturaleza entera de las familias como si pudieran ser completamente sanas o enfermas, tanto la experiencia como la literatura sobre el tema nos enseña que toda familia tiene áreas sanas o adecuadas y áreas inmaduras que podrían mejorar con la experiencia o la terapia.

Otro aspecto que es importante señalar es que mucho depende de la calidad de la relación entre los padres, podemos decir por eso que la columna vertebral de todo sistema familiar

es el subsistema conyugal (los padres); una relación estable, bien cohesionada, con buena comunicación, flexible y afectivamente enriquecedora permitirá a la familia manejar adecuadamente el período de la adolescencia.

Por ello toda medida que apunte a fortalecer relacionamente a los padres, por ejemplo “talleres para los padres” en donde se aborde: estilos de crianza, manejo de conflictos, una comunicación más funcional o incluso la terapia de pareja si los conflictos conyugales son profundos, pueden actuar preventivamente no solo en la dinámica familiar, sino también en la conducta del adolescente y el manejo de las crisis que se presentan habitualmente en este período de la vida.

Homeostasis en la familia del adolescente

La familia como cualquier sistema viviente tiende a mantener una estabilidad interna que le permite adaptarse a los cambios y no desintegrarse.

Permaneciendo en un estado de equilibrio dinámico, produciéndose por ello un permanente ajuste del sistema relacional.

Es como una célula que va a desplegar todos sus recursos para mantenerse con vida.

Este proceso varía de una familia a otra, manteniéndose el equilibrio de acuerdo a una serie de patrones de interacción, valores, reglas, mitos.

Aquí es importante señalar que este equilibrio puede también obtenerse por el síntoma en el adolescente, detallando este concepto podemos decir lo siguiente:

Cuando se presentan conflictos severos entre los padres al punto que podrían hacer peligrar la estabilidad no solo de la pareja conyugal sino también de la familia misma, por ejemplo en casos tan dramáticos como la violencia entre los padres o ante el riesgo de un divorcio.

No sería extraño que en ese momento el hijo adolescente presente problemas de conducta o bajo rendimiento escolar



con ello los padres ya no discutirían por sus conflictos conyugales con el riesgo de ruptura que ello conlleva, sino que ahora la discusión se centraría en la conducta sintomática, lo que a pesar de ser un conflicto no entraña riesgo de ruptura entre los padres, produciendo por el contrario un fuerte motivo de unión entre los padres “por la salud de su hijo” al que “menos que nunca se podría abandonar” bajo el riesgo de mostrarse como un mal padre.

Cabe señalar que esta relación triangular (de a tres) se da de forma inconsciente, lejos de la manipulación, puesto que muchas veces los implicados ni siquiera se percatan del enganche relacional en que están comprometidos.

Otro aspecto importante a resaltar es que la conducta sintomática del adolescente conlleva un sacrificio, puesto que no podría “curarse” por el riesgo que se reanuden los conflictos conyugales entre los padres y el riesgo de ruptura, de eclosión del subsistema parental y de la familia misma que ello conlleva.

Para lograr el equilibrio la familia utiliza una serie de mecanismos de control o de retroalimentación.

Retroalimentación

Frente al conflicto, por ejemplo desacuerdos conyugales profundos entre los padres o estímulos externos, por ejemplo, presión social en las familias migrantes, el sistema familiar pone en juego una serie de mecanismos de control conocido como retroalimentación.

Así tenemos, la retroalimentación negativa en la cual frente a una señal de cambio, corrige su desempeño volviendo al funcionamiento original.

La retroalimentación positiva es cuando frente a una señal de cambio, modifica aún más su funcionamiento.

El ciclo vital en la familia

La familia al igual que la célula tiene un ciclo vital, en el cual cada etapa de cambio es precedida por una crisis, para adecuarse a cada una de estas etapas la familia apela a todos sus recursos para llegar a encontrar un nuevo equilibrio que mantenga la funcionalidad del sistema.

Dentro de las etapas, tenemos:

1.- Formación de la pareja e inicio de la familia: cuando un hombre y una mujer deciden unirse y conformar una pareja, se produce un evento en el cual se unen dos mundos para constituir un universo en el cual cada uno contribuye con su historia personal, mitos, valores, creencias, modelos relacionales en sus propias familias de origen y expectativas. Con ello la pareja deberá crear nuevas formas de relación y comunicación, proyectos, objetivos, en un proceso de acomodación y adaptación mutua.

La pareja deberá negociar voluntaria e implícitamente un proyecto y objetivos hacia los cuales caminar. Este punto es determinante, pues de no lograr un acuerdo, podría ser la causa de conflictos posteriores, que se evidenciarían en la crianza de los hijos en las crisis evolutivas como la adolescencia.

2.- Etapa de la crianza inicial de los hijos, que comienza con el nacimiento del primer hijo, en la cual los padres tendrán que redefinir sus roles y relación para incluir el rol de padre y madre.

3.- Familia con hijos pre-escolares, que comienza con el ingreso del hijo mayor a inicial.

4.- Familia con hijos escolares, que inicia con el ingreso del hijo mayor a la escuela, los padres deberán reorganizarse para permitir el ingreso a la vida del hijo del otro sistema importante que es la escuela.

5.- Familia con hijos adolescentes, algunos autores la consideran como la más difícil de todas, esto por diversas causas, como son:

a) En el adolescente, la búsqueda de autonomía y la diferenciación del adulto (padres) en la búsqueda de su propia identidad, esto determina ciertas conductas de los adolescentes, no siempre bien entendidas por los padres, como por ejemplo la forma de vestir, la actitud cuestionadora de todo lo que considera “el mundo adulto” (los padres) que puede ser considerada por los padres como provocación.

b) La necesidad del adolescente de recibir un trato por los padres de “igual a igual”, los adolescentes buscan una relación horizontal o simétrica; lo contrario es decir una relación vertical o complementaria podría hacerlos sentir que se les infantiliza, pudiendo originar un profundo rechazo por parte de ellos.

c) La dificultad en algunas familias para poder negociar con el adolescente, la forma más conveniente para resolver muchos conflictos, claro está no todo se negocia, hay normas que no deben ser incluidas, como por ejemplo, no llegar ebrio a casa al regresar de una reunión, en toda negociación debe quedar bien claro lo “que no es negociable”.

Por todo ello el adolescente induce, en condiciones normales un cambio radical a nivel relacional en su familia.

Este cambio se efectúa en un proceso por etapas sucesivas que va desde una fuerte dependencia (infancia) a la autonomía.

El éxito de este proceso es por un trabajo de separación manteniendo relaciones armoniosas.

El adolescente debe prepararse para partir, para hacer su propio camino; pero para que esto sea posible los padres también deben estar preparados, por ello la diada parental debe estar bien cohesionada para hacer frente a lo que muchos

autores denominan el “síndrome del nido vacío”. Muchos padres vivencian un enorme temor frente a la posibilidad de quedarse solos los dos, uno frente al otro, para evitarlo pueden poner en juego una serie de mecanismos sea para que no se de esta partida o para llenar el vacío producido (por ejemplo adoptar a otro niño).

El adolescente sensible a esta situación puede desarrollar una serie de conductas para evitar partir (Para “no crecer”), las cuales devienen en síntoma, como por ejemplo reprobar de año en los estudios en varias ocasiones, no asumir responsabilidades o asumir conductas de riesgo como el consumo de alcohol y drogas.

Este cambio no se puede lograr sin crisis.

Crisis familiar y adolescencia

Se entiende por crisis una fase peligrosa de la cual puede resultar algo beneficioso o algo perjudicial para el sistema que la experimenta.

Por tanto la crisis es una época de transición o cambio que se da en una situación de conflicto e inestabilidad.

En términos sistémicos se produce una crisis cuando una tensión afecta al sistema y dicho sistema requiere de un cambio que se aparta del repertorio habitual de conductas.

Podríamos resumir diciendo que la crisis es el estado que precede al cambio.

Es una perturbación de una situación estable que se caracteriza porque sobreviene de forma repentina o inesperada, provocada por un acontecimiento estresante o precipitante, afectando a una persona o grupo que hasta entonces tenía un determinado nivel de funcionamiento, de manera que provoca un desequilibrio.

La crisis confronta a los padres en su posición frente a la adolescencia, a los hermanos y al adolescente mismo.

Cabe señalar que a diferencias de las sociedades tradicionales, la sociedad occidental padece de rituales (culturales) que ayuden a manejar estas crisis de transición, quizás en nuestro medio las fiestas por los quince años de las adolescentes o “quinceañeros” o “quino”, sea el único ritual que subsiste y que permite a los padres presentar “en sociedad” a la joven y ser aceptada por la familia y su entorno como alguien que “dejó de ser niña”.

Crisis parental

Este período de cambio va a originar en los padres una percepción de envejecimiento, con una vivencia de duelo, de pérdida; no solo de la etapa apacible de la infancia, sino también de las propias capacidades de los padres, lo que además les da inseguridad y temor.

Esta situación dificultará a los padres para reubicarse relacionamente frente a su hijo adolescente lo que hará difícil que puedan desarrollar su capacidad para negociar con él, incluso para manejar diversos aspectos que los confronten como por ejemplo la sexualidad.

Cambios en la familia

El adolescente cuestiona ciertas reglas de la familia, marca distancias del subsistema parental, reafirma las diferencias generacionales.

Frente a ello es importante la reacción de los padres, de su actitud dependerá que el adolescente no trasgreda los límites del subsistema parental y se implique en la dinámica conyugal, pudiendo ubicarse en medio de los padres como en las triangulaciones que mencionamos en líneas anteriores, pero también en conflictos en que uno o ambos padres se enfrascan en discusiones interminables con su hijo adolescente casi “de igual a igual” que no resuelven el conflicto y en el que además pierden autoridad.

En ese sentido siempre hacemos referencia a la imagen de que los padres son los capitanes del barco y los hijos los marineros, son los capitanes los que dirigen el timón del barco, su autoridad es tan clara que difícilmente veríamos una situación en que los capitanes discutan con los marineros sobre la marcha del barco, pero los capitanes mantienen el orden en el barco no solo por las normas y reglas, sino también por las estrategias que emplean para que se cumplan, las cuales se caracterizan por su buen tino, respeto y seguridad de sí mismo.

Es importante señalar que si bien el adolescente puede presentar una conducta de oposición, esta esconde su búsqueda de autonomía e identidad, pero también paradójicamente expresan la necesidad de dependencia del adolescente y de ser contenido por un adulto para adquirir confianza en sí mismo. Esta es una de las tareas principales de “los capitanes del barco”.

Uno de los cambios que las familias de hijos adolescentes deberán elaborar es de los: PATRONES DE INTERACCIÓN.

De una relación complementaria (vertical) que se da preferentemente en la niñez a una simétrica (horizontal, “casi de igual a igual”) que es la que busca el adolescente.

En la complementaria el niño ocupa una posición subalterna, solo obedece y sigue la línea del superior; hay poco espacio para su opinión y no cuestiona al superior.

Mientras que en la interacción simétrica el trato es de igual a igual, horizontal, el adolescente es contestatario, se muestra reacio para obedecer y hay un espacio para su opinión.

Habitualmente el cambio de interacción es elaborado por los padres, pero hay familias en el cual se produce un bloqueo.



Sea porque se reactualiza un conflicto en los padres en relación a su propia historia personal (con sus propios padres, por ejemplo) o porque no están preparados para la partida del adolescente (por precariedad en relación conyugal de los padres, por ejemplo).

Focos de conflicto más frecuentes

1) Vida y costumbres sociales:

- Elección de amigos y parejas.
- Permisos.
- Hora de volver a casa.
- Elección de ropa y estilo de peinado.
- Tiempo de permanencia en casa y con la familia

2) Responsabilidad

- Realización de tareas familiares.
- Uso del dinero: gastos y fuentes.
- Uso del teléfono.
- Cuidado de objetos personales, ropa y dormitorio.
- Uso de pertenencias de la familia.

3) Relaciones familiares

- Conducta inmadura.
- Riña con los hermanos.
- Relaciones con los familiares.
- Grado de autonomía con respecto a la familia.

4) Los estudios

- Calificaciones y nivel de rendimiento.
- Hábitos de estudio y trabajo para la casa.
- Regularidad en la asistencia a clase.
- Actitud con respecto a los estudios.
- Conducta en los estudios.

5) Valores y moral

- Beber, fumar o consumir drogas.
- El lenguaje y el habla.
- La honestidad.
- La conducta sexual.

- Obedecer la ley, mantenerse fuera de problemas.
- Acudir a los actos religiosos.

Patrones básicos de control familiar

Las familias ponen en juego diversos patrones para de alguna manera manejar o controlar a sus hijos adolescentes, a continuación mencionaremos los más frecuentes:

Control autocrático

- Tiende a producir una combinación entre rebelión y dependencia.
- Es vertical, autoritario y rígido.
- El efecto de las medidas punitivas es generalmente negativo.

Control permisivo

Resulta en la falta de sociabilización y produce muchos efectos negativos.

Las normas y reglas se trasgreden fácilmente.

Autoritario pero democrático

- Las decisiones se toman conjuntamente entre los padres y el adolescente.
- Tiene un efecto positivo.

Control ambiguo

- Es incoherente, de un mayor efecto negativo
- Produce rebelión y desobediencia.
- Es en ocasiones indistintamente autocrático, democrático o permisivo.

La Negociación

Para que se dé la negociación entre los padres y el adolescente el contexto debe contar con los siguientes elementos:

- Respeto mutuo.
- Flexibilidad.
- Tranquilidad.
- Empatía.
- Aceptación.
- Compartir emociones.
- Compromiso.

Deberá además contar con los siguientes pasos

- 1) Evaluar las ventajas: beneficios de ambas partes.

- 2) Reconocimiento de la autoridad parental y normas de la familia.
- 3) Reconocimiento del adolescente.
- 4) Delimitación del problema.
- 5) Expresión de los temores por ambas partes.
- 6) Definir el objetivo.
- 7) Evaluar las alternativas: pros y contras.
- 8) Elaboración de los acuerdos: contrato, en ocasiones puede ser aconsejable que pudieran elaborarse por escrito.

Lo que se negocia

Obviamente no todo es negociable, existe un límite para todo, esta es una de las enseñanzas que los adolescentes deberán aprender con la ayuda de los padres, a continuación mencionamos algunas:

- Actos que trasgreden una norma.
- Cualquier situación que conlleve un riesgo.
- Cualquier situación que produzca una inversión jerárquica.
- Cualquier situación que conlleve una humillación.
- Cualquier acto que lleve a la “infantilización” del adolescente.
- No satisfacción de las necesidades básicas.

Los padres o adolescentes podrán agregar algunas que consideren trasgreden sus derechos.

Adolescencia y ligazón transgeneracional

El adolescente también puede ser el “depositario” de la “memoria” familiar (historia, valores, simbolismos, etc.), este legado está fuertemente ligado a un factor como la LEALTAD, la cual es un poderoso motivador en las relaciones humanas. Así podemos encontrar con frecuencia familias de médicos,

maestros, empresarios, etc., en las cuales el adolescente por lealtad estaría fuertemente comprometido a seguir con la profesión u oficio predominante en la familia, bajo el riesgo de mostrarse desleal con la familia.

La lealtad está fuertemente determinada no solo por lazos efectivos sino también por la consanguinidad, la cual establece una fuerte ligazón entre el adolescente y los miembros de la familia de otras generaciones como los padres, tíos y abuelos, aun en las situaciones más especiales.

Así podremos entender por ejemplo el esfuerzo de un adolescente adoptado por conocer la historia de su familia biológica, aun cuando jamás tuvo el más mínimo contacto con ella, sin que eso signifique que no quiera a su familia adoptiva. También podría ayudarnos a entender la ambivalencia de una adolescente abusada sexualmente por su padre por quien vivencia sentimientos de rechazo por el abuso cometido y de afecto porque es también su padre y le dio la vida.

El adolescente también pueden recibir la DELAGACIÓN de una tarea imposible: por ejemplo, un padre puede delegar a su hijo la misión de satisfacer a sus propios padres donde él fracasa, por ejemplo realizar estudios universitarios en una familia en donde tanto la madre como el padre no pudieron ni concluir la secundaria o también tener el éxito económico al cual los padres no llegaron.

Esta situación puede ser particularmente dramática si la realidad del adolescente presenta limitaciones insalvables como por ejemplo un retardo mental leve.

Hay situaciones particulares en que el adolescente puede encontrarse envuelto como por ejemplo el maltrato y provenir de una familia de maltratadores que se extiende hasta las generaciones más lejanas y estar condenado a repetir patrones de interacción (el maltrato) como en sus generaciones anteriores.

Referencias bibliográficas

1. **Pittman III, F.** Momentos Decisivos, Ed. Paidós, Buenos Aires, 1990.
2. **Stierlin H.** Terapia de Familia. Ed. Gedisa, Barcelona, 1999.
3. **Sánchez y Gutiérrez D.** Terapia Familiar - Modelos y técnicas. Ed. Manual Moderno, México, 2000.
4. **Castillo Ceballos G.** El Adolescente y sus retos. Ed. Piramide, 2000.
5. **Micucci JA.** El Adolescente en la Terapia Familiar. Ed. Amorrortu, 2005.
6. **Toro Talledo J.** El Adolescente en su mundo. Ed. Piramide, Madrid, 2010.
7. **Boszormenyi-Nagy I.** Lealtades invisibles. Ed. Amorrortu, Buenos Aires, 1994.
8. **Minuchin S.** Familias y Terapia Familiar. Ed. Gedisa, 2ª edición, Barcelona, 2009.
9. **Philip Ric F.** Adolescencia, desarrollo, relaciones y cultura. Ed. Prentice Rice, Madrid, 2000.
10. **Estevez E.** Los problemas en la Adolescencia. Editorial Síntesis, Madrid, 2013.