

# Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas\*

Anna Maria Fernández Poncela

Universidad Autónoma Metropolitana-Plantel Xochimilco. México.  
fpam1721@correo.xoc.uam.mx



Recibido: 09/01/2014

Aceptado: 18/02/2014

## Resumen

Este texto es un acercamiento y, en la medida de lo posible, una muestra de comprensión, una explicación y una reflexión en torno al proceso de la adolescencia. Se trata de las relaciones de las adolescentes y los adolescentes con su entorno social, en especial con la familia, así como de los conflictos y las problemáticas que existen en esta etapa. La adolescencia es desarrollo y crecimiento cognitivo y emocional. El estudio de este tema se hace a través de una narrativa social, popular y cotidiana: los chistes y las caricaturas. Esto es, por medio de estos relatos, nos aproximamos al mundo adolescente. Se considera que los chistes son una mirada a la vida, al mismo tiempo que reflejo y constructores de la realidad social. Los chistes informan de los problemas, pero cada uno puede escoger si los sigue repitiendo o si los observa y decide cambiarlos. La función del chiste es transmitir humor, además de facilitar la expresión emocional y la reflexión social.

**Palabras clave:** adolescencia; emociones; familia; chistes; caricaturas.

## Resum. *Adolescència, creixement emocional, procés familiar i expressions humorístiques*

Aquest text és un acostament i, en la mesura del que sigui possible, una mostra de comprensió, una explicació i una reflexió al voltant del procés de l'adolescència. S'hi tracten les relacions de les adolescents i dels adolescents amb el seu entorn social, especialment amb la família, com també els conflictes i les problemàtiques que existeixen en aquesta etapa. L'adolescència és desenvolupament i creixement cognitiu i emocional. L'estudi d'aquest tema es fa a través d'una narrativa social, popular i quotidiana: els acudits i les caricatures. És a dir, per mitjà d'aquests relats, ens aproximem al món adolescent. Es considera que els acudits són una mirada a la vida, a més de reflex i constructors de la realitat social. Els acudits informen dels problemes, però cadascú pot triar si els continua repetint o si els observa i decideix canviar-los. La funció dels acudits és transmetre humor, a més de facilitar l'expressió emocional i la reflexió social.

**Paraules clau:** adolescència; emocions; família; acudits; caricatures.

\* A los adolescentes y a las adolescentes, porque de ellos es el reino de las inseguridades y la aventura de descubrirse y ser, y a las madres y a los padres, porque vivirán el duelo y la aceptación, además de crecer emocionalmente.

**Abstract.** *Adolescence, emotional growth, family process and humorous expressions*

This text is an approach and the possible understanding, explanation and reflection on the process of adolescence. Is about relationships adolescents with their social environment, especially the family and the conflicts and problems that exist in this context. Adolescence is cognitive and emotional development and growth. The study of this issue is through a popular and everyday social narrative: the jokes and caricatures. It is through these stories of society is that we approach the teenage world. It is considered that the jokes are a look at life reflect and builders of social reality too. Jokes report problems but everyone is repeating that follow or observe and decide that change. The function of the joke is the humor, emotional expression and social reflection.

**Keywords:** adolescence; emotions; family; jokes; caricatures.

**Sumario**

- |  |   |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción: objetivos e intenciones</li> <li>2. Algo de teoría y reflexión sobre la adolescencia para la adolescencia</li> <li>3. Algo de teoría y reflexión sobre la adolescencia para las progenitoras y los progenitores de adolescentes</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Conclusiones: la función cognitiva y emocional del chiste en la vida</li> <li>Referencias bibliográficas</li> </ol> |
|--|---|

**1. Introducción: objetivos e intenciones**

Este trabajo es parte de mi vida, y tal vez de la tuya, si te ha interesado leerlo. La investigación está implicada en la vida y viceversa. Al investigar, intervenimos y nos implicamos en la existencia, y éstas —la investigación y la existencia— penetran en nosotros. Investigamos para investigarnos y la investigación nos investiga. Y es que hoy estamos ante una nueva mirada hacia la realidad o lo que ésta signifique. Ello requiere también un nuevo modelo y una nueva perspectiva de investigación. Una forma diferente de desarrollar los estudios más cercana a la cotidianidad y, sobre todo, a la gente de carne y hueso y sus problemas o la percepción de éstos. No los problemas elegidos por especialistas en opinar o argumentar sobre lo que consideran importante para la humanidad en su conjunto y que adornan con discursos metalingüísticos. Hoy sabemos que la objetividad no existe, aunque, en investigación social, hay que tender a alcanzarla. Aquí se realizan intentos de acercamiento a la realidad, propósitos de aprender de ella y comprenderla sin juzgar, con la esperanza de que sirva para reflexionar y así convertirnos en mejores personas, o en las personas que realmente somos, como dice Rogers (2007).

Con esta intención es con la que inicio el presente redactado, resultado de un estudio sobre la adolescencia, los chistes y las caricaturas, esto es, sobre una narrativa social que ilumina —a través del lenguaje oral o escrito y el lenguaje de las imágenes— la cotidianidad de una etapa de la vida que desestructu-

ra para estructurar, o estructura para desestructurar, que implica al ser humano en su relación consigo mismo y, por supuesto, su socialidad y su relación intersubjetiva con el mundo y con las demás personas, con la escuela y con la familia, en fin, con la vida misma.

Se trata de una selección de chistes que circulan en nuestros días sobre la adolescencia, desde el lenguaje icónico y lingüístico, imágenes y frases, ambas actos sociales. Los mensajes y los discursos son actos sociales (Van Dijk, 2001), actos de habla (Austin, 1971; Searle, 1980). Así, también las caricaturas y su información icónica, como imágenes, son también actos sociales (Lizarazo, 2004). La mayoría de estos textos están en Internet, que no es otra cosa que la expansión virtual de lo real, pero que constituye una parte de dicha realidad, rompiendo fronteras y el espacio-tiempo tradicional. Para la búsqueda, se usó Google y sus páginas de imágenes y caricaturas sobre adolescentes, así como las webs de chistes que circulan por la red de redes. Muchos los contamos en nuestros encuentros familiares y con amistades, y otros están en diarios y revistas de varios países de habla hispana. Aquí no importa tanto ofrecer el contexto como que el chiste provoque una carcajada o una sonrisa cómplice, esto es, que se entienda. Si es así, es que tiene sentido donde y cuando se comparte, y, por lo tanto, vigencia en el aquí y ahora.

Ante todo, debemos aclarar que se trata de chistes sobre adolescentes, no exclusivamente para adolescentes, y que sobre esto nos vamos a centrar. Hablaremos de sus relaciones con la escuela, con la familia, con sus pares, con ellas y ellos mismos. Pero también queremos ver la otra cara de la moneda, la experiencia de la sociedad con la adolescencia y, de forma muy especial, con las madres y los padres.

Porque hay muchos libros y teorías sobre la adolescencia, así como consejos a los adultos sobre ella, además de explicaciones para los jóvenes sobre su cuerpo, sus relaciones, sus sentimientos y la vida, pero no hay tanto sobre el proceso de duelo que padres e hijos han de pasar cuando una relación se muere y otra todavía no nace, y poco sobre el desconcierto y el sufrimiento parental.

Debemos añadir también que, en esta investigación social, vamos a describir e ilustrar el tema y, hasta donde se pueda, analizarlo, esto es, subdividirlo en partes y explicarlo. También, más que a generalizar, vamos a mostrar tendencias, sin embargo, todo es parte de algo más grande y complejo, y cada caso es distinto, por lo cual nos disculpamos si, en ocasiones, este texto se desliza hacia el manual que disecciona y categoriza o si, otras veces, parece incluso falta de seriedad para quienes están preocupados sobre el tema, o si, ocasionalmente, aplica un enfoque más académico y menos dinámico. Se trata de eso, de compaginar miradas y estilos adaptados a dicha cuestión, y no el contenido al corsé de la forma académica o de difusión.

Aquí partimos de la consideración de que los chistes son reflejo y productores de la realidad social que nos rodea, un texto que alumbra las inquietudes de nuestros días, una estrategia para confraternizar y reír juntos, toda vez que mostramos los conflictos, los reproducimos en el lenguaje —oral o icónico— y relativizamos el dramatismo o las cosas que nos desorientan o nos duelen en

la vida, como un tipo de pseudoterapia inmediata, espontánea y más o menos contenedora. Consideramos también que este relato apunta y señala algunas cuestiones, y en nosotros y nosotras está el mantenerlas o cambiarlas. El chiste lo que hace es sólo una suerte de sociología popular de la cotidianidad en los puntos en que en ésta hay algún tipo de conflicto o problema, invitando a profundizar sobre el tema, toda vez que su señalamiento es desde el humor y, con ello o por ello, relativiza y relaja la carga emocional del señalamiento mismo, la carga mental e incluso moral.

Repetimos, el objetivo central es revisar la relación entre padres e hijos e hijas adolescentes, toda vez que también se amplía la relación a la sociedad y a las diferentes etapas del ciclo de vida en la familia de procreación. Todo ello a través de la narrativa popular contemporánea que son los chistes.

Todo ello se realiza desde dos premisas:

- Una, no juzgar ni descalificar el comportamiento ni la decisión del adolescente como irracional, ya que es una postura desde la cultura de la persona adulta y su lógica convencional.
- Dos, intentar ver las actitudes adolescentes dentro de su espacio social y su contexto relacional familiar, no como estereotipo separado, comprender su desarrollo como ajuste creativo y entender también los reajustes de las figuras parentales, pues ellos y ellas también tienen que desarrollar su rol hacia nuevas miradas y conductas.

Finalmente, y por motivos de espacio, no podemos analizar y profundizar más desde la psicología de la adolescencia, y menos todavía abordar las emociones, el humor y la risa, los chistes y la caricatura desde el enfoque teórico que se merecería (Fernández Poncela, 2011, 2014), ni tampoco la parte de violencia y discriminación que comporta cierto tipo de humor (Fernández Poncela, 2012).

## 2. Algo de teoría y reflexión sobre la adolescencia para la adolescencia

Qué madre o padre no recurre, en trances difíciles, a la socorrida frase «Yo sólo quiero que mi hijo sea feliz». (Camps, 2000: 27)

### 2.1. Construcción y búsqueda de identidad

Entre las varias definiciones sobre la adolescencia, quizás la de Erik Erikson (1972) destaque más la parte de búsqueda de identidad, la identidad del yo —quienes somos, cómo nos adecuamos a la sociedad y qué queremos hacer en la vida—, entre los 12 y los 20 años de edad. Se crea un sentimiento de continuidad, cohesión interior, sentido de seguridad y adecuación, organización en el tiempo y en el espacio, apreciación emocional, intercambio interpersonal, enfrentamiento a diversas situaciones, aprendizaje sobre la vida, interés sexual,

integración al grupo de pares, valoración y participación social, desarrollo profesional, además de autoimagen social (Erikson, 1972, 1974, 1983). Hoy se habla de incluso tres etapas adolescentes. Más o menos, son las siguientes: pubertad, con cambios físicos y temperamentales entre los 11 y los 12 años; un tiempo de asilamiento o de íntima compartición con el grupo de pares de los 13 a los 15 años, y adolescencia tardía o final, entre los 16 y los 18.

Virginia Satir remarca la importancia de descargar energía en esta fase de grandes cambios, cuando todo parece nuevo «y la gente tiene que volver a conocer a quienes le rodean» (2002: 327).

En todo caso, se trata de un período de cambios, biológico y social, psicológico, físico, sexual y cultural, en el cual se presenta el pensamiento abstracto, la autonomía y la decisión. El joven, a veces, expresa afectos como en la infancia y, en ocasiones, los reprime como se acostumbra a hacer en la adultez. Básicamente, se trata de cambios fisiológicos, desarrollo cognitivo, desarrollo moral, desarrollo social y de personalidad (Papalia y Wendkos, 2001).

Para la OMS, es el grupo etario entre los 10 y los 19 años, y, en varias sociedades occidentales, se considera el tránsito entre la infancia y la edad adulta.

Adolescencia: Época de la vida en la cual tiene lugar el empuje de crecimiento puberal y el desarrollo de las características sexuales, así como la adquisición de nuevas habilidades sociales, cognitivas y emocionales. Autoestima, autonomía, valores e identidad se van afirmando en este proceso. Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el período entre los 10 y los 19 años. (<http://publicaciones.ops.org.ar>, 2013)

UNICEF, en el *Estado mundial de la infancia* (2011), considera la adolescencia una época de oportunidades. Además, apunta la importancia de invertir en los adolescentes, en educación y capacitación, en participación y ciudadanía. Y es que, sobre el tema, hay que reposicionar la mirada, igual como hacemos hoy aquí, y tomárselo con un poquito más de humor.

En la adolescencia, los grupos de pares son tanto o más importantes que los padres. Estos jóvenes pasan de depender de los adultos de su medio a presentar el inicio del poder de decisión, cierta autonomía; además, eligen amistades y ya no se subordinan a los deseos ni a las normas familiares. Los amigos y las amigas ya no son compañeros de juegos, sino que adquieren una importancia relevante íntima. Mientras, la relación con los progenitores cambia, a veces, de manera un tanto dramática. Afloran el desafío, el conflicto y el desapego, y aparecen el rechazo, la rebeldía, el abandono, la lucha por la emancipación y la desidentificación. A veces, también surge una nueva capacidad de cercanía y vinculación, pues, aunque no lo demuestren, les importa mucho la opinión de sus progenitores, así como que acepten sus cambios (McConville, 2009).

Los padres no pueden perseguir o espiar a los hijos. Han de aceptar que éstos están creciendo, que se encuentran en proceso de individuación e independencia, que necesitan sus espacios y sus tiempos, que la relación anterior

ya feneció y que tal vez la nueva relación todavía no inicia, lo cual es, en sentido estricto, un verdadero duelo. A veces, conviene fijar posturas, reglas y límites. También conviene soltar las riendas y dar libertad para que los jóvenes y las jóvenes inicien su andadura en la responsabilidad de sus propias vidas. Debemos hacerlo siendo conscientes de que tienen tantas ansias de ser libres como miedo, a veces, a serlo también.

Según todo esto, y como señala UNICEF, hay que revalorizar la adolescencia como etapa de posibilidades, pero, más allá de lo que esta organización internacional propugna, se trata de una oportunidad para ser, ser personas (Rogers, 2007), o tal vez para despertar, desaparecer y desidentificarnos, pero no sólo de los progenitores, sino también de la mente, las emociones, el ego y las formas, y tocar al ser o a la esencia desde la conciencia.

Volviendo a las acotaciones psicológicas, en ocasiones, la adolescencia constituye una gran perturbación e inseguridades profundas que se esconden o se pretenden ocultar con una máscara de indiferencia, prepotencia o desprecio. Sin embargo, el adolescente:

[...] se afecta mucho con las realidades del mundo [...] sabe que pronto será lanzado al mundo para labrarse su propio camino. Se ansía la libertad e independencia de la edad adulta, y a la vez se está temeroso y angustiado por sí mismo. Muchos jóvenes hacen intentos por aprender a manejarse en el mundo —tratan de encontrar empleos, tomar sus propias decisiones y experimentar con su independencia. Pero la mayoría son ignorados, rechazados, no tomados en serio [...] están confundidos y perplejos por los enredados mensajes que reciben acerca de sí mismos de parte de sus padres y de la sociedad —mensajes que menosprecian sus capacidades y sabiduría. A veces se angustian y se deprimen, se preocupan y se atemorizan por sí mismos y la vida, especialmente por el futuro. Algunos asumen una actitud indiferente de «No me importa». Otros se rebelan abiertamente. Algunos luchan duro para afirmar su propio punto de vista. (Oaklander, 2010: 295-296)

En general, la separación de los progenitores y la construcción de una identidad propia significa rechazar el mundo de los adultos, transgredir, crear complicidad con el grupo de pares, todo ello para autoafirmarse. Es, en todo caso, un gran reto, iniciar a construir su proyecto de vida en todos los aspectos. Y las ideas que los persiguen son: «¿Quién soy?», «¿Qué me está pasando?» (Martín, 2009). Y es que ya no son niños, pero tampoco adultos, y no entienden qué les pasa en su cuerpo, en su mente y en sus emociones. No se entienden a sí mismos, no entienden a los padres, ni al mundo. Es decir, están hechos un lío. Y el mundo y los padres tampoco los logran comprender, con lo cual el lío se profundiza y envuelve a la familia y a la sociedad en su conjunto. Pero no hay que desanimarse, pues el universo nació del caos, dicen.

Según McConville (2009: 19), no es una etapa más de desarrollo, sino «[...] una literal remodelación de la niñez, una organización radical del *self* psicológico para el viaje que le espera». Se trata, ni más ni menos, que de reorganizar la experiencia. Ha de separarse del campo de las vivencias infantil

y familiar y reorganizar su propio campo, desde un nuevo sentido de la frontera, todo ello según la terminología de la *Gestalt*.

Todo ello deviene, en el mejor de los casos, en un conflicto intergeneracional, pero un conflicto en el sentido de desarrollo y crecimiento (Perls et al., 2006) como parte de la socialización (Simmel, 2010). De ahí que, como veremos, tengan lugar ciertos problemas de comunicación. El conflicto colabora en el crecimiento, por ello, es importante que se dé y que se gestione de la mejor manera posible. Conflicto no es igual a violencia, es igual a aprendizaje. Exterioriza un problema y una necesidad insatisfecha, abre la puerta para solucionar y satisfacer. En los conflictos, cuando se entra en competencia, alguien gana y alguien pierde; cuando se evade, nadie gana; en cambio, cuando se coopera para encontrarles solución, todo el mundo gana. A veces, no se tratan o se resuelven por la enorme implicación emocional que ello conlleva y no todo el mundo puede con ella. Por este motivo, es necesario trabajar con el mundo emocional, padres e hijos. Porque, sin lugar a dudas, el reto es para ambos.

La adolescencia es crecimiento, es maduración, es encontrarse con uno mismo. Si hay suerte, con tu ser; si no hay tanta, con tu *self* en el sentido de la *Gestalt* o con tu ego en muchos sentidos. Así, del caos y la confusión, nace algo nuevo; del desorden, un orden personal modificado, independiente, con autoestima, con congruencia, con responsabilidad. Con lo cual hay mucho que ganar y, en todo caso, si esto no acontece, se tiene el resto de la vida para lograrlo, lo cual no parece ni atractivo ni aconsejable.

## 2.2. Cambios, conflictos y problemas

En la vida adolescente, tienen lugar varias transformaciones que producen desorientación en diferentes aspectos. En general, se suele hablar de problemas, pero aquí preferimos hablar de conflictos y, en ocasiones, de cambios.

### 2.2.1. Cambios físicos

En esta etapa, los cambios físicos son importantes, puesto que causan movimiento en las jóvenes y los jóvenes adolescentes. No es que sean un problema en sí, pero se trata de aceptarlos, sobrellevarlos y adaptarse. Los cambios relacionados con la pubertad son, quizás, los más destacados, porque acarrear inquietudes sobre su imagen, entre otras cosas.

Aumenta la conciencia corporal, las preocupaciones sobre la fuerza y el atractivo, se siente ira, vacío, también excitación sexual. Varias son las perturbaciones o los desconciertos notados. Por otro lado, es una aventura hacia lo nuevo (McConville, 2009).

### 2.2.2. Cambios cognoscitivos

Empiezan a razonar y a anticipar, es decir, desarrollan el pensamiento abstracto. De ahí deriva la formación de la identidad. Se consideran seres independientes y también piensan lo que quieren para su futuro. Se preguntan quiénes

son y se observan en los diferentes roles que desempeñan. Estos cambios van de la mano de las variaciones emocionales y, por supuesto, de conducta.

### 2.2.3. *Cambios psicoafectivos*

En esta etapa, las emociones están a flor de piel. Los jóvenes presentan episodios de enojo, ira, tristeza, depresión, miedo, ansiedad, timidez, etc. Los cambios de personalidad están a la orden del día, además, son súbitos, rápidos y sin aparentes excusas o razones, en especial la irritabilidad. Así, también surge una suerte de indiferencia o una falta de interés generalizado, a veces se trata de una actitud que escogen como defensa a la intrusión adulta.

Los cambios de humor repentinos sin causa aparente, una depresión profunda y un enojo desbordado son algunas de las emociones en esta etapa de la vida. El mal genio es importante. Exigen privacidad y suelen ser temperamentales, aparentemente exagerados e inconsistentes, algunos excesivamente tímidos y cohibidos. Importa saber que el mal humor y la sobrerreacción no entendible, a veces con los progenitores, es culpa o vergüenza que proyectan hacia fuera cuando se trata de una tensión y de un conflicto interno (McConville, 2009).

Como veremos, todo ello también está asociado a cambios de estilos, gustos y modas. Les preocupa mucho su apariencia, con la que, además, no se sienten cómodos. Se desarrollan complejos y trastornos alimentarios, como la bulimia y la anorexia. También puede tener lugar el consumo de drogas. Finalmente, a veces, hay grandes depresiones e incluso suicidios. Su sentimiento de inadecuación e imperfección en ocasiones es grande y los hace sentir muy mal. Es bueno colaborar a aumentar su autoestima, ayudarles a sentirse seguros y hacerles notar que gozan de nuestra confianza.

Si bien también se expande su mundo interior de experiencia privada, aparecen emociones internas de libertad y poder. Esto es de vital importancia, ya que empiezan a notarse separados del resto del mundo, puesto que se produce en ellos una naturalización de las funciones de contacto y el proceso de fronteras. Así, y entre otras cosas, se pelean con los padres, pero también con ellos mismos (McConville, 2009).

Se trata, como se apuntó, de una gran transformación en su experiencia del *self*—entendido como función de campo, contacto y acción a cada instante, como ajuste creativo, que organiza la relación del organismo con su entorno—. En esta etapa es cuando «[...] la mayoría de los individuos empieza a reintegrar los mundos interno y externo precisamente como dominios fenomenológicamente distinguibles de la experiencia personal» (McConville, 2009: 40).

Nunca se debe olvidar que, bajo la aparente distancia e indiferencia, más allá de la máscara de seguridad y dureza, de crítica y desprecio hacia madres y padres o maestros, se encuentra un corazón con una urgente necesidad de aceptación, comprensión, valoración y amor (Satir, 2002; McConville, 2009).

### 2.2.4. *Transformaciones en la conducta*

Se mueven entre la necesidad de libertad y la necesidad de límites. A veces, les enoja mucho que les priven de su libertad, y los padres se enfurecen al no ser



obedecidos. Y es que, en un momento, pasan de sentir que tienen cuarenta años a notar que tienen cinco (Satir, 2002). Y los padres perciben que son destronados y despojados de su papel de autoridad.

La comunicación intergeneracional es básica, pero es quizás lo que menos se da. Los hijos e hijas están en silencio y en su mundo. No quieren hablar. Los padres no dejan de preguntar y de agobiarlos, a veces se ven incapaces de comprender que ya son mayores y tratan de volver a la relación infantil de intimidad que experimentaron con ellos. Sobre la conducta de la comunicación, seguiremos insistiendo.

El desorden externo, de su cuarto y sus cosas, es reflejo de su desorden interno, como el no querer bañarse o el arreglarse en exceso, hiperpreocupados como están por su imagen y su atuendo. A causa de su desgaste energético y su revolución hormonal, suelen precisar dormir más horas. No se trata de pereza, sino de una mayor necesidad fisiológica de descanso. La vestimenta y la apariencia son también un marcaje de diferencia, como se dijo (McConville 2009).

Una adolescente al vendedor:

—Perdón, señor. Si este vestido les gusta a mis padres, ¿puedo devolverlo?

El padre dice a sus hijos:

—Si me prometéis no fumar hasta cumplir los veintiún años, os daré seis mil euros ese día.

La hija mayor, que tiene diecisiete años, recibe la noticia con entusiasmo:

—¡Seis mil euros! ¡Te lo prometo, papá!

El segundo, que ha cumplido quince años, dice:

—Tendré que pensarlo. Me falta mucho para llegar a los veintiuno.

El padre se dirige al menor, de diez, que escucha preocupado:

—Y tú, Daniel, ¿qué dices?

—¡Lástima, papá! ¿Por qué no me los ofreciste antes?

### 2.2.5. Conflictos familiares

La poca comunicación es quizás lo más destacado. Ellos y ellas no quieren hablar con sus padres y éstos insisten en que les platiquen, con lo cual el enfrentamiento y el choque parece más que probable.

La rebeldía y la desobediencia son externalizaciones de un juego o de un reto con los límites, un probar y un probarse hasta donde les es posible llegar. No quieren reglas ni que les coarten su libertad, mientras los progenitores se encargan de recordarles, en ocasiones atosigándoles, que deben obedecerlas, o, por el contrario, no hay límites, de modo que se encuentran en el vacío y sin rumbo. Tanto una actitud como la otra están perjudicando la relación y, sobre todo, la seguridad de la joven generación, si bien encontrar un equilibrio o un camino intermedio es más que complicado.

Lo que suelen decir los padres cuando un adolescente desea salir:

13 años: Cuando tengas 15 años, podrás salir.

15 años: Cuando tengas 18 años, harás lo que quieras.

18 años: ¡Si vives en esta casa, haces lo que yo diga!

Siguiendo con lo ya expuesto con anterioridad, las adolescentes y los adolescentes, al saberse y sentirse aceptados, valorados y amados, tienden a dialogar y, a su vez, a aceptar más a sus familiares.

Una vez de rodear al adolescente de un montón de restricciones y limitaciones, debes concentrarte en desarrollar una relación fincada en la sinceridad, el sentido del humor y la orientación realista. Ante todo, los adolescentes necesitan relaciones sensibles y flexibles con adultos en los que puedan confiar. Si disponen de esto, sortearán las tormentas que sin duda aparecerán a lo largo de este periodo emocionante, atemorizante y turbulento. Al final encontrarán una joya incomparable: una persona recién evolucionada. (Satir, 2002: 337)

### 2.2.6. *Conflictos escolares*

A veces, se dificulta la integración en el grupo de pares y la amistad, o existen conflictos de acoso escolar, por lo cual no desean ir a la escuela. Este es un tema importante en nuestros días sobre el que no ahondaremos.

Varias son las cuestiones que, en esta etapa, pueden afectar al aprendizaje y al rendimiento académico, desde las turbulencias emocional, hormonal y sexual, hasta decidir qué estudian y qué no estudian, pasando por la dificultad de concentración ante tanto cambio y además, actualmente, tanta conexión. También pueden tener lugar cierto desinterés hacia los estudios, ausentismo y problemas disciplinarios.

### 2.2.7. *Conflictos sexuales*

Es el despertar del deseo sexual pleno, las inquietudes, los primeros balbuceos sobre esta cuestión. Todo un mundo apasionante, pero, a la vez, nuevo y desconocido para ellas y ellos.

A veces, se niegan a hablar de sexo con maestros o padres, pero lo hacen con compañeros de su misma edad o consultan Internet, por lo que la información no siempre es clara ni satisfactoria. Además, en la generación de nuestros días, alardean de saber sobre el tema más que la población adulta. Quizás sea verdad, pero, en todo caso, no reciben la información con la calidez ni con los valores que la generación anterior puede proporcionarles.

Los embarazos no deseados y el contagio de enfermedades de transmisión sexual pueden tener lugar si no saben cuidarse correctamente, de ahí la importancia de la buena comunicación con los padres y la recepción de información clara y oportuna, sin moralismos.

### 2.2.8. *Problemas con las drogas*

En esta etapa, suelen probarse tanto el alcohol como otras drogas y, si la persona no está emocionalmente equilibrada, se puede llegar a excesos no convenientes para su salud física y mental.

En fin, para transitar de la manera menos mala o más conveniente por estas problemáticas, el diálogo y la escucha son fundamentales entre las generaciones. Las personas adultas debemos estar atentas y ofrecer una mano amiga siempre. Pero, si se trata justo del periodo en el cual las jóvenes y los jóvenes

no quieren hablar y mucho menos con sus progenitores, la cuestión radica en cómo hacerlo. Ahondaremos sobre este aspecto en el apartado siguiente.

En resumen, se trata de una etapa en la cual los cambios de humor están a flor de piel, las conductas extrañas, un vocabulario nuevo y las situaciones embarazosas se encuentran en el orden del día, por lo que los progenitores han de aprender a aceptar, acompañar y sobrevivir a la tormenta (Satir, 2002). Los adolescentes están en lucha para alcanzar su autonomía y su identidad, y lo hacen como pueden, saben o quieren. Madres y padres sólo pueden estar, orientar, confiar, amar y demostrar su estima: no siempre con el abrazo y el beso deseado por estos y en otro tiempo habitual, sino, a veces, dándoles el tiempo y el espacio que precisan, la libertad que quieren y necesitan.

### *2.3. Comunicación e incomunicación*

Podríamos decir que el adolescente pelea para escapar de la infancia. Y, para lograrlo, debe encontrar una forma de renegociar su relación con la familia. (McConville, 2009: 51)

Muchas veces, el padre o la madre de un adolescente siente que ya no puede más, que no sabe qué hacer. Su desorientación o estupor es mayúsculo y busca ayuda profesional. Y es que sus miradas son tan opuestas que el diálogo se dificulta. Los padres suelen estar muy enojados y desesperados, los hijos se sienten incomprendidos y no quieren ni hablar, pero:

Sólo cuando cada uno puede comenzar a oír lo que el otro tiene que decir, cuando los miembros de la familia pueden al menos iniciar un diálogo y compartir sentimientos armónicamente, puede empezar a suceder algo constructivo dentro de la familia. (Oaklander, 2010: 289)

Las diferencias generacionales son básicas en nuestros tiempos, y es que:

El gran problema que tenemos los padres actuales es que, no obstante ser nosotros una generación de transición, tenemos que educar a los hijos de acuerdo con criterios aplicables a un mundo que desconocemos. Somos responsables de educar a los hijos para un mundo que nosotros mismos no entendemos. Tus padres te educaron para un mundo más claramente definido. Agradables o no, satisfactorias o no, las cosas, los roles, estaban definidos desde la cuna hasta la tumba. (Schmill, 2003: 41)

En las generaciones actuales, los adolescentes y las adolescentes pasan el tiempo pendientes de su celular, de su computadora, conectados todo el día con sus pares y en los medios, recibiendo una gran cantidad de datos e inundados por los mismos. El exceso de información desinforma, las personas se desorientan, se pierden o se enredan.

Lo importante sería comunicarnos desde el yo, desde lo que siento y pienso, no desde la regla o el enjuiciamiento, el enfado o la desconsideración. En la comunicación, hay que saber que la persona adulta es la responsable y que

no puede situarse al mismo nivel que el adolescente, sino modelar su comunicación para que el otro aprenda, pero evitando los sermones, sirviéndose de las experiencias, por lo que el regaño, si no es por algo muy importante, no sirve, puesto que distancia, predispone a la incomunicación. El castigo o su consecuencia también hay que emplearlo en algo realmente grave y no por un enojo paterno. Fácil decirlo difícil ejercerlo.

Si se puede, hay que dialogar, negociar y llegar a acuerdos. Todo el mundo ha de reconocer su propia responsabilidad. Pero, y sobre todo, los adolescentes precisan ser escuchados cuando quieren expresarse, pues con ello se sienten acogidos y queridos, importantes para sus padres y, al hablar, se pueden escuchar a sí mismos, toda vez que salir de su aislamiento —algunas veces, autoimpuesto; otras, producto de la vida moderna, incluso del distanciamiento de los padres, impotentes ante la manera como pueden relacionarse con sus hijos—. No aconsejar, no reprimir, no regañar, escuchar, simplemente escuchar. Escuchar y que se sientan escuchados, evitar discursos y sermones. Es necesario utilizar un lenguaje corporal y gestual cálido, así como moderar el descontrol o el coraje que algunas situaciones o conversaciones provocan; además, se deben evitar críticas, juicios, culpabilizaciones, gritos, insultos, burlas o ironías.

Los hijos no siempre escuchan mucho. No quieren, no pueden, ensimismados dentro de ellos y en sus gustos y sus cosas, pero sí precisan ser escuchados. Reiteramos, los adultos son los padres y, por tanto, a ellos les corresponde una mayor responsabilidad en la relación y la comunicación, pero los adolescentes tienen que aprender de responsabilidades, pues están en la época del «por tu culpa» y de la proyección. Por otra parte, también hay que valorar los silencios y respetarlos. Los discursos estructurados y formales no sirven mucho. Son más prácticas las conversaciones casuales y en el momento oportuno, con distensión y tiempo. Se debe hablar sobre lo que importa a los adolescentes, compartir intereses comunes o conocer lo que les gusta. Platicar sobre las diferencias de opinión con respeto es, por supuesto, importante, lo mismo que evitar reaccionar en un desencuentro o ser condescendientes en algo realmente grave.

Se dice incluso que, en esta etapa, «una buena escucha vale más que mil palabras». Al adolescente, le hace sentirse valorado y seguro, mientras que a los padres les permite acercarse a los hijos y dar ejemplo de empatía, valoración, honestidad, comprensión, apoyo emocional, así como de asertividad.

Sin embargo, todo esto se torna difícil, ya que, para el adolescente, una de las formas de distanciarse de la familia se basa en no compartir información, incluso ocultarla, lo cual le sirve para no sentir el control paterno. Para ello, precisa distanciarse y abstraerse del campo familiar (McConville, 2009). Se trata de una necesidad también de introspección, por lo que hay que separarse, estar muy al tanto de su propia experiencia, sentirse y probarse a sí mismo, aprender por él mismo.

Usualmente, se dice que hay que proponer, no ordenar ni discursar, pero no siempre es sencillo.

Se habla de la importancia de la comprensión por el distanciamiento, los silencios, los cambios de humor, los desplantes y los menosprecios de adolescentes hacia los padres, pero tampoco es simple.

Un padre, aburrido de su pequeño de nueve años, comenta con su esposa: «¡Qué pesado es este niño, no para de hablar! Menos mal que dentro de poco será adolescente y no podremos comunicarnos con él».

Hoy hay algo que añadir o, más bien, a lo que tenemos que añadirnos. Capítulo aparte son los modernos medios de comunicación, pero no sólo los de masas, sino los alternativos o los de nueva generación. La introducción, en los últimos años, de las nuevas tecnologías de la comunicación y la información (NTCI) ha cambiado de forma notable la relación intrafamiliar, la escolar y, por supuesto, la vida en general. Aquí sólo nos abocamos a las distancias generacionales entre padres e hijos.

Nótese que, seguramente, se trata de la primera generación en la historia de la humanidad en que los hijos saben más que los padres, o incluso que sus profesores, todo ello consecuencia de las NTCI, por lo que, sin pretender que sirva de excusa, dicha circunstancia los distancia todavía más, si cabe.

Parece obvio que las NTCI no son buenas o malas en sí mismas, sino que es su uso o abuso lo que puede causar conflictos. Así como ensanchan el mundo y ayudan en el aprendizaje, también resultan adictivas y enfermizas, sobre todo en la etapa adolescente, donde les facilitan asomarse a descubrir el mundo y les posibilita estar con sus amistades las veinticuatro horas del día. A esta circunstancia, en nuestros tiempos, se le suma el consumo, algo que la sociedad propicia y a lo que las jóvenes generaciones parecen más proclives a subsumirse.

- Papá, esta noche hay una fiesta.
- ¿Me estás avisando o me estás pidiendo permiso?
- Te estoy pidiendo dinero.

Con todo lo anterior en mente, es posible pensar que, seguramente, en otros tiempos, no encontraríamos tanto ingenio, humor, caricaturas y chistes sobre el tema, aunado también al hecho de que, antaño, no había tanta libertad de expresión y la socialización era algo más rígida e intransigente. De ahí el comentario desde la generación adulta de que nuestros padres nos enseñaron a ser obedientes, y lo aprendimos tan bien que ahora incluso obedecemos a nuestros hijos.

### 3. Algo de teoría y reflexión sobre la adolescencia para las progenitoras y los progenitores de adolescentes

Seguramente lo que más contribuye a la formación de la conciencia en la niñez y en la adolescencia es el juicio de los demás. Y, en especial, el juicio de aquellos en quien más se confía y se cree. (Camps, 2000: 51)

### 3.1. Reglas familiares y modelos paternos

Los cambios rápidos, los desacuerdos intergeneracionales, las discrepancias de miradas y objetivos son habituales entre padres e hijos en la etapa adolescente de los segundos, que, como se dijo, además revive o rememora en ocasiones la de los primeros. Confiar, intercambiar o negociar, alejarse si es necesario, pedir cosas realistas, no restregar los errores, no insistir en ayudar, no obligar a hablar, sinceridad, presencia y comprensión. Aquí seguramente se van a repetir varias cuestiones, pero es que se trata del mismo tema desde diferente sujeto o mirada.

La adolescencia es un reto, pero no solo para las jóvenes y los jóvenes, sino también para los padres, puesto que los confronta, los desasosiega, los cuestiona, les quita poder y roles y los deja en la zozobra. Las normas hay que consensuarlas en la medida de lo posible —se debe dejar de lado el «porque lo digo yo»—, llegar a acuerdos entre padres e hijos, para que, como se expresó en su momento, ellos y ellas también se responsabilicen y desarrollen sus habilidades como seres humanos, un poco en el sentido ya visto.

A veces, los padres actuales tienen que intercambiar roles. En ocasiones, conviene que sean los amigos de sus hijos, pero, en otras, no deben olvidar que son los adultos en dicha relación, por lo que es necesario que asuman este papel con todas sus consecuencias. Hay que dar libertad a los adolescentes y dejarlos gozar de independencia para que desarrollen su identidad, pero ello no significa desentenderse de la responsabilidad de ser progenitores. Es importante decir las cosas claras y directamente, así como ofrecer opciones razonables, ayudarles a adquirir conciencia sobre la responsabilidad de sus decisiones, dejarles que experimenten, que cometan también errores y que aprendan de ellos.

Los límites, tan temidos como necesarios, tan difíciles como importantes, ayudan al adolescente a ser responsable, a sentirse seguro y protegido; colaboran a regular el comportamiento, la convivencia organizada con los demás y consigo mismos; son útiles para educarlo de cara a una vida adulta con normas y restricciones sociales, para desarrollar la tolerancia a la frustración, y para llegar a una adultez más segura. Es necesario establecer normas flexibles y asequibles, distinguiendo lo importante de lo que no lo es, así como negociar y llegar a acuerdos. Límites bien definidos desde el amor, la confianza y la aceptación (Satir, 2002).

En todo caso, parece ser que el modelar siempre es más efectivo que el discurso, y más en esta etapa de la vida, por lo que el ver como padres y madres actúan, qué valores poseen, cómo se comportan, cómo manejan sus emociones, cómo interactúan con los otros tiene mayor incidencia que el discurso del deber ser o el cumplir reglas o las consecuencias de no hacerlo. Sobre todo, ser congruentes y mostrar coherencia es un faro que ilumina el crecimiento responsable y seguro.

Ampliar el pensamiento, no considerar que los hijos son los que están mal, mirar hacia adentro e interrogarse si los padres son tan buenos y qué tal lo

están haciendo, no para entrar en la inutilidad de la culpa, sino más bien para contextualizar la relación, para ser responsables, para reorientar el camino y las metas, si fuese necesario.

El padre de familia a un adolescente que está con su hija en la sala:  
PADRE: Son las doce de la noche. ¿Cree usted que puede quedarse aquí toda la noche?

ADOLESCENTE: Gracias. No sé. Telefonaré a mis padres para pedirles permiso.

Un padre a su hija:

—Rosa, te he dicho veinte veces que no dejes fumar a tu novio en el salón.

Esta tarde encontré una cerilla en el suelo.

—¡Pero si no ha fumado! ¡La encendió para ver qué hora era!

La maestra comenta algunos problemas de un niño en la escuela, a lo que la madre replica:

—¿¡Cómo!? ¿¡Pero qué le va a faltar, si ha tenido de todo!?

A lo que la maestra señala:

—Límites, le hacen falta límites.

La madre arguye:

—No creo, pero bueno, si necesita límites, le compro límites.

### 3.2. *Sentimientos de pérdida de la antaño cercana relación*

Como señalan Faber y Mazlish (2006: XVIII): «Aunque estuviésemos de algún modo preparadas para los cambios de conducta de nuestros hijos, nadie nos preparó para nuestros sentimientos de pérdida». Yo añadiría un consejo: «No te tomes nada desde el punto de vista personal».

Se extraña la personita que era cariñosa y adorable, o simpática y sincera, o divertida y ocurrente. El adolescente ha cambiado y nadie sabe cómo ni cuándo ha sido, pero eso para los padres es, además de sorprendente, incomprensible y doloroso. La relación de intimidad desaparece y la distancia crece, un espacio de vacío y silencio se abre.

Los progenitores se preguntan qué han hecho mal, qué ha pasado, qué ha faltado. También surgen las reclamaciones a los hijos por lo mismo. Se deposita en ellos una sobrerresponsabilidad que no les corresponde y, a veces, se les enjuicia. Mientras los padres y las madres se hunden en la zozobra de la culpa o en la búsqueda de soluciones asequibles, muchos hijos saben que, hubiera sido como hubiera sido, siempre acabarán culpando o reclamando a sus padres. Así es la vida.

Hay que intentar hablar, pero, ante la dificultad de la conversación y la comunicación, por lo menos, los progenitores deben poder expresar lo que sienten, para que los hijos también puedan escuchar las explicaciones que les ayuden a entender la situación por la que están pasando, en un momento en que se sienten solos y los más desdichados del planeta.

Se debe brindar amor incondicional, apoyo y escucha, fijando algunos límites y llegando a algunos acuerdos. Ofrecer respeto, enseñar sobre responsabilidad, modelar lo mejor posible actitudes consideradas positivas y valores morales. Después de eso, sólo hay que confiar, lo cual es, en ese momento, hartamente complicado.

### 3.3. *Pérdida de la confianza*

La intimidad en la relación filial se desdibuja o se pierde, la desconfianza se agiganta. Así, hay padres que se guían por el viejo autoritarismo y otros que se abandonan al «haz lo que quieras». Los hijos necesitan ciertos límites o, por lo menos, sentirse amados por los padres, aunque ellos estén en la peor disposición para confesarlo y digan o hagan todo lo contrario. Los adolescentes no sólo precisan de su grupo de pares para identificarse y crecer como personas, sino también de los padres para sentirse seguros en la vida, a pesar de que no lo demuestren (McConville, 2009), como ya se dejó claro.

Lo que menos necesitan los adolescentes es ser juzgados y cuestionados. En su inseguridad y desorientación, sufren mucho por esto, y más todavía si la crítica proviene de una figura de autoridad y, en otro tiempo, amistosa y amorosa para ellos. Lo que precisan es ser animados y apoyados, sobre todo valorados, en especial, en un momento en el cual todo está siendo probado por ellos.

Dichos jovencitos deben confiar también en que, durante su infancia, sus progenitores lo hicieron lo mejor posible para que ahora, en la adolescencia, tengan modelos y directrices firmes y claros en la vida.

Lo importante es que se sientan queridos, repetimos, no sólo porque se porten bien y saquen buena notas, sino como hijos y seres humanos. Resulta primordial darles tiempo, prestarles atención y escucha y proporcionarles nuestro calor y que, al margen de lo que hagan o como sean, se sientan acompañados y comprendidos. Debemos elogiarlos, felicitarlos por las buenas calificaciones, decisiones, responsabilizaciones, acciones, y llenarse de paciencia.

Hay que darles confianza y libertad, pero con responsabilidad. Es necesario confiar en ellos para que ellos confíen en nosotros. Promover intercambios equitativos, creer en su valía y otorgarles responsabilidad (Bayard y Bayard, 2004). Aceptar cierta independencia, así como que hay cuestiones sobre las cuales ya no se va a estar de acuerdo (McConville, 2009). Asumir la permanencia y el cambio en esta etapa un tanto abrupta.

Una madre le dice a su hija:

—Hija mía, estoy muy apenada. Las vecinas están comentando que te estás acostando con tu novio.

—¡Por favor, mamá! La gente es muy crítica. Se acuesta una con cualquiera y ya están diciendo que es su novio.

### 3.4. *Pérdida de la satisfacción de ser necesitado y percepción de ser protectores*

Los niños de las sociedades avanzadas son víctimas de una superprotección paterna y materna. (Camps, 2000: 54)

Padres y madres se vuelven, aparentemente —repetimos: aparentemente—, superfluos. Son criticados y menospreciados por los hijos. Son sometidos al silencio, a la indiferencia o a las respuestas agresivas u hostiles, muchas veces sin excusas o contextos que los ameriten.



Madres y padres quieren controlar lo incontrolable. Es el momento de revisar la relación con sus hijos e hijas, de aprender que ya no van a ser tan necesarios para cuestiones básicas, ni el centro de sus retoños, lo mismo que ya no se sentirán omnipotentes ni omnipresentes con ellos, en especial las madres. Aquí quien ha de cambiar, obviamente, no son los hijos e hijas, que ya están haciendo su trabajo, sino los padres y, reiteramos, en especial, las madres.

Ahora, los vástagos deciden sobre su vida. Los progenitores no ordenan, sólo guían, si pueden y les dejan. No ser ya imprescindible ni sentirse el centro del universo para los hijos resulta duro, pero es lo que hay. El crecimiento emocional también deben experimentarlo los padres.

Una mujer le dice a otra:

—Mi hija adolescente me regaló, para mi cumpleaños, esta crema para desvanecer arrugas.

—¡Qué bueno! ¿Y qué te regaló el año pasado?

—Las arrugas.

Usualmente, tienen lugar más discusiones y peleas entre madres e hijas, y estas últimas más por preservar su sentido de la relación. Además, hay separaciones físicas, puesto que las jóvenes necesitan distancia, tiempo y espacio. Tienen que empezar a ver la vida con sus propios ojos, también a los padres, y se dan cuenta de sus defectos y errores de siempre a veces por primera vez. Deben dar sentido a su experiencia sin intermediarios (McConville, 2009).

### *3.5. Temor de cómo ayudarlos, inseguridades y el no saber qué hacer*

En los progenitores, aparece el temor de qué va a pasar con sus hijos, con la relación, con ellos y mismos, con su vida. Piensan y sienten que deben hacer algo, pero no saben bien qué ni cómo. Es más, creen que han de ayudarlos a ellos, cuando, en realidad, deben autoayudarse.

A todo ello, debe añadirse un gran problema que tal vez las generaciones anteriores no padecieron y que ya se apuntó con anterioridad. Hoy, como nunca antes, las niñas y los niños, por el uso de Internet y las NTIC, saben más que los padres y las madres e, incluso, que los educadores. Sin embargo, ello no significa que estas figuras sean prescindibles. Hace falta amor, además de acompañamiento y seguridad, así como aprender valores, cuestiones éstas que no están en la red de redes, sino a veces todo lo contrario.

Transmitir valores predicando con el ejemplo, practicando la empatía, el respeto y la tolerancia, así como la asertividad, el esfuerzo, la constancia y la paciencia, y aplazar lo placentero, además de, hasta donde se pueda, enseñar a tolerar la frustración, es algo que educadores y padres continúan haciendo.

Hay que confiar, como se dijo, amar a los hijos aunque no se esté de acuerdo con lo que hacen, aceptarlo aunque no se comparta —si es aceptable— y reprobarlo razonablemente —cuando sea preciso—. Es muy importante confiar, aceptar, estar y acompañar.

Hay que estar bien. Los padres han de estar bien con ellos mismos, con sus vidas y sus emociones, sino, ¿cómo poderlo estar con los hijos en momentos tan delicados para ellos? Así pues, conviene soltar los miedos, las culpas y las desesperaciones que la relación con los adolescentes suscita, pero que tal vez los padres cargan. No ser excesivamente rígidos y perfectos, tampoco desobligados y despreocupados, ni totalmente permisivos, tampoco ambivalentes o contradictorios. No ser manipuladores ni chantajistas, tampoco miedosos y alarmistas, lo ideal: democráticos, equitativos, equilibrados y firmes. Para todo ello, se precisa un desarrollo emocional personal elevado, y el haber transitado y superado la propia adolescencia con éxito.

En fin, se trata de demostrar amor, apoyar, poner normas, dar ejemplo, enseñar responsabilidad, no sobrerreaccionar ni culpar, no guiar sin controlar, aceptar errores, poner consecuencias, ayudarlos a sentirse seguros y amados, elogiarlos, motivarlos, animarlos, y paciencia, mucha paciencia. No queda otra. Y no se debe actuar desde la rendición, sino desde la aceptación. Es necesario recordar la necesidad de todos los adolescentes de sentirse amados y valorados, que les tengan confianza, que les escuchen cuando quieran expresarse, sin críticas, ni juicios, ni condenas, ni burlas, ni sermones, ni chantajes, ni castigos. Precisan saber y sentir —que son dos cosas distintas— que hay alguien confiable al que siempre podrán recurrir, una mano amorosa, una palabra cálida, una escucha comprensiva, aunque nunca recurran a ella. Sólo es necesario que esté ahí.

Un padre entró en la habitación de su hija y encontró una carta sobre la cama. Con la peor de las premoniciones, la leyó mientras le temblaban las manos:

«Queridos papá y mamá. Con gran pena y dolor les digo que me he escapado con mi nuevo novio. He encontrado el amor verdadero y es fantástico. Me encantan sus *piercings*, cicatrices, tatuajes y su gran moto. Pero no es solo eso: estoy embarazada y Jonathan dijo que seremos muy felices en su pueblo. Quiere tener muchos más niños conmigo y ese es uno de mis sueños.

Entretanto, rezaremos para que la ciencia encuentre una cura para el sida, para que Jonathan se mejore. Se lo merece. No te preocupes por el dinero: el Yoni lo ha arreglado para que participe en las películas que sus amigos Brayan y Maikel ruedan en su sótano. Por lo visto, puedo ganar 50 euros por escena.

No te preocupes mamá. Ya tengo 15 años y sé cómo cuidar de mi misma... Algún día les visitaré para que puedan conocer a sus nietos.

Con cariño, su querida hija.

P.D.: Papi, es una broma. Estoy viendo la tele en casa de la vecina. ¡Sólo quería mostrarte que hay cosas peores en la vida que mis notas, que te adjunto a la presente!»

Respuesta del padre:

«Le he dado a leer la nota a tu madre. Le ha dado un infarto del susto y hemos tenido que ingresarla en el hospital. Los médicos temen por su vida.

Al decirle a los abogados lo que ha pasado, me han recomendado que haga uso de la figura del repudio, por lo que ya no eres nuestra hija, así que te hemos quitado del testamento.

Hemos tirado a la basura todas tus cosas y hemos habilitado tu habitación como despacho.

También hemos cambiado la cerradura de casa, por lo que tendrás que buscarte un alojamiento, pero no intentes pagar con tarjeta, porque la hemos anulado, y hemos cancelado tu cuenta en el banco. El dinero que había allí, lo vamos a utilizar para el tratamiento de tu madre.

Por cierto, no intentes llamarnos para pedirnos dinero, porque hemos anulado el contrato de tu teléfono móvil y hemos dado de baja tu número.

Las joyas que tenías guardadas, tu equipo de música, así como la colección de CDs y películas, las hemos vendido al vecino del quinto (ése que te cae tan mal y que dices que te vigila por la ventana cuando te cambias de ropa).

¡Ah! ¡Por cierto! Tendrás que buscar también un trabajo, porque ya no te vamos a pagar los estudios ni las clases de música.

Para el caso de que no puedas conseguir ni trabajo ni alojamiento, te recomiendo al Perico. Es un tío que conocí en el ejército, y no sé muy bien a que se dedica, pero le he mandado una foto tuya y me ha dicho que una chica como tú no tendría problemas para vivir en ciertos países del Magreb que él conoce.

En fin, espero que, en tu nueva vida, todo te vaya bonito y que seas muy feliz.

P.D.: Hija, es una broma. Estoy viendo la tele en casa con tu madre, que está perfectamente y riéndose a carcajadas.

Sólo quería mostrarte que hay cosas peores en la vida que pasarte las próximas tres semanas castigada sin salir de casa, por las notas, y sin ver la tele, por la bromita.

Te quiere, papá.»

Finalmente, podrás darte cuenta de que el viaje de un adolescente ha sido cumplido con éxito cuando él o ella demuestre que sabe ser dependiente, independiente e interdependiente; cuando demuestre que tiene una elevada autoestima y sepa ser congruente. Estas nuevas características tal vez incluyan una relación transformada con ustedes, sus progenitores, la cual será reflejo del deseo de trabajar juntos, como un equipo (Satir, 2002: 338).

#### 4. Conclusiones: la función cognitiva y emocional del chiste en la vida

Los sentimientos también se educan y es posible enseñar a tener buenos o malos sentimientos. (Camps, 2000: 75)

El desarrollo del adolescente busca la maduración de la capacidad para el desarrollo diferenciado. El desarrollo adolescente se centra en la reorganización del campo de la experiencia para que sea posible una cierta relación entre el *self* y el entorno. El contacto maduro incluye las cualidades duales de la interpenetración y la diferenciación, la unión y la separación. Implica que el individuo es capaz de preservar las fronteras y relajarlas al mismo tiempo para poder dar y recibir del entorno. (McConville, 2009: 159)

En la adolescencia, pues, lo que madura es la frontera de contacto que organiza el *self* y la relación con el entorno, por ello esta etapa resulta a veces tan difícil y perturbadora. Es algo así como un nuevo nacimiento. Un renacimiento para hijas e hijos y una nueva forma de relación para los progenitores.

La inteligencia emocional es básica en la vida. Hasta cierto punto, resulta sano y divertido reírse cuando se puede de los problemas y de lo que nos pasa. Una de las cosas más importantes para la educación de la adolescencia es transmitirles la inteligencia emocional, el humor y la risa, junto a un autoconcepto positivo y un equilibrio afectivo.

Por otro lado, si siempre es preciso adaptarse a los cambios, hoy parece algo más necesario que nunca, ante la rápida transformación de los tiempos en que nos ha tocado vivir. Y la adolescencia, sin duda, comporta un cambio, tanto para quienes la transitan, como para su entorno. Un gran cambio a veces, y en ocasiones también muy duro. Casi siempre algo doloroso, tanto para hijos e hijas como para padres y madres. Ambos han de saberlo, experimentarlo, transitarlo y resolverlo. Mas los segundos, por razones obvias, no han de lamentarse o dudar, sino tener la clara conciencia de que «El objetivo del desarrollo adolescente no es la independencia, sino más bien la interdependencia» (McConville, 2009: 178). Esto es, si, como se dijo, una relación se muere y otra nace, el adolescente ha de hacerse cargo de sí e interactuar desde sí. Y la «adolescencia ha cumplido su propósito cuando el individuo llega a la edad adulta con una fuerte autoestima, la capacidad para relacionarse de manera íntima, para comunicarse con congruencia, para tomar responsabilidades y correr riesgos. El final de la adolescencia es el comienzo de la madurez, de la edad adulta» (Satir, 2002: 339).

No vamos a repetir lo ya expuesto en este trabajo. Aquí se pretende cerrar el mismo con una llamada de atención y reflexión en torno a la función y el sentido de caricaturas y chistes, esto es, para qué nos sirven, en concreto en la etapa de la vida descrita, que, en principio, parece conflictiva y dolorosa en nuestra sociedad occidental. Estas expresiones humorísticas son una forma lúdica e ingeniosa de retratar y mostrar la vida, pero, y también además de lo anterior, constituyen una oportunidad de darse cuenta de situaciones y problemas, una posibilidad de detenerse a reflexionar sobre los mismos. Y, de paso, como en este caso y sobre este tema, un espacio para compartir, soltar tensiones o preocupaciones, para poner en común conflictos afines o no, que sólo inquietan o que llegan a doler. Y así aligerar el cuerpo, descargar la mente, transitar emociones, abrirse a la posibilidad de ver que así son las cosas, sabiendo que esto pasa a muchas personas y desde la clara conciencia de que también terminará. En la vida todo tiene remedio, dicen, menos la muerte.

De otra parte, si lo importante no es lo que nos pasa, sino como nos lo tomamos y lo que hacemos con lo que nos pasa, no cabe duda de que el chiste y la caricatura pertenecen a esta segunda posición. Un buen chiste en el momento oportuno, en el tiempo y en el espacio ideales y con la persona o las personas adecuadas, libera y recarga energías. Así que esperamos haber cumplido con nuestro doble objetivo: la revisión y la reflexión de la relación entre padres y madres e hijas e hijos en la etapa adolescente y cómo cada uno se siente y la transita, y hacerlo a través de la risa y la sonrisa mediante un buen chiste, que relaje el entendimiento y la tensión, y que contribuya a conseguir una mayor comprensión y a aceptar y minimizar las situaciones y sus emociones.

En resumen, y como se planteó desde un inicio, esta expresión popular y tradicional, es decir, las imágenes icónicas de las caricaturas y los relatos lingüísticos de los chistes constituyen un acto social y una mirada hacia los temas y los problemas de la existencia. Para todo en la vida hay un chiste y quizás también una caricatura, también para el fenómeno adolescente y sus conflictos. Una narrativa en imágenes y palabras que, con su interpretación humorística, hace más amable la existencia. Una suerte de sociología silvestre y popular que pone el dedo en la llaga de una problemática social, psicológica y familiar. Una especie de intervención terapéutica que, de forma espontánea e inmediata, expresa, comparte y quizás también desintoxica la mente y suelta estancamientos emocionales. En fin, algo a lo que echar mano para iluminar inquietudes sociales y aligerar penas personales y familiares, y tal vez hasta para crear conciencia.

El humor y la risa son importantes para todo el mundo, y los chistes anteriores sobre adolescentes no son precisamente siempre sólo para ellos, a veces sí, otras para todas las personas y, en ocasiones, para las madres y los padres, que también necesitan solidaridad emocional acerca de este tema. No obstante, los jóvenes también pueden disfrutarlos, porque, como señala Covey (2007: 233):

Es una lástima que, al crecer, tendemos a olvidar lo que hizo tan mágica nuestra infancia. Un estudio demostró que cuando estamos en el kínder, nos reímos unas 300 veces al día. En contraste, el adulto típico se ríe apenas 17 veces al día. ¡No es sorpresa que los niños sean mucho más felices! ¿Por qué somos tan serios? Tal vez se debe a que se nos enseñó que reírnos demasiado es infantil [...] Aprende a reírte de tí mismo cuando ocurran cosas extrañas o tontas, porque, si no, las cosas se reirán de tí.

Y Camps (2000: 37) también nos dice:

Por medio de la risa, se manifiestan la sociabilidad humana, la simpatía, la generosidad, la amabilidad, la complicidad con los otros.

## Referencias bibliográficas

- AUSTIN, J. (1971). *Cómo hacer cosas con palabras: Palabras y acciones*. Barcelona: Paidós.
- BAYARD, R. T. y BAYARD, J. (2004). *¡Socorro! Tengo un hijo adolescente: Guía de supervivencia para padres desesperados*. Madrid: Temas de Hoy.
- CAMPS, V. (2000). *Qué hay que enseñar a los hijos*. Barcelona: Plaza y Janés.
- COVEY, S. (2007). *Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos*. México: Debolsillo.
- ERIKSON, E. (1972). *Sociedad y adolescencia*. Buenos Aires: Paidós.
- (1974). *Identidad, juventud y crisis*. Buenos Aires: Paidós.
- (1983). *Infancia y sociedad*. Buenos Aires: Paidós.
- FABER, A. y MAZLISH, E. (2006). *Cómo hablar para que los adolescentes escuchen y cómo escuchar para que los adolescentes hablen*. Nueva York: Harper Collins.
- FERNÁNDEZ PONCELA, A. M. (2011). «Antropología de las emociones y teoría de los sentimientos». *Versión Media* [en línea], 1, julio. México: UAM. <www.version.xoc.uam.mx> [Consulta: 12 diciembre 2012].

- (2012). *La violencia del lenguaje o el lenguaje que violenta: Equidad de género y lenguaje*. México: ÍTACA/UAM.
- (en prensa). «Río, luego existo»: *Humor en la educación, la terapia, para la salud y la vida*. México: ÍTACA.
- LIZARAZO, D. (2004). *Íconos, figuraciones y sueños: Hermenéutica de las imágenes*. México: Siglo XXI.
- MARTÍN, I. (2009). «¿Quieres decirme, hijo mío?: Maneras de escuchar y que nos escuchan en esa etapa crucial de sus vidas». *AVivir*, 225, 26-31.
- MCCONVILLE, M. (2009). *Adolescentes: El self emergente y la psicoterapia*. Madrid: Sociedad de Cultura.
- OAKLANDER, V. (2010). *Ventanas a nuestros niños: Terapia gestáltica para niños y adolescentes*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- OMS/OPS (2013). <<http://publicaciones.ops.org.ar>> [Consulta: 22 junio 2013].
- PAPALIA, D. E. y WENDKOS, S. (2001). *Psicología*. México: McGrawHill.
- PERLS, F.; HEFFERLINE, R. y GOODMAN, P. (2006). *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Madrid: Centro de Terapia y Psicología.
- ROGERS, C. R. (2007). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona: Paidós.
- SATIR, V. (2002). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Pax.
- SCHMILL HERRERA, V. (2003). *Disciplina inteligente: Manual de estrategias actuales para una educación en el hogar basada en valores*. México: Producciones Educación Aplicada.
- SEARLE, J. (1980). *Actos de habla*. Madrid: Cátedra.
- SIMMEL, G. (2010). *El conflicto: Sociología del antagonismo*. Madrid: Sequitur.
- UNICEF (2002). *Adolescencia: Una etapa fundamental*. Nueva York.
- (2011). *Estado mundial de la infancia 2011*. Nueva York.
- VAN DIJK, Teum (2001). «El discurso como interacción en la sociedad». En: VAN DIJK, Teum (comp.). *El discurso como interacción social*. Barcelona: Gedisa.