

Individuación adolescente

José Gómez

Nació en una familia normal, con unos padres normales, con hermanos normales. Su infancia fue normal. En el colegio era normal. Con sus amigos era normal. Sus padres tenían una relación normal. Como todo el mundo. Ejercían su autoridad como padres y la educaban como a ellos les habían educado. Como todos los padres. Todo normal.

Creció y su cuerpo empezó a cambiar. Como el de las demás. Sus padres se empezaron a preocupar. Como todos los padres. Empezó a salir de casa, como los demás. Empezó a juntarse con sus amigos. Como los demás. Sus padres se preocupaban más. Como los demás. Todo normal.

Empezó a ser diferente. Como los demás. Empezó a ser alguien. Como los demás. Todo normal. Pero... Sus padres no querían que le influyeran los demás. Como los demás. Todo normal.

Se empezó a rebelar. Como los demás. Empezó a hacer «cosas raras». Como los demás. Quería ser diferente. Como los demás. Quería ser alguien. Como los demás. Sus padres reforzaron las normas, límites, imposiciones, castigos. Como los demás. Todo normal.

Cambió su peinado y su ropa. Como los demás. Quería ser más diferente. Como los demás. Quería ser alguien. Como los demás. Pero sus padres le recordaban cómo debían ser los de su familia. Como los demás. Todo normal.

Empezó a distanciarse de sus padres. Como los demás. Quería ser alguien. Como los demás. Sus padres empezaron a ignorarla. Como los demás. Todo normal.

Se hizo un tatuaje. Como los demás. Se puso un piercing. Como los demás. Quería ser diferente. Como los demás. Quería ser alguien. Como los demás. Sus padres le pedían explicaciones. Como los demás. Le reprochaban su actitud. Como los demás. Se desesperaban. Como los demás. Todo normal.

Empezó a beber. Como los demás. Empezó a tomar drogas. Como los demás. Quería ser diferente. Como los demás. Quería ser alguien. Como los demás. Sus padres la castigaban. A veces, la pegaban. Querían protegerla. Como los demás. Por su bien. Como los demás. Todo normal.

La ingresaron con un coma etílico. Como los demás. Necesitaba ser diferente. Como los demás. Necesitaba ser alguien. Como los demás. Sus padres se desesperaban. Como los demás. Todo normal.

Se tomó pastillas. Casi se muere. Como los demás. Luchaba por ser diferente. Como los demás. Luchaba por ser alguien. Como los demás. Sus padres la vigilaban. Como los demás. Todo normal.

La ingresaron en psiquiatría. Como los demás. Se empeñaba en querer ser diferente. Como los demás. Se empeñaba en querer ser alguien. Como los demás. Sus padres ya no la dejaban sola ni de noche ni de día. Por su bien. Como los demás. Todo normal.

Le pusieron medicación. Como a los demás. Sus padres insistían en que cambiara de actitud. Todos le hablaban. Como a los demás. Pero nadie la escuchaba. Como a los demás. Todo normal.

Le dieron el alta. Como a los demás. Regresó a casa. Como los demás. Quería ser diferente. Quería ser alguien. Como los demás. Cuando estaba sola, miró hacia la ventana. Como los demás. Todo normal.

Ahora es diferente. Como ella quería. No podía más. Los periódicos no dirán nada. Todo normal.

Individuación

El proceso de individuación comienza en la infancia y se consolida en la adolescencia. Si los padres han transmitido un modelo valioso de familia al adolescente, éste adquirirá una fuerte pertenencia. Sobre esa sólida base podrá construir su propia identidad y diferenciarse de su familia de origen. El adolescente necesita ser reconocido por los demás como un individuo con identidad propia. De este modo, puede iniciar el paso hacia la vida adulta.

Este proceso siempre da origen a una crisis familiar, ya que todos sus miembros tienen que adaptarse a la nueva posición adquirida por el adolescente. Sin embargo, muchos padres lo viven como una amenaza para su autoridad o para la integridad de la familia. Como consecuencia de ello, interfieren en el proceso tratando de impedir lo inevitable: la individuación de su hijo adolescente.

Durante esta etapa, muchas familias mantienen con los adolescentes una espiral de enfrentamiento creciente, sin tener en cuenta las consecuencias que esa dinámica desestructurante puede tener para los hijos. Cuanto antes comprenda cada miembro de la familia el proceso que está viviendo, menor resistencia tendrá que ejercer el adolescente para alcanzar uno de sus principales objetivos vitales: ser reconocido por lo que es.

Llegar a esta comprensión requiere llevar a cabo un proceso de toma de conciencia profundo. Hay quien prefiere no saber qué está pasando en su vida. Tal vez cree que al averiguarlo se va a encontrar con algo terrible. Sin embargo, en muchas ocasiones, lo terrible ya está ocurriendo.

Marzo 2010