

EL MALESTAR PSICOLÒGIC DE LES NOIES ADOLESCENTS (2)

Concepció Garriga, psicòloga col·legiada 1210, psicoterapeuta psicoanalítica, analista bioenergètica.

En un treball anterior titulat "Moltes noies adolescents pateixen un malestar psicològic callat", vaig aportar les dades d'un estudi que mostrava l'existència d'un malestar psicològic específic per les noies, que no tenia un paral·lel en els nois.

Amb aquest article pretenc descriure en què consisteix el malestar que les noies han d'afrontar a l'adolescència i que sovint continua en la jove adulta. Em seguiré basant en el mateix llibre de Carol Gilligan, però en aquest cas faré referència a la contribució de J. K. Zimmerman.

Ell, descriu un model per entendre aquest malestar psicològic que té tres components: 1) la noia viu una ambivalència interna que, en moments de més estrès experimenta com 2) un dilema tràgic, o "sense solució", sovint acompanyat de 3) un fracàs moral percebut.

1) L'ambivalència interna és l'expressió d'un afecte que té dos aspectes. Per una banda la noia, que fins a l'adolescència havia percebut la presència de la seva "veu", és a dir, l'expressió única de si mateixa i de la seva pròpia perspectiva, en arribar a la pubertat comença a experimentar dificultats per expressar la seva pròpia veu davant les expectatives culturals. La noia també percep un xoc amb la posició de la seva mare: una lluita entre el que la mare creu que la filla hauria de ser, i el que ella sent que és. L'ambivalència internalitzada és la imatge que les mares projecten a les seves filles i que finalment elles internalitzen. Consisteix en que les mares volen, a la vegada, que les filles adoptin la posició dependent tradicional de les dones, i, que les seves filles se'n surtin allà on elles no van poder. Els missatges de les mares són contradictoris i posen a les filles en una posició que poden viure com a problema insoluble (tal com ho descriu S. Orbach). El dilema que se'ls presenta és: "com pot una filla ser passiva i complaent i al mateix temps realitzar el seu propi potencial únic? Com pot anar més enllà que la seva mare i a la vegada estar-hi en relació?" Paradoxalment, tenir èxit en el desenvolupament i la diferenciació, més enllà dels límits de la pròpia família i de les expectatives culturals, suposa arriscar-se a perdre la connexió de cura i d'interrelació.

2) El dilema tràgic. Hi pot haver un moment en el desenvolupament, en que el dilema que estem plantejant sigui viscut com a massa intens o dolorós. Si passa això, pot ser que la lluita, basada en l'ambivalència que en realitat està tant dins la mare com dins la filla, emergeixi a l'espai interpersonal de relació entre elles, i que efectivament es barallin. La filla, que viu tant el desig d'èxit, com la por a l'èxit; que sent tant el desig com la por a la individuació, percep que té lloc un xoc, evident, externalitzat, entre separació i connexió. Per la noia, sentir-se connectada a la seva mare, significa que ha de ser el que se li demani, però al preu de perdre la connexió amb la seva pròpia veu, el seu sentit del jo. En contrast, separar-se és viscut, metafòricament, com intentar creuar sola el desert, sense prou aigua, ni ajudes de navegació, ni mapes d'orientació. Esculli el que esculli –travessar sola el desert o quedar-se'n al marge– comporta el risc de perdre la connexió amb un aspecte dels dos, la complexitat d'aquesta situació i els riscos que inclou li poden semblar excessius a una noia, els pot viure com una posició que la supera; la noia sent que, ocupi la posició que ocupi, és "dolenta". Cada noia se sent presa en un dilema en que cada una de les "banyes" li sembla inacceptable i implica una pèrdua massa gran. Cada una està en alguna mesura identificada amb les dues imatges: la del camí passiu, obedient, i de cultura tradicional; així com amb el camí de la

independent, la que té èxit, la que se'n surt culturalment. I no troba la manera d'integrar les dues. Una banya suposa el risc de perdre el jo i la pròpia veu; l'altra el de perdre la connexió cultural i l'amor de la mare. El problema pot ser viscut com sense solució.

3) El fracàs moral percebut. El que s'entén per fracàs moral és el terme que s'utilitza dins el context de la moral de cura i la moral de justícia que van descriure Gilligan i col·laboradores. En poques paraules, la cura sosté la connexió en les relacions; i la "orientació de cura" denota relacions caracteritzades en termes de lligam/allunyament. L'"orientació de justícia" és el manteniment de relacions caracteritzades en termes d'igualtat/desigualtat i reciprocitat. Un fracàs moral, doncs, fóra una acció consistent en, o bé desconexió i abandó (cura "dolenta"), o bé en injustícia, manca de respecte o desigualtat (justícia "dolenta"). El que convé subratllar d'aquest apartat és el terme percebut. L'adolescent és molt propens a percebre com a fracàs una dificultat. És el que a l'article anterior anomenava baixa autoestima. Sovint l'adolescent o la jove adulta es percep com "dolenta" per no poder mantenir la connexió, o per no poder prosseguir en la recerca de la seva autonomia. Llavors se sent malament. En aquest malestar hi ha inclosa la percepció que la "veu" adolescent no compta; que és menys important que les exigències de la seva mare i que la veu de la cultura. Aquí les adolescents poden sentir el fracàs, poden sentir-se incapaces de mantenir el nivell de lluita necessari per tal de sobreviure. A vegades un intent de suïcidi és la única solució que troben per "protegir" la seva pròpia veu i rebutjar la veu de la cultura tradicional que senten com que les arracona. La intensitat d'aquesta lluita està en relació amb si les noies poden albirar una vida "més enllà del desert". Són noies molt sensibles que perceben molt finament el dilema al que senten exposades, i que no troben la manera d'afrontar-lo.

Tractament

Una manera d'ajudar-les és mostrant-los el dilema que estan afrontant, de manera que puguin reconèixer i tolerar que el que viuen és que agafin la direcció que agafin hauran de viure una pèrdua que els resulta massa dolorosa: La pèrdua de la connexió amb la mare o la pèrdua de l'autonomia.

És molt probable que immediatament a continuació aparegui la pregunta de si aquestes pèrdues són inevitables. La resposta és que no.

La tècnica psicoterapèutica és de gran ajuda, perquè promou el treball de verbalització. Posar en paraules el conflicte que estan vivint les ajuda a sentir-se integrades en un jo propi, i a percebre que estan en contacte amb la seva pròpia veu. De fet, verbalitzar fa la funció de desenvolupar el jo, mitjançant la comprensió dels fets, l'apropiació de l'experiència i la reintegració.

Si a més aquesta noia pot expressar el seu malestar a la seva mare, hi ha la possibilitat que s'enforteixi la relació entre elles, i per tant disminueixi la magnitud de la pèrdua de recolzament per part de la mare.

Del que es tracta és de que la noia pugui assolir els nivells més alts possibles tant de connexió com de separació. La psicoteràpia proporciona el tipus de relació en que la comprensió empàtica és obertament nodridora, a la vegada que deixa prou distància com per experimentar companyia sense que hi hagi confusió amb l'altra.