

DE LOS MALESTARES EN EL INSTITUTO
A LAS DIFICULTADES EDUCATIVAS EN LA CONSULTA
Algunas sugerencias para construir maneras útiles y justas
de estar terapéuticamente al lado de los chicos y chicas
adolescentes, obligatoriamente escolarizados,
cuando la vida los desborda
Jaime Funes

Este no es un artículo académico (me queda ya lejos mi condición de docente universitario). La lectora o lector encontrará pocas citas. No es porque pretenda atribuirme lo que escribo, sino porque el texto viene a ser algo así como el resumen parcial de lo que aprendí contrastando y compartiendo. Todas las ideas (estas también) nacen de mirar, escuchar, dialogar, leer a otros. Estas en concreto, además –cuando ya voy saliendo de cuatro décadas largas de adolescencia– son un pequeño y parcial resumen vital y profesional¹.

DÓNDE ESTÁN MAL, DÓNDE LOS EDUCAMOS Y CÓMO PODRÍAMOS AYUDARLOS

El título del artículo pone en relación cuatro palabras, pero cambia los emparejamientos semánticos a los que estamos habituados. Damos por supuesto que se ayuda terapéuticamente en un entorno más o menos clínico o terapéutico y se educa en un entorno educativo. Pero, sin entrar todavía a discutir el contenido, el fondo de esa afirmación, he de advertir que la realidad nos contradice, nos recuerda que no suele funcionar, tiende a ser un planteamiento imposible e inoperante.

Por un lado, buena parte de los malestares (ya matizaré la palabra) adolescentes tiene que ver con su condición de sujetos escolarizados. Unas veces se producen como reacción al malestar escolar; otras –aun siendo

¹ Más ideas resumen puede encontrar el lector o lectora en dos textos muy recientes:

FUNES, J. (2018): *Quiéreme cuando menos me lo merezca porque es cuando más lo necesito*. Paidós.

FUNES, J. (2020): *Quiéreme... pero necesito que me cuentes más*. Destino.

En el último, escribí esta dedicatoria: «A los profesionales y las profesionales de la educación, la salud, el trabajo social, embarcados en la aventura de acompañar vidas adolescentes, que no los clasifican, que no desesperan y que, saltándose los protocolos, los ayudan a imaginar futuros diferentes de los previstos por la sociedad adulta».

derivadas de su condición adolescente— tienen como territorio de expresión el entorno escolar; otras muchas, sea cual sea el detonante, tienen el mundo escolar como territorio para la descarga (desde la conflictividad académica a las tensiones en la convivencia).

Por otro lado, buena parte de nuestras posibilidades de influencia terapéutica (de la posibilidad de calmar y ayudar a gestionar su mundo interior y su ubicación en el mundo) tiene que ver con propuestas de ordenación educativa. Ayudamos a ocupar activamente el tiempo, miramos de encontrar espacios colectivos para escuchar y compartir, organizamos los tiempos de escucha de la manera más oportuna y flexible posible, tratamos de mejorar su capacidad de «mentalizar» (descubrir, analizar, argumentar) sus vidas, etc. Pero, todo eso nunca acabó de entrar en una consulta, ni siquiera organizando una terapia de grupo. El reparto de qué hace cada profesional y dónde lo hace resulta más que discutible y suele ser inviable cuando se establece una propuesta ortodoxa de división de papeles y lugares.

Para completar la descripción inicial de las contradicciones, no podemos dejar a un lado la lógica de la atención, el entramado de las influencias. La pregunta que nos hacemos es simple: ¿dónde y cómo se deja seducir, ayudar, acompañar un adolescente? Sabemos muy bien que la mayoría de los y las adolescentes solo aceptan ser «ayudados» cuando la relación se construye en sus territorios (digo se construye, se inicia, se demuestra, no que tenga que producirse siempre y toda ella en esos contextos). No hay posibilidad de atención si la presencia seductora no nace de su cotidianidad, en aquellos entornos y contextos que ellas y ellos viven como su normalidad, si los paisajes y los personajes de la atención no forman parte de su horizonte, de su mundo (nos hemos ganado de alguna manera el derecho a estar presentes en él o hemos construido puentes por los que transitar de su mundo al nuestro y viceversa).

En las páginas que siguen, me propongo, en primer lugar, hablar de la educación secundaria y de sus complejas relaciones con las actuales adolescencias. Desde el mundo terapéutico o social se suele tener una visión muy pobre de la vida de los institutos (de sus contradicciones y dificultades, de su profunda crisis y de sus buenas experiencias de innovación o de trabajo con el entorno y sus profesionales). Olvidamos que con frecuencia sana más la buena didáctica aplicada de un profe próximo que todos nuestros diálogos de lógica terapéutica. Hablamos de la escuela de secundaria porque ha de convertirse en un lugar, también, para construir la salud mental adolescente.

Después, me dedicaré a repasar nuestras crisis adultas. Desde las que tienen que ver con nuestras miradas sobre sus «trastornos» hasta las que disimulan la incoherencia de nuestras respuestas. Hablemos de lo que les pasa, de lo que necesitan y de lo que sabemos y no sabemos hacer. Previamente, propongo un pequeño repaso a las relaciones entre la salud mental y la condición adolescente.

Por último, sin olvidar que estoy escribiendo en tiempos de pandemia, me propongo sugerir formas razonables y útiles de trabajo. Pactemos formas de atención recordando en primer lugar lo que son (sujetos inmersos diversamente en sus diferentes adolescencias). Modifiquemos los lugares, alteremos y aproximemos a los argumentos vitales adolescentes nuestras visiones de la dificultad y la ayuda. Aprendamos a trabajar juntos con otros profesionales que están a su lado sin recurrir por sistema a la atribución de competencias, al reparto estanco de papeles o la confidencialidad mal entendida. Aprendamos a compartir respetuosamente las partes de sus vidas que cada uno conocemos fragmentariamente y que, sumadas, nos permitirían no estar tan perdidos, entenderlos y ser más útiles.

ADOLESCENCIA OBLIGATORIA, ESCUELA INEVITABLE, SOCIEDADES CAMBIANTES

Situémonos en la escuela secundaria obligatoria y hagamos el esfuerzo de comprender las principales claves de cómo se desarrolla la vida adolescente entre sus paredes. Pero, antes de cualquier reflexión, hagamos dos renunciaciones: considerar el buen adolescente como el buen estudiante (tener determinados conflictos con la institución escolar puede ser un indicador de buena salud mental); atribuir las dificultades y las tensiones vitales entre adolescencia y escuela a dificultades o trastornos psíquicos (aunque buena parte de esas tensiones comporte padecimiento psíquico).

Llevamos más de tres décadas de escolarización obligatoria de la adolescencia y de buena parte de la posadolescencia. Esa ampliación escolar, más allá de los catorce años, cuando desapareció el trabajo y comenzó a ser obligatorio dedicarse a ser adolescente, supuso tres cambios sustanciales:

- una gran expansión de las oportunidades educativas para todas las adolescencias (no tener que trabajar supuso poder tener más tiempo vital centrado en la educación);
- la conversión del entorno escolar en el territorio por excelencia para descubrir y practicar la adolescencia;
- la consolidación de los contextos de la escuela secundaria como lugares significativos para la influencia adulta en la gestión de sus vidas adolescentes.

Simplificando, podemos afirmar que la escuela secundaria es, por un lado, un lugar para la felicidad adolescente y, por otro, para las influencias adultas en positivo.

A la vez, a lo largo de las tres últimas décadas, se han creado y agudizado algunas crisis estructurales derivadas del dinamismo cambiante en el que está permanentemente nuestra sociedad. Cambios múltiples y

acelerados en los que viven inmersos los adolescentes y desconcertados los adultos. Destacaría también tres desajustes:

- las crisis de docencia, derivadas de los desacuerdos y desajustes sobre los objetivos de la escuela (del enseñar al educar, del currículo a la vida, de la transmisión de conocimientos al enseñar a descubrir el deseo de saber);
- la irrupción de la diversidad múltiple en una escuela estructuralmente rígida, pensada para la uniformidad y los niveles (orígenes familiares diversos, diferentes estilos de vida, desigualdades y exclusiones profundas, lenguas y culturas de referencia vital complejas, formas múltiples de ser adolescente en una sociedad de mercado);
- la agudización de la distancia entre los mundos adolescentes (en una sociedad digital, virtual, en red) y el mundo que propone la escuela secundaria.

Simplificando, podemos decir que el instituto es el territorio profundo de las incompatibilidades mutuas.

MEDIADORES ENTRE DOS MUNDOS, ENTRE LA OBLIGACIÓN Y LA CONDICIÓN ADOLESCENTE

Como profesionales que piensan en cómo ser útiles para la salud mental de los diversos adolescentes, debemos considerar las dos caras de la relación entre adolescencia obligatoria y escuela necesaria. Nuestro objetivo ha de ser convertirnos en profesionales útiles para los adolescentes, para sus profesores y profesoras, para sus madres y padres. Útiles para ayudar a leer las adolescencias, útiles para colaborar en la búsqueda de las formas positivas de encaje (desde la didáctica a la tutoría), útiles para desarrollar las ayudas que facilitan la gestión de los encajes.

Actualmente, en grados muy diversos, la enseñanza secundaria es una fuente significativa de tensión y dificultad para buena parte de los adolescentes. No solo asistimos a la complejidad de educar en una etapa convulsa y apasionante; además, las distancias entre lo que ellos y ellas consideran importante en la vida y lo que les proponemos mediante la escuela oficial comienzan a ser enormes.

Iniciar la adolescencia siempre ha consistido en descubrir que había vida más allá de la escuela que, hasta ese momento, había ordenado la infancia. Al cambiar de etapa vital, en plena adolescencia, la escuela como institución deja de ocupar un lugar central en la vida (la vida a descubrir y experimentar es algo más que la escuela). Sin embargo, es entre sus paredes donde pasan más tiempo, donde viven más horas de adolescencia, donde tienen más ocasiones de poner en práctica sus adolescencias. A

pesar de la obligatoriedad y de estar oteando otros horizontes, acuden al instituto razonablemente felices, dispuestos y dispuestas a dedicarse a ser adolescentes.

Desafortunadamente, buena parte de las escuelas de secundaria están pensadas desde la lógica académica y el aprendizaje del currículo. Apenas tienen en cuenta la condición adolescente de su alumnado. La distancia actual entre el mundo adolescente y el mundo adulto tiene su máxima expresión en las aulas de secundaria.

Mientras los adultos piensan en formarlos sin pararse a pensar cómo es su mundo, los adolescentes van a lo suyo, se van alejando. Soportan el instituto con grados de acomodación diversos y salen de sus aulas con actitudes a menudo muy críticas sobre el lugar que debe ocupar en su vida el hecho de aprender más y saber más. Cuando padres y madres nos piden ayuda, su imaginario de buen adolescente está definido por el buen estudiante o por el que, al menos, no deja de estudiar, sigue en la escuela.

PODEMOS ACABAR SIENDO PROVEEDORES DE ARGUMENTOS PARA LA RESIGNACIÓN

Desde mis primeros años de trabajo en la escuela secundaria obligatoria he tenido que insistir en que el panorama escolar suele estar conformado por cuatro grupos de actitudes adolescentes ante el hecho inevitable de tener que ir cada día a la escuela. Haré un pequeño apunte para poder recordar la confusión de demandas que luego nos llegan.

Un grupo sigue siendo el de los «estudiantes estudiosos» (como predominan en él las chicas, siempre digo que deberíamos hablar de «las» estudiantes estudiosas). Las demandas que suelen llegar al territorio de la salud mental a menudo suelen aparecer al final de los estudios (por fin se rebelan y no quieren seguir adaptándose hiper responsablemente a las exigencias adultas). En medio de la secundaria aparecen porque dejan de sacar buenas notas (nuevos intereses vitales pasan a ser más importantes pero sus familias o sus profesores consideran que se trata de «distracciones» a corregir). En un momento u otro, también aparece la demanda adulta sobre estos adolescentes porque los equilibrios se rompen. Ante las presiones adultas aparecen las angustias adolescentes (el malestar se traslada a la gestión de su cuerpo cambiante, se alteran las dinámicas de las relaciones, el tono vital queda invadido por la tristeza...).

En el otro extremo de las actitudes se sitúan los adolescentes con escolarización y adolescencia sumidas en los conflictos. La escuela y ellos, ellos y la escuela, parecen haberse vuelto incompatibles. Son vidas con historias y explosiones adolescentes diversas. También son historias escolares singulares con nuevas etapas de dificultad en secundaria. Son adolescencias que, aquí y ahora, no están dispuestas a ser escolares. Nos los envían para que aclaremos qué les pasa y hagamos algo para que se

sometan. Descubrimos nuestra tarea mediadora tratando que las dos partes (la escuela y ellos) cambien algo, no lleguen a la ruptura total.

En medio de los dos extremos, sabemos que siempre hay dos grupos que se intercambian en diferentes momentos. Resuelven, de manera diversa en cada momento, el dilema entre vivir y estudiar (pasárselo bien y suspender). Un grupo de estudiosos que viven o de «vividores» que estudian. Atravesando las dos situaciones, están los resignados (momentáneos o permanentes). Son los chicos y chicas que van al instituto porque es lo que les toca hacer. Las demandas vienen, en unos casos, porque se pasan de rosca y predomina los suspensos y, en otros, porque las nuevas formas de felicidad desconciertan y hacen pensar que perderán los estudios. También, porque cualquier incidente vital hace desaparecer la resignación y no parecen dispuestos a seguir. Las demandas adultas quieren que seamos generadores de argumentos para seguir yendo a la escuela y, al menos, aprobar.

En cualquiera de las situaciones, no podemos olvidar que un día u otro nos plantean crudamente la pregunta clave: «¿y yo por qué tengo que ir al instituto?». Propongo a la lectora o lector que haga su lista argumental (alguna provisional que escribí se puede encontrar en los libros citados), recordando que se trata de sus vidas adolescentes y no de nuestras existencias adultas ya adaptadas y resignadas. Ayudarles no es convertirnos en proveedores de argumentos para la resignación (aunque a ratos la pactemos por pragmatismo).

CONSTRUYENDO EL PUZLE DE LA FELICIDAD

Nos preocupa que el adolescente no eche a perder los estudios (aunque nosotros tratamos de hacer comprender a sus adultos otros sentidos de la escuela secundaria que no son los estrictamente académicos). Pero, de la misma manera, debería preocuparnos que los estudios no echen a perder su adolescencia. En ocasiones, cuando las notas están por medio, nos incomodan las contradicciones de su búsqueda de la felicidad a toda costa tan omnipresente en sus vidas. Pero, también tenemos momentos de serenidad y aparcamos los títulos o la pretensión de que sean adultos cultos (sin definir qué significa). También somos capaces de decir que solo nos importa que sean felices. Es una más de nuestras vivencias ambiguas. Sin negar ni la felicidad ni el éxito académico, pensamos en la importancia de que encuentren una vida coherente y con sentido.

No profundizaré en este artículo sobre unas vidas con pretensión de felicidad permanente ni en el contenido ético de la felicidad que tratamos de hacer descubrir entre sus felicidades de mercado. Me refiero parcialmente al tema solo para señalar que, para algunos chicos y chicas, la confrontación con los estudios de secundaria acaba convirtiéndose en una

potente fuente de infelicidad. A algunas y algunos, la escuela, en las condiciones en las que deben estar, les genera una buena dosis de los malestares a los que me referiré después.

Nuestra tarea como personas adultas próximas, cercanas, no pasa por obviar las tensiones, sino por buscar formas de compatibilidad entre obligaciones, deseos, presente y futuro. Tratamos de construir un puzle en el que quepan piezas de diversas categorías: de la categoría aprender, de las de descubrir y experimentar, piezas inútiles pero inevitables, piezas de vitalidad adolescente, piezas de realismo adulto... Y esto significará que, en la escuela, en casa, en la calle, en tiempos escolares y no escolares facilitamos que las puedan encontrar y encajar, que no tengan que hacer el puzle con piezas de un solo tipo.

LA DIDÁCTICA TERAPÉUTICA Y EL ACOMPAÑAMIENTO EDUCATIVO

Ni como terapeutas, ni como profesionales del acompañamiento adolescente que no transitamos por las aulas, podemos olvidar qué es una buena escuela, qué es una escuela definida en clave adolescente y cómo podemos contribuir a que sea posible.

Participar de alguna manera en el funcionamiento de una escuela que los adolescentes puedan vivir como suya, como territorio adolescente en positivo. Sabemos que no vale cualquier escuela. No es buena por el simple hecho de que parece no generar conflictos con sus adolescentes. Tampoco lo es si renuncia a educar enseñando². Todavía menos si solo valora los títulos, los resultados académicos al final de los estudios.

La escuela que ayudamos a construir es una escuela centrada en el acompañamiento.

Una buena escuela adolescente destina una parte significativa del tiempo a hacer descubrir a todos los adolescentes que algún adulto concreto y significativo está por ellos y ellas. Destina tiempo a demostrar que su vida adolescente también forma parte de los intereses de la escuela. Si educar en la adolescencia es acompañar, los principales esfuerzos deben estar destinados a priorizar la tutoría (cómo ayudamos a que los tutores y tutoras encuentren y practiquen la adecuada manera de acompañar) y hacer presentes en el entorno normalizador (no en el de la respuesta como reacción a las tensiones) de la escuela a los otros profesionales (como los de la salud mental) que pueden acompañar o que comparten acompañamiento con tutores y tutoras.

² Pensando en esa aproximación al sentido de la escuela escribí en 2019 un texto, a punto de aparecer en castellano: «Ser maestro cuando parece que nadie sabe para qué sirves» (Octaedro 2021)

Pasemos a la segunda parte de las reflexiones. Desde la perspectiva de la salud mental, ayudamos a los adolescentes a construirla, a saber gestionarla y a recuperar equilibrios cuando su vida se ha vuelto una fuente de padecimientos para ellos y ellas y para sus adultos. Este artículo no pretende abrir ningún debate sobre la clínica de la adolescencia. Ni tengo espacio ni nos llevaría a grandes conclusiones. Tan solo me atrevo a recordar que, para una mirada adulta poco acogedora y flexible, la variada fenomenología adolescente puede convertirse con facilidad en sintomatología. También, que, si tuviéramos posibilidades de ejercer la paciencia y la esperanza permaneciendo a su lado, comprobaríamos que todo es provisional en su adolescencia y todo puede acabar siendo diferente. Obviamente, tampoco negaré que estoy entre los profesionales perdidos que no siempre acaba de saber cómo ayudar y algunas vidas que pretendía mejorar acabaron en el desastre.

Como forma de acotar nuestra preocupación por la salud mental adolescente, dedicaré las próximas líneas a resumir tres ideas o conceptos aplicados a sus realidades: las variables de las que suele depender su «salud mental»; sus malestares; el contenido de nuestra pretensión de conseguir que lleguen a convertirse en personas equilibradas. Las tres condicionan las propuestas de atención, de ayuda, de acompañamiento.

¿DE QUÉ DEPENDE SU SALUD MENTAL?

Los profesionales que llevan tiempo tratando de ser útiles en las vidas adolescentes, saben de la facilidad con la que las turbulencias adolescentes son interpretadas como insanias por una parte de sus adultos. También conocemos las incompatibilidades entre lo que viven y lo que la realidad familiar o institucional les impone. No olvidamos que su propia condición adolescente puede convertirse en fuente de desasosiego y que no siempre es fácil ubicarse entre la infancia a olvidar y la juventud que esperan conseguir. Por eso, sugiero que nos hagamos la siguiente pregunta (sin recurrir demasiado a nuestros modelos de referencia): ¿De qué depende su salud mental? Entre otras variables vitales, va dependiendo de:

1. Cómo gestionan su propia adolescencia (en qué proporción, entre situaciones, es un estado satisfactorio o está demasiado dominado por las angustias y las incertidumbres). Por eso les ayudamos a entender qué les está pasando³ y tratamos de que las otras miradas no problematicen su conducta.

³ Siguiendo esta lógica, en el libro *Quiéreme... pero necesito que me cuentes más*, escribí el texto «La adolescencia explicada a los adolescentes».

2. Cómo depositan (cómo expresan) sus malestares y sus disconformidades adolescentes (si, por ejemplo, depositan los malestares en el cuerpo y aparecen los trastornos alimentarios o si optan por saltarse las normas como forma de descargar rabias acumuladas). Por eso, una parte de nuestra ayuda tiene que ver con facilitar los «objetos» apropiados para hacerlo y con descubrir de qué manera su conducta afecta a otras personas.
3. La reaparición en formato explosivo de sus historias infantiles difíciles (la adolescencia es un tiempo para pasar cuentas a historias vitales anteriores y las crisis adolescentes sacan a la superficie viejas dificultades). Por eso tratamos de conseguir que pasen página, que se sientan en positivo, que descubran sus capacidades para imaginar futuros.
4. La posibilidad o imposibilidad de reequilibrar un pasado difícil ahora que son adolescentes y tienen otras herramientas vitales (por ejemplo, utilizar el pensamiento reflexivo, antes imposible, para analizar la vida con otras perspectivas). Por eso tratamos de que la escuela les ayude a adquirir esas capacidades o abordamos el autoconocimiento o les facilitamos para descubrir cómo se sienten. No son herramientas automáticas, que vienen dadas de serie.
5. Las respuestas que reciben, de los adultos y de los iguales, a sus malestares, expresados a menudo de maneras silenciosas o con conductas difíciles (cómo clasificamos los problemas que nos crean o la sensibilidad de nuestro sistema de observación de sus vidas). Por eso aprendemos a observar no a descubrir factores de riesgo y sabemos que una etiqueta tan solo produce fijaciones en el problema.
6. La posibilidad de que las experiencias adolescentes aceleren el desarrollo de hipotéticos trastornos mentales de base más biológica, que tal vez aparecerían, o no, más tarde, sin una vida adolescente arriesgada, (por ejemplo, un proceso psicótico no previsto a causa del consumo de cannabis). Por eso nuestro trabajo consiste en conseguir que aprendan a gestionar los riesgos y sepan protegerse de los daños añadidos.

De todas estas variables y de muchas más, en combinación desconocida, depende que su salud mental se construya en positivo, peligre temporalmente o se complique de manera intensa y duradera.

Finalmente, refiriéndome a esas complicaciones, que parecen agudizarse en la salida de la adolescencia, me gustaría hacer un apunte sobre los adolescentes varados, recostados sobre la arena, esperando que llegue la ola benigna que los devuelva al oficio vital de navegar. Los chicos y las chicas adolescentes que ponen sus vidas en modo *pause*, en espera de no se sabe bien qué o que quedan varados en una arena que no siempre está

en calma o acababan su adolescencia encallados y con tendencia a buscar salidas que no los conducirán a buen puerto. ¿Por qué se detienen? ¿Cómo y por qué múltiples razones una adolescencia llega a quedarse encallada y (no siempre) a entrar en un recorrido errático? Saldrán ya de la escuela, no vendrán fácilmente a nuestros dispositivos y harán su nueva transición vital en soledad. ¿No podíamos haber hecho algo antes para que en su desorientación supieran cómo buscar compañía?

MEJOR HABLAMOS DE «MALESTARES»

Repetidamente he escrito «malestares» porque, en mi opinión, para poder entender toda la secuencia de las diversas situaciones de sufrimiento y dificultad, lo que pasa en las vidas adolescentes cuando se vuelven complicadas, debemos hacer un análisis a partir de los malestares. No tiene mucho sentido intentar discriminar si un sujeto como el adolescente, en continua transformación, está situado en el territorio de la insania o en el de la salud. Es mejor tener presente que estamos delante de personajes sometidos a malestares de intensidad diversa.

La adolescencia como tiempo de primeras veces, de nuevos itinerarios sin brújula ni equipaje es un tiempo de «malestares». Hablar de malestar es hablar de dificultades para encajar, de no acabar de encontrarse bien en la propia piel, viviendo en un determinado entorno que obliga a soportar determinadas tensiones. El malestar es el resultado de una aclimatación difícil a una situación vital que escapa en parte a nuestro control, es el desasosiego de sentirse metido en la vida con calzador.

Los malestares también son el producto de una relación, de una interacción entre dos partes (la escuela y el adolescente, la familia y el adolescente, el grupo y el adolescente) que no acaban de estar en sintonía. Hablar de malestares adolescentes supone referirse a las dificultades de encajar con uno mismo, a las que surgen de las relaciones entre iguales, a las que se producen por su presencia en unos espacios u otros, a las que se derivan de sus relaciones con diferentes personas adultas o de sus formas de estar y actuar en sociedad. Por razones diversas, tuyas y nuestras, hay momentos en los que el adolescente no encaja. Padece y hace padecer.

Los malestares, como toda situación humana que genera sufrimiento, tienen diversas formas de expresión. Cuando el adolescente tiene que satisfacer su necesidad de descubrir otros mundos, sus sentimientos pueden estar presididos por la angustia o por la búsqueda intensa de placer (juntamos el enamoramiento, el descubrimiento de ser una persona deseada, los video porno, ... y tendremos desasosiego y conductas por encajar). Cuando las conductas arriesgadas pasan a ser el núcleo central de sus actividades, es posible que aparezcan conductas destructivas. A menudo serán la expresión activa de unos adolescentes que no encuentran su lugar en el mundo.

El malestar es una situación dinámica que puede afectar a todos los adolescentes en la medida en que viven una etapa de transformación, de construcción, de tránsito, en un mundo cambiante, en relación con una sociedad adulta perpleja, que ve reflejadas sus incertidumbres en los adolescentes. Como producto de esta difícil construcción y de estas relaciones tensas, ambas partes suelen sufrir, se sienten mal (los adolescentes consigo mismos, las personas adultas con sus expectativas no cumplidas o con sus angustias por el futuro). Son situaciones de intenso malestar que la mayoría acabará gestionando en positivo, aunque quedarán marcas significativas en su vida.

Los grupos de adolescentes «con problemas» están compuestos por chicos y chicas a quienes sus malestares intensos los llevan a complicarse la vida de diferentes maneras. En unos casos, lo que sucede es que lo que hacen y las tensiones que los rodean parecen superar lo que pueden soportar. Son adolescentes «broncas», que «pasan» de sus padres, que arriesgan hasta el extremo, que lo dejan todo, a los que nada parece contenerlos. Otros son adolescentes sufridores que no se meten con nadie, que no crean problemas de confrontación pero que van adentrándose en su mundo, sufriendo, en desacuerdo total consigo mismos y con lo que los rodea.

EL JOVEN «EQUILIBRADO» QUE AYUDAMOS A SER

En la adolescencia no tiene sentido hablar de factores de riesgo (la buena adolescencia siempre vive el riesgo como atractivo) y, menos todavía, dedicarnos a hacer prevención (tratar de evitar futuros negativos a sujetos que no piensan en el futuro). En realidad, lo que debería preocuparnos es cómo les ayudamos a gestionar su adolescencia y cómo proyectamos el estado saludablemente positivo en el que nos gustaría que estuvieran al dejar la adolescencia y pasar a ser jóvenes. ¿Qué entendemos por una persona joven equilibrada? ¿Cómo podemos explicar que, al llegar a una cierta estabilidad juvenil, hayan construido una salud mental razonable?

Pensando en el adolescente que, por fin, se va librando de su adolescencia, nuestras pretensiones sobre su «equilibrio» podrían ser, en parte, estas:

- Consiga saberse, conocerse y, al mismo tiempo, no perder una adecuada dosis de necesidad de ser de otra manera.
- Gestione emociones, sentimientos, afectos.
- No haya perdido las ganas de continuar descubriendo la vida.
- Tenga habilidades para abordar negaciones y frustraciones, para contrastar los deseos con la realidad.
- Pueda explicarse los motivos de sus malestares.
- Tenga ganas de saber más, de continuar encontrando explicaciones a la vida.

- Continúe creando, haciendo proyectos.
- Los demás ocupen un lugar en su forma de ser y vivir.

Podríamos decir que el «equilibrio», el resultado que hay que esperar de su evolución y de nuestra influencia educativa es que tenga un conjunto de ideas, sentimientos, experiencias y vivencias que produzcan una satisfacción moderada y realista con lo que son y con la vida que llevan.

Aunque resulta mucho más habitual hablar de los problemas, supuestos o reales, de salud mental de los chicos y chicas adolescentes que de cómo ayudarlos a gestionar saludablemente sus adolescencias, tenemos que partir de propuestas en positivo para construir la salud. Definir lo que esperamos y no quedarnos en diagnosticar lo que ahora parecen ser.

RECORDEMOS ALGUNAS DE LAS REGLAS PARA SER ÚTILES ENTRE ADOLESCENTES

Y así llegamos a la parte final de las reflexiones que propuse: recordar algunas ideas sobre lo que vale la pena hacer y lo que resulta contraproducente e inútil para tratar de ayudar a los adolescentes. Nunca tuve ni tengo ahora remedios para la acción inmediata. Sufría y sufro por encontrar las maneras de acompañar, durante tiempos de diversa duración, a los adolescentes con vidas complicadas o que parecían perderse o que quedaban encallados. He mirado de modificar todas esas variables y circunstancias generadoras de malestar e incompatibilidad de las hemos hablado. He tratado de provocar las olas que permitan a las naves adolescentes varadas volver a navegar. Pero ni escribí el manual ni patenté un método. Fui haciendo. En la escuela y en las alternativas a la escuela oficial, en la calle y en los espacios juveniles, en consulta formal y en psicoterapia de bar.

Algunas ideas han persistido y las puede encontrar el lector en textos más amplios. Todas esas ideas, además, pasan estos días el filtro de la existencia entre el caos de la pandemia. La escuela que ya era urgente cambiar está obligada a ser diferente (también nosotros hemos de pensar cómo). El mundo virtual que ya definía buena parte de sus vidas se ha demostrado como estructural para aprender y para ser. Para seguir siendo referentes en sus vidas existen diversos grados y formas de presencia y la distancia no es estar o no cerca, sino ser percibidos como cercanos e interesados por sus vidas, aunque la relación sea por la «videollamada», personal o de grupo, correspondiente. Si siempre fue urgente mirar, escuchar, observar, saber preguntar, ahora ha pasado a ser imprescindible para no interpretar (ahora que somos adultos miedosos e inciertos) y para no traspasar lecturas de incompreensión adulta sobre lo que hacen.

Recupero las viejas reflexiones puestas al día. Como decía al principio del artículo, no olvidemos que estamos inmersos en una dificultad estructural: la inexistencia de sistemas adecuados de ayuda a los adolescentes

que pasan por situaciones de dificultad significativa. Además, no podemos volvernos conservadores. Cualquier nueva crisis supone pensar cómo podremos, con otros parámetros, construir las relaciones de influencia de siempre (lamentarse, por ejemplo, de que ven porno tempranamente no conduce a nada; nuestra obligación es pensar dónde y cómo les ayudaremos a descubrir la bondad de los besos y los abrazos).

También sirve para la salud mental aquello de que no se los puede ayudar cuando tienen dificultades si no se está cerca de ellos en el día a día. La autoridad terapéutica se gana demostrando previamente que nos interesa su vida, que no les prestamos atención ahora porque fuman porros o los expulsan de la escuela, sino que ya lo hacíamos antes, cuando estaban «agobiados» por un mal enamoramiento o una tensión insostenible en casa.

CONSTRUYAMOS LA POSIBILIDAD DE LA ESCUCHA

La pandemia no generará más trastornos adolescentes ni más adolescentes trastornados. Sí que genera y generará un incremento exponencial de necesidades de escucha. Desde las vidas familiares confinadas a las dificultades para gestionar las emociones y las relaciones sociales limitadas, pasando por la desregulación de las rutinas que organizaban sus vidas, la mochila de lo que necesita ser mirado y escuchado se va llenando. Por eso debemos aparecer por la escuela, al menos para ayudar a mejorar los sistemas de observación del profesorado y para poder ser en algún momento el profesional que, con encuentros diversos, se ocupa de permitirles expresar cómo se sienten.

Recordemos que una escuela que ayuda, que tiene un buen sistema de tutoría personalizada y la organización adecuada de los grupos, se convierte sistemáticamente en terapéutica porque se propone como objetivo reconstruir itinerarios a partir de la relación cotidiana, con la presencia de adultos positivos significativos, sin obviar los sufrimientos y los malestares de unos y otros. Complementariamente, un buen recurso de salud mental adolescente tiene profesionales que salen del despacho y son conocidos por los adolescentes en espacios como la escuela o el centro de jóvenes. Su trabajo no se basa en el hecho de que acudan los adolescentes, sino que empieza por ir a donde están ellos.

Nuestra relación con la escuela y sus adolescentes también pasa por la relación con los recursos diferentes, con las escuelas de «segunda oportunidad» (mejor definidas como de «nuevas oportunidades») que recogen lo expulsado, lo no soportable⁴. Con ellas compartimos la preocupación y el

⁴ Un ejemplo de ese trabajo salud mental escuela de nuevas oportunidades puede verse en: <http://www.ellindar.org/>

encargo de hacer algo con los adolescentes que encontraron en su camino piedras que no pudieron bordear. Con sus profesionales construimos una «clínica de la comprensión», facilitando a los adolescentes explicaciones útiles para gestionar lo que les estar pasando. Adolescentes que prefieren situar sus malestares y padecimientos en la categoría de «malos» antes que en la etiqueta de «locos» (en los recursos que les devuelven su capacidad para hacer algo positivo y no en los que continúan inhabilitándolos).

Para pensar las respuestas, hemos de comprender que, en la mayoría de las situaciones, para ayudarlos se necesitan tres cosas:

- una persona adulta (o varias) con la que se sientan cercanos, en la que puedan confiar, dispuesta a atenderlos flexiblemente cuando sientan malestar y pidan auxilio (casi siempre de manera indirecta, sin citas previas ni horarios);
- algún lugar que perciban como un espacio adolescente para poder encontrarse con los adultos dispuestos a estar flexiblemente a su lado (entre la play y el aburrimiento);
- un grupo familiar, un espacio de pertenencia complementario o substitutivo, que aguante su adolescencia mucho más allá de las pequeñas broncas y preocupaciones (por eso ayudamos a los adultos a entender y aguantar las adolescencias que alteran sus vidas o facilitamos relaciones permanentes con otros adultos en entornos jóvenes).

CONSTRUIR JUNTOS LA RED DE REFERENCIAS

Cuando volvemos a estar inmersos en un empobrecimiento económico de muchas familias y una desigualdad agudizada imposible de justificar, en medio de una perplejidad educativa significativa, no podemos mantener los viejos sistemas parcelados de atención. Recordemos que no vale cualquier respuesta y que las que damos a los adolescentes suelen añadir problema.

Si no fuera porque la expresión está profundamente devaluada volvería a hablar del «trabajo en red». Recordando que los adolescentes son de quien se los encuentra, de quien establece el primer contacto acogedor, aunque luego trabaje para que la confianza que el adolescente depositó pueda pasar a otro profesional si es necesario (recordemos que el verbo derivar está prohibido y no sirve con los adolescentes).

Cuando se acababa el primer confinamiento total reclamé en un artículo el «derecho al acompañamiento mínimo garantizado». Cerrada la escuela y buena parte de los recursos de encuentro y de apoyo que tenían, los adolescentes habían vuelto a sus soledades. Reclamaba que nos pusiéramos de acuerdo y que el complejo enjambre de profesionales de

lo educativo, lo social y lo terapéutico hiciéramos el favor de garantizar acompañamientos. No podemos dedicarnos, decía, a pensar en problemas futuros sino a garantizar ahora que ningún niño (ningún adolescente) está solo o solo en relación con los adultos del grupo familiar. Urgía a poner en práctica ya, de manera real, la relación entre los profesionales de dentro de la escuela y los de fuera, de forma que quedara claro quién es para cada niño (cada adolescente) su persona de confianza y referencia y quien está disponible, si hace falta, para la ayuda⁵. Tardaremos mucho en construir referencias significativas, fiables, si ahora se sienten solos, sin poder comprobar que importan a alguien más que a sus padres (o ni siquiera a sus padres).

⁵ Experiencias recientes sobre cómo construir el «dentro-fuera» con la escuela pueden encontrarse en ECHEVERRÍA, J. (2020): *Entre la escuela y la calle. Experimentación para reforzar la educación formal con propuestas de educación no-formal*. Asociación Navarra Nuevo Futuro, <https://laboeduca.org/wp-content/uploads/2020/06/rupturas-web-2020.pdf>

