



La Adolescencia

Dra. Rocío Mesén,
Psicóloga Psicoanalista

Desde muy temprano en mi adolescencia cuando la vida me dio el privilegio de ser parte de grupos juveniles y coadyuvar como líder escuchaba y compartía con amigos y compañeros sobre las vivencias y dolores que estaban atravesando, sus relaciones familiares en muchos casos muy lastimados por formas inadecuadas de convivencia en el seno familiar. Luego al tomar la decisión de elegir mis carreras profesionales, los adolescentes y sus vicisitudes fueron motor para la elección, ya a los 19 años inicié mi vida profesional con adolescentes, una joven atendiendo a unos muchachos que constantemente buscaban a su orientadora para hablar de sus dolores, de sus problemas, de lo que les aquejaba. Agradezco cada minuto compartido con esos chicos a lo largo de varias décadas, porque ellos me enseñaron el verdadero sentido de ser y la profundidad de la etapa que se vive en la adolescencia. Superé los conceptos teóricos, asumiendo la adolescencia como más que un tránsito, es una etapa en la que la persona se enfrenta al desafío de construir su identidad muchas veces con bases lodosas, de encontrar un lugar en el mundo y de descubrir el sentido de su existencia. Sin olvidar que el proceso de cambio permanente, físico, psicológico, el duelo por su cuerpo y por los padres de la infancia. La vida relacional, afectiva y sexual, la curiosidad por “conocer” las novedades de la vida juvenil, la exposición a todo lo que el mundo ofrece cuando tienes un cuerpo que parece que estás grande pero que no tienes ninguna experiencia propia, pero quieres tenerlas... y como si fuera poco se le suma la “obligación de rendir en su medio... social, amoroso, académico o enfrentarse a las dificultades que esa “realidad” le impone.

Es sabido que, en Costa Rica, este proceso se complica ante una realidad que expone a los jóvenes a riesgos afectivos y sexuales sin precedentes. La violencia, la sexualidad temprana, las crisis de identidad, los embarazos no deseados y la falta de propósito no



La Adolescencia, un laberinto a lo desconocido



son simplemente fenómenos sociales; son expresiones de conflictos psíquicos profundos que revelan la complejidad del desarrollo humano en tiempos contemporáneos. Desde una pers-

pectiva psicoanalítica, estos desafíos pueden comprenderse en su totalidad, atendiendo no solo a sus manifestaciones externas, sino a las huellas inconscientes que dejan en la subjetividad de los adolescentes. Se requiere, por tanto, un enfoque educativo inclusivo y transformador, capaz de contener, elaborar y resignificar estos conflictos.

Desde compartirles algunos datos reveladores que nos presentan las estadísticas sobre los riesgos sociales de los adolescentes: **Violencia: La Ruptura del Vínculo Primordial**

Costa Rica enfrenta cifras alarmantes de violencia en adolescentes, con cerca de 8.000 denuncias anuales de abuso sexual. La violencia, en cualquiera de sus formas, representa una ruptura en el vínculo primordial con el Otro, entendiéndose el mismo como las figuras significativas en la vida del adolescente que lo constituye, generalmente ese cuidador primario, quien actúa como espejo y contenedor de

las primeras experiencias emocionales. Cuando este vínculo es violento o inexistente, se produce una fractura en la constitución del yo. El adolescente expuesto a violencia física, emocional o sexual se enfrenta a la desintegración de su imagen interna, lo que puede llevar a sentimientos de vacío, agresividad, o una compulsión a la repetición del trauma. La violencia no solo deja marcas en el cuerpo, sino que se inscribe en el inconsciente como una narrativa de dolor que amenaza con repetirse.

En este contexto, la escuela se convierte en un escenario crucial para la reconstrucción del vínculo afectivo. Es imperativo que el sistema educativo incluya espacios de contención y escucha activa, donde los adolescentes puedan expresar sus experiencias y resignificarlas a través de la palabra, ser escuchados sin juicio, sin las reglas para castigar, sino para repensar sus acciones y darles nuevas formas, logrando sucesos transformadores. La presencia de orientadores, psicólogos y educadores capacitados en procesos de elaboración del trauma es esencial para transformar el dolor en resiliencia, como acompañantes en el proceso, como portadores de nuevas formas de acción y no de reacciones culturales embutidas en el sistema que ya todos conocemos... muchas veces represor.

Otro riesgo es la sexualidad temprana: La adolescencia es el despertar del deseo, un momento de intensas transformaciones psíquicas y corporales. Frente a una propuesta de lo natural es el encuentro con el deseo de lo desconocido, con novedades internas. Iniciando porque sexualidad es mucho más que genitalidad, es un universo interior que encaminado hacia una marca en el ser, como una expresión de sí mismo tendría resultados dignificadores. Sin embargo, la exposición temprana a contenidos sexuales explícitos, que en algunos casos ocurre desde los 8 años, ha alterado el ritmo natural de este despertar. La pornografía, al presentar una sexualidad desvinculada de la afectividad y el respeto, introduce al adolescente en un universo de imágenes que fragmentan la construcción de su identidad sexual. Desde el psicoanálisis, la sexualidad no es solo un acto físico, sino una búsqueda de sentido, una forma de vinculación. La exposición precoz impone un guion ajeno, que despoja al adolescente de la posibilidad de descubrir su deseo de manera auténtica. En lugar de explorar su identidad de forma gradual, se ve forzado a adoptar roles impuestos, lo que puede llevar a crisis de identidad y una sensación de vacío existencial. A sentirse impotente por no poder “lograr” lo que hacen otros tanto es sus conquistas como en su expresión personal, lo cual lo llena de inseguridades y se ve desprovisto de amor propio.

Frente a esto, la educación sexual

debe ir más allá de la información biológica o preventiva. Es necesario un abordaje integral que incluya la dimensión afectiva y relacional de la sexualidad. Esto implica abrir espacios de diálogo donde los adolescentes puedan expresar sus inquietudes y confrontar los modelos impuestos por la cultura digital. La escuela debe ser un lugar seguro para la exploración del deseo, donde se fomente una sexualidad responsable, respetuosa y vinculada al amor propio.

De lo anterior me surge la necesidad de repensar en la crisis de identidad y amor propio como reflejo en el espejo social: Sabemos que la identidad se construye con relación al Otro, esos seres significativos que marcan la vida en un proceso de identificación y diferenciación constante. Sin embargo, en la actualidad, este proceso se ve mediado por un Otro digital que impone estándares inalcanzables de éxito, belleza y felicidad. Las redes sociales han construido un espejo deformante que presenta una realidad filtrada, distorsionando la imagen que los adolescentes tienen de sí mismos. Si el espejo social refleja una imagen idealizada e inalcanzable, el adolescente puede experimentar una profunda crisis de identidad, acompañada de baja autoestima, ansiedad y tristeza profunda. Esta falta de amor propio se agrava cuando no existen referentes significativos que validen su existencia más allá de la imagen superficial, cuando no se ha gestionado el ser y se le da mayor importancia al hacer para tener. El desafío educativo consiste en reconstruir un espejo simbólico que permita al adolescente reconocerse y aceptarse en su singularidad. Esto requiere la implementación de programas educativos que fomenten la reflexión crítica sobre los medios de comunicación y la construcción de la identidad. Es fundamental que la escuela promueva espacios de autoexpresión creativa, donde los adolescentes puedan explorar su identidad más allá de los estereotipos sociales.

Los embarazos en la adolescencia, muchas veces “No Deseados” establecen una ruptura del proyecto vital: En nuestro país y en muchos lugares en el mundo la falta de educación sexual integral en el hogar, en los espacios educativos, en los lugares de fe ha contribuido al incremento de embarazos no planificados. Ha ganado los mitos, falsas creencias, la ignorancia, la vergüenza y las creencias tradicionales, todo ello son mordazas que impiden que los adolescentes hablen, pregunten a quienes podrían guiarles (entendiendo que los adultos deberíamos tener a formación adecuada para solventar sus dudas). Tengo dos experiencias en mi vida que deseo compartirles. Mi mamá a los 9 años me compró un libro “Instructivo para la sexualidad”. me lo dio y dijo: lea eso, si tiene preguntas me dice. Era un acto avanzado de educación, ella se sentía que era lo nece-



sario... se lo agradezco, pero jamás pregunté... su “timidez” al regalarme el libro la asumí como “no me pregunte”.

La segunda experiencia la viví como profesional, entre a un aula de niños de quinto grado, en su mayoría tenían 11 años. El profesor de ciencias me dijo: “ay que dicha que llegó, yo no puedo con las preguntas de estos guías están preguntando cosas de sexo y yo no se que decirles, después los papás se enojan.”

Dejo ambos relatos para su consideración.

Bien sabemos que el embarazo adolescente representa una irrupción en el proyecto de vida, una fractura en el tiempo que impide la continuidad del proceso de individuación. La adolescente que se convierte en madre de manera prematura se ve forzada a asumir un rol adulto antes de haber consolidado su identidad, lo que puede generar conflictos internos y sentimientos de ambivalencia.

Considero que la educación para la sexualidad debe estar presente desde la cuna, abordar con naturalidad permitiendo el diálogo y la reflexión. Si una chica vive la experiencia de embarazarse, a pesar de la ruptura en

el plan de vida que se esperaba, ella sigue siendo una persona integral (no solo una mamá), un ser que requiere acompañamiento y guía. Esto implica reflexionar sobre las expectativas sociales y culturales que rodean la maternidad, así como cuestionar los mandatos de género que influyen en la construcción del deseo femenino.

La falta de propósito...un vacío existencial: Uno de los síntomas más alarmantes en nuestra sociedad es la sensación de falta de propósito. En un mundo acelerado y fragmentado, también los adolescentes enfrentan una crisis de sentido que se manifiesta en

apatía, conductas de riesgo e incluso pensamientos suicidas. Este vacío existencial se relaciona con la dificultad para simbolizar el deseo y construir un proyecto de vida que dé significado a la existencia. Vivimos en un “mundo lleno de expectativas e idealizaciones” que nos confronta con nuestras faltas y carencias, donde parece que solo nos señala, nos juzga... “no estás in”, confrontándonos a que estamos fuera de “Lugar” “moda” “grupo”... porque “hay que cumplir” con una serie de “requisitos” para ser parte del todo, cuando la realidad es que cada persona es una historia, es única e irrepetible... una oportunidad de reflexionar en la distorsión entre la propuesta de bienestar y malestar... tema para otra ocasión.

Por ahora concluyo con algunas ideas para vos, para mí, para quien quiere repensar:

¿Dónde pueden los niños y adolescentes encontrar espacios de diálogo donde se aborden estos temas de manera abierta, sin prejuicios ni moralismos?

¿Queremos ser parte del proceso de transformación?

La palabra tiene un poder curador, transformador. Al permitir que los adolescentes se expresen, sus ideas, sus experiencias, sus quejas, sus miedos, deseos y conflictos internos, se les brinda la posibilidad de resignificar sus experiencias y construir una identidad auténtica. La educación inclusiva debe promover el diálogo y la escucha activa, reconociendo al adolescente como sujeto de deseo y constructor de sentido.

En un mundo donde la violencia, la sexualidad temprana y la crisis de identidad amenazan con fragmentar el ser, el hogar, la escuela y los grupos de fe deben actuar como un espacio simbólico de contención y transformación. Solo a través de una educación que abarque la dimensión afectiva y simbólica del ser humano, se podrá guiar a los adolescentes hacia una adultez consciente, responsable y plena. La responsabilidad recae sobre todos: educadores, padres y sociedad. Se requiere un compromiso colectivo para construir un futuro en el que nuestros jóvenes puedan amar, vivir y soñar sin miedo, y donde el deseo no sea fuente de dolor, sino de creación y libertad.

Dra. Rocío Mesén
Psicóloga-Psicoanalista

[/doctorarociemesen](https://www.instagram.com/doctorarociemesen) [/morphoconsultores](https://www.facebook.com/morphoconsultores)

www.morphoconsultores.com

Dra. Rocío Mesén, PhD
Psicóloga-Psicoanalista
Consultora Organizacional
Especialista en Gestión del Ser e Innovación

