# Inédito conflicto generacional

No nos confundamos: no es en la política donde se da lo esencial del desencuentro generacional. Es en las fronteras de lo permitido y lo censurado: en la agresión, el sexo y la adicción.

Ricardo Capponi
*Psiquiatra*

## UNA NUEVA FORMA DE PONER LÍMITES

No descendemos de Adán y Eva, somos descendientes directos del mono. Y, por lo tanto, nuestra tendencia natural es a actuar como los animales, impulsivamente, tratando de satisfacer con urgencia las necesidades que impone la biología. Son necesidades que están inscritas en los genes y constituyen lo que llamamos "instintos".

En el caso de los seres humanos, los instintos se modifican durante la etapa de desarrollo por la influencia ambiental, y se van transformando en pulsiones. De estas, el manejo de las pulsiones agresivas, sexuales y adictivas va a ser determinante en la calidad de nuestro proceso de humanización.

Por miles de años vivimos en un ambiente de carencia, de peligros, de falta de alimentos para la subsistencia básica, de luchas por la obtención de la pareja sexual, de búsqueda desenfrenada de placeres intensos que nos ayudaban a rehuir lo difícil que resultaba vivir. Para no autodestruirse en este desorden de codicias personales, los grupos se organizaban con límites fuertemente punitivos y represivos, basados en la prohibición y el castigo severo frente a su incumplimiento.

Pero en una sociedad que dispone de una relativa abundancia de recursos materiales y ya no vive en la lucha por la subsistencia y la procreación, se hace inoperante esa forma de poner límites por medio de la represión, el castigo y la prohibición. Hemos comenzado a desarrollar una nueva forma de concebir los límites, la normatividad, la ética y la moral. Este es un cambio cultural profundo. Es un giro radical respecto de una tradición de miles de años, y aún no estamos plenamente conscientes de lo que significa.

Sin embargo, ¿solo porque hoy es más fácil subsistir es que no sirven los controles severos del pasado? No solo por eso. Además, la psicología descubrió que en un

¿Cómo educamos los límites en una generación donde la represión, la prohibición y el castigo no tienen cabida? Esta educación requiere la internalización de un límite mucho más sofisticado, mucho más exigente para quienes tienen la responsabilidad de criar y educar.

clima de castigo no se logra aprendizaje. Si este es obtenido a punta de castigo, se sostiene gracias a una costosa represión, que hay que mantenerla a través del tiempo para que el sujeto no se desborde. Esto consume energía psíquica y, cuando las circunstancias levantan la represión, la conducta se hace inmanejable. En tanto, si el aprendizaje se da en un clima afectuoso, este se mantiene, a través del tiempo, independiente de las circunstancias.

Por otro lado, los medios de comunicación actuales son globalizados, invasivos, sin filtro y al alcance de todos, movidos por intereses de consumo, de captar la audiencia a cualquier precio, usando para eso el sexo y la agresión —que son los estimulantes más cautivadores de la atención—, lo que transforma a estos medios en fuentes de experiencias tóxicas y de información distorsionada que mal educa. Como los menores adquieren autonomía cada vez más temprano, ellos están expuestos a vivencias que hoy no las podemos impedir. Por eso prohibir y castigar en este caso no tiene sentido, más bien debemos preparar a los niños y jóvenes para que ellos mismos entiendan el sentido del límite, y se protejan a sí mismos de esta avalancha de vulgaridad. Pero esta capacidad de autocuidado solo se logra cambiando la forma de educar.

¿Y cómo educamos los límites en una generación donde la represión, la prohibición y el castigo no tienen cabida? Esta educación requiere la internalización de un límite mucho más sofisticado y, por lo tanto, mucho más exigente para quienes tienen la responsabilidad de criar y educar. Es el límite que el niño, el adolescente y el joven internalizan y hacen suyo, por un lado, a través de una adecuada información y, por otro, gracias a la identificación con las figuras paterna y materna, y ello en un clima de compañía y contención. Lo anterior no quiere decir que la prohibición y el castigo queden totalmente fuera de la educación, especialmente en la infancia, o en condiciones mentales limitadas.

## ¿Y QUÉ PASA EN NUESTRO PAÍS?

Nuestro país se ha ido transformando en una sociedad que tiene cada día más recursos y sistemas de comunicación crecientemente globalizados. Esta relativa abundancia, junto con una cultura más permisiva—que mira con sospecha y rechazo la represión y la prohibición—, tiende, como el péndulo, a irse a los extremos e idealiza el goce que proviene del placer obtenido en la descarga sin límites ni restricciones.

Esto nos lleva a veces a afirmar que los jóvenes están perdidos, pero no es así. Debemos reconocer que esta forma de vivir con un grado mayor de autonomía, acceso a mucha información y a variadas experiencias, le da un sello interesante a las nuevas generaciones. Como se desarrollan en un clima de gran libertad, los jóvenes conjugan aspectos muy originales y creativos, que se traducen en valiosos aportes. En este contexto, las nuevas generaciones han ido fraguando una forma propia de pensar, de enfrentar la vida, de resolver los conflictos, de proyectarse a futuro, de priorizar y de moralizar. Pero también es un estilo que tiene sus propios peligros, entre los cuales el más importante es la mala internalización de los límites. La presencia del límite es consustancial al desarrollo sano de la mente, y su ausencia en el individuo es sinónimo de patología mental en sus más diversos grados; y en los grupos, conduce al caos social.

Inmediatamente uno se pregunta, ¿por qué no hemos aplicado esta forma de educar, si hace ya casi un siglo que nos dimos cuenta de que es la más apropiada? Porque su aplicación es mucho más difícil que la represión o el castigo. El límite basado en el cumplimiento de la norma dictada, en el temor a su transgresión por el castigo que implica, es más fácil de imponer para el formador. El único trabajo que tiene que hacer es dictar la norma, después evaluar si se cumplió y, finalmente, dar un premio o aplicar un castigo. Es un esfuerzo ínfimo comparado con el trabajo emocional que requiere el informar, acompañar y contener.

## INFORMAR, ACOMPAÑAR Y CONTENER

*Informar*: Educamos a nuestros hijos en el método científico desde que comienzan a hablar y les transmitimos la importancia de los datos objetivos para entender la realidad. A partir del siglo XIX, fuimos acumulando gran cantidad de evidencia científica en temas humanos, que debemos ir compartiendo con nuestros hijos para que entiendan desde la ciencia sus conductas, su psicología, sus hábitos.

Esto es algo nuevo en la educación y tiene, entre otras cosas, la finalidad de ayudar a que el niño y el joven entiendan, razonando, el sentido del límite que deben respetar. Este rol, por lo general, cae en manos de los maestros. Usualmente no pueden ejercerlo los padres, por carecer de la información necesaria y suficiente para argumentar convincentemente. Los profesores, sí. De ahí la necesidad de que los alumnos tengan horas de convivencia en la sala de clases, expuestos a esta forma de entender la realidad.

*Acompañar* es la actitud de estar con el otro en forma pasivo-receptiva, no demandante, no impaciente ni apremiante, transmitiéndole que se está con él, dándole el espacio y el tiempo que necesite para sentir la cercanía.

La palabra "compañía" etimológicamente deriva de *cum*, "con", y *panis*, "pan", con el sentido de compartir el pan, y hoy remite a la situación de experimentar una vivencia en forma simultánea con otra persona. La compañía es un componente esencial de las relaciones íntimas con los padres, con los hijos, con la pareja, con los amigos, y con Dios, para el creyente.

Estar acompañado es la sensación de que caminamos juntos, yo y otro, y, por lo

tanto, yo voy mirando y sintiendo lo que el otro vive y experimenta. Más que estar activamente ayudándolo, estoy siempre disponible para lo que necesite de mí. Es una cercanía muy respetuosa del tiempo y del espacio del otro, que implica una gran proximidad, sin ser invasiva.

Una madre acompañadora es aquella que hace sentir a sus hijos que cuentan con ella, que tienen un lugar en su mente, que los conoce; que si le plantean un problema por el que están pasando, los va a comprender.

En el acompañar, el acento no está puesto en buscar una solución. La búsqueda de una solución apresurada es interpretada por el acompañado como desesperación del otro por resolver todo lo antes posible, impaciencia por terminar luego con el problema. Lo que el acompañado espera es que el acompañante le transmita que, a pesar del dolor o la angustia del momento, no tiene prisa en ponerle fin a la situación. Y no está apurado porque siente que la oportunidad de estar cerca, intimando, es más valiosa que el alivio que otorga el acabar con el sufrimiento.

El cuidado vigilante, la disponibilidad y la paciencia, son las características esenciales de un buen acompañador.

*Contener* va más allá de acompañar, aunque lo incluye. Una vez lograda la compañía, debo dejar que el mundo del otro, con sus emociones y sentimientos, resuene en mi subjetividad. Y luego, conectándome con mi propio mundo interno, colmado de experiencias y recuerdos personales, construyo una respuesta nueva, desde mi vértice, que haga sentido y signifique de una manera diferente la experiencia que el otro está viviendo.

Contener requiere empatizar con los estados emocionales dolorosos, displacenteros, angustiantes del otro. Pero no basta con esto. Ahora, a partir de lo que su estado afectivo despertó en mí, evocó en mí, le comunico lo que siento y pienso. Esto es, lo ayudo a pensar a partir de mi mundo interno. Así, entre ambos vamos configurando nuevos sentidos para lo que él está experimentando. Contener a otro es ayudarlo a significar lo que él está viviendo, pero ahora desde mis emociones.

Para ejemplificar lo anterior, describiré el caso de una madre atravesando el trágico duelo de la muerte de un hijo. Hay momentos en que lo más adecuado es limitarse a acompañar. Pero hay otros en que ella necesita ser contenida.

> Si el aprendizaje se da en un clima afectuoso, este se mantiene, a través del tiempo, independiente de las circunstancias.

Durante los primeros días, querrá vivir sola consigo misma el dolor de la pérdida. Son momentos en los que tiene la impresión de que nadie la comprende y cualquier verbalización le resulta extraña, ajena, intrusa. Pero la cercanía que brinda la compañía calma su angustia, le deja la sensación de que otro va con ella en su camino, que se da cuenta de la intensidad de su dolor, que no está sola, que está cuidada, que la esperan, que se le da el tiempo necesario para recuperarse: el tiempo que necesita hasta ser capaz de escuchar frases de consuelo, hasta poder ver qué repercusión tiene su duelo en el mundo interno de quien la acompaña. En ese momento, se ha pasado a un mayor nivel de intimidad.

Poco a poco, la madre doliente de nuestro ejemplo necesita que la ayuden a entender el sentido de lo que está viviendo, de la pérdida que padece, del sufrimiento al que está expuesta, de las culpas, las rabias y las desesperanzas que la embargan. Y aquí ya no le basta con la sola compañía. En este punto, el que acompaña debe hacer un esfuerzo mayor, sintonizar en una empatía profunda con aquella madre que ha quedado huérfana de su hijo, que padece; acercarse a su dolor, en cierto sentido, sufrir con ella; y ahora, además, echar mano a su propio arsenal de experiencias, de recursos mentales almacenados en el recuerdo, de todas las pérdidas y separaciones que en momentos anteriores lo hicieron sufrir, para desde ahí comunicarle aquello que pueda ayudarla a pensar lo que está viviendo.

En esto consiste la contención, que es una de las formas más profundas y plenas de comunicación entre dos personas: el que juntas construyen sentido.

Este es un ejemplo extremo. Pero nuestros hijos pasan por muchos momentos difíciles en su desarrollo, y esperan de nosotros compañía y contención.

## CAUSAS DEL DESENCUENTRO GENERACIONAL

Hemos sido padres y educadores muy deficientes en este sentido, malos informadores, muy poco acompañadores y escasamente contenedores. Esta es la causa del desencuentro generacional que afecta hoy a nuestra sociedad y que, más que desencuentro, es un abismo que nos separa.

Este abismo proviene del resentimiento acumulado de una generación joven abandonada, que más que nunca ha necesitado información, compañía y contención, y solo ha conseguido la pobre respuesta de una generación adulta fascinada y atrapada en el consumo y el hedonismo. Generación adulta que ha educado con desgano, empleando modelos aprendidos en su pasado, aplicando malamente una disciplina basada en normas prohibitivas y punitivas cuyos resultados ni siquiera fiscaliza, y en la que además ya no cree.

Esta falta de información, compañía y contención es vivida por el niño y el joven como abandono. Y el abandono genera rebeldía, desobediencia, distanciamiento e incomunicación. Lo más grave es que esa lejanía impide la necesaria identificación con la generación de los padres.

Y aquí está el meollo del asunto. Es por medio de la identificación que dan la compañía y la contención que el niño y el joven necesitan. Y es en esta incorporación que se va a obtener la integración de la experiencia de la generación pasada con la novedad de la actual; una integración que construye respuestas creativas, rupturistas desde la savia joven, pero realistas desde la experiencia de la madurez. Es este encuentro que se produce en el mundo interno del joven el que lo transforma en agente de cambio real, y así lo hace capaz de contribuir a que las sociedades dejen atrás lo que ya no sirve y avancen hacia nuevos desafíos.

Decimos que no los entendemos porque los jóvenes piensan distinto, tienen otra lógica, otros valores. Sí, pero ese ha sido el resultado final de una trayectoria en que no los acompañamos, no les informamos ni los contuvimos a tiempo.

Cuando no se da esta identificación, el joven ve con desconfianza y extrañeza lo que representan sus mayores. La novedad de la juventud y lo tradicional de los mayores se les hace irreconciliable, las posiciones se polarizan, se va produciendo una separación abismal entre las dos generaciones y la dinámica entre ellas o se paraliza, o alcanza niveles muy altos de violencia. Decimos que no los entendemos porque los jóvenes piensan distinto, tienen otra lógica, otros valores. Sí, pero ese ha sido el resultado final de una trayectoria en que no los acompañamos, no les informamos ni los contuvimos a tiempo en los lugares donde se necesitaba hacerlo: en la agresión, el sexo y los placeres adictivos. Confirma este planteamiento la existencia de jóvenes excepcionales, con identidades muy bien logradas, hijos de padres y educadores cercanos, que hicieron bien esta tarea. El problema es que son los menos.

¿Y qué podemos hacer en este escenario de tanta tensión y desencuentro?

Además de tomar conciencia del tema, debemos implementar programas formativos a partir de la niñez hasta la adolescencia, cuyo eje sea la vida afectiva en relación con el papel central del control del impulso, o sea, del límite. Y ello en las tres áreas que —como ya hemos dicho— definen la calidad de la vida afectiva y emocional del ser humano: el control del impulso agresivo, del impulso sexual y del impulso adictivo.

En esta formación debemos definir bien el rol de los tres actores principales: los padres, el colegio, los alumnos. Los padres acompañan y contienen a sus hijos. El colegio informa, y hace pensar y reflexionar a sus alumnos, reforzando en ellos su propia capacidad de autocontención. Además, les entrega material a los padres para ayudarlos a cumplir con su rol de acompañadores y contenedores. Y los niños y jóvenes reciben la información, la compañía y la contención de sus padres y profesores, y la comparten entre ellos.

Y así planteamos una educación que a la mayor parte de nuestros alumnos —y a sus padres— les entusiasma: una educación en la que vamos haciendo con ellos un camino que los lleve a que cuando adultos sean personas interesantes, atractivas, mentalmente saludables y con una vida afectiva estable. **MSJ**

## TESTIMONIOS E IDEAS

Si Ud. quiere profundizar en estos conceptos, puede ver los siguientes dos videos:

www.cesi.cl/inteligencia1
www.cesi.cl/inteligencia2

Estos ilustran en forma amena lo que hemos estado hablando. Es un material que trabajamos con los adolescentes en colegios y universidades, y cuyo objetivo es demostrarles cómo el buen manejo del impulso contribuye a lo que hoy día se llama la inteligencia emocional. Esto es, al desarrollo afectivo estable y de calidad.

En el primer video verá las historias de algunos adolescentes que crecieron con un mal manejo de las pulsiones a las que hemos hecho referencia. Estos mismos adolescentes contarán su historia a los 45 años de edad, y las consecuencias de ese mal manejo arrastrado hacia la edad media de la vida. Lo mismo en adolescentes que manejan bien sus pulsiones.

Después de estos testimonios, ilustrados con *cartoons*, en el segundo video desarrollo las ideas principales que están tras los procesos de crecimiento necesarios para lograr un adecuado control de los impulsos.