

## Algunas claves de la relación entre juventud y precariedad desde la psicología

**Yassodára Santos Machado**

Psicóloga y especialista infanto-juvenil

Los significados y sentidos que los jóvenes otorgan a lo precario dependen de cómo se experimentan y se perciben como personas. Además, a ello se suma cómo sus vínculos afectivos han propiciado su desarrollo y cómo las figuras representativas están con la vida en este momento.<sup>1</sup>

### Vínculos

La relación, la disponibilidad, el cuidado o la estima que alguien se tiene a sí mismo proviene de cómo ha sido tratado, estimado, considerado o respetado en las necesidades y motivaciones como hijo.<sup>2</sup> Nos referimos a una etapa sin palabra, pre-verbal, donde los cimientos de nuestro ser empezaban a constituirse en las diferentes dimensiones del sí mismo, de la subjetividad. El lugar en donde se desarrolla inicialmente la subjetividad es la sensorialidad. Con la atmósfera emocional de los cuidadores –generalmente los progenitores– sigue la evolución de las demás capacidades emocionales y cognitivas. Todo está relacionado y en movimiento, es dinámico. Se sigue edificando sobre todas las conexiones previas; se trata de un continuo grande y fascinante tramado vertical y horizontal.<sup>3</sup>

En esas etapas iniciales, nuestro sistema tiene gran permeabilidad; está en plena formación, ávido, predispuesto y atento, nutriéndose de los estímulos externos y de cómo estos estímulos se procesan a través de la cualidad del vínculo afectivo. Las características del afecto designarán una *qualia* (cualidades subjetivas de las experiencias individuales) trascendente en la hechura personal, en las formas de vitalidad, en los recursos que la

<sup>1</sup> D. N. Stern, *La Constelación Maternal*, Paidós, Barcelona, 1997.

<sup>2</sup> Véase M. D. S. Ainsworth, «The development of infant-mother attachment», *Review of child development research*, Vol. 3, Chicago: University of Chicago Press, 1973, pp. 1-94 y J. Bowlby, *El apego*, Paidós, Barcelona, 1998.

<sup>3</sup> A. N. Schore, «The right brain implicit self: A central mechanism of the psychotherapy change process», en J. Petrucelli (et. al.), *Knowing, Not-knowing and sort-of-knowing. Psychoanalysis and the Experience of Uncertainty*, Karnac Books, Londres, 2010, pp. 177-202. Disponible en: <http://www.allanschore.com/pdf/SchoreKnowNotKnow10.pdf>

persona está construyendo y en sus futuras tendencias a lo largo de su evolución.<sup>4</sup> El cerebro, por ejemplo, no se ha terminado aún de formar.<sup>5</sup> Los vínculos de apego pueden ser territorios seguros, estables, previsibles, cálidos, contenidos, con temporalidad y licencia para el propio deseo y disfrute, para ser auténtico. Estos ingredientes evolucionan con el crecer de la relación, las necesidades cambian y, por ello, la cualidad del vínculo también. Es el adulto, figura con mayor madurez, quien está más preparado para adaptarse a las necesidades de cada momento. Sin embargo, hay territorios vinculares más rígidos e intensos, por abundancia o por ausencias, tormentas huracanadas que divisan y amenazan el final, o desiertos desoladores que secan mucha de la savia existente. También hay territorios ambivalentes, intermitentes, donde suele pasar justo lo contrario de lo que creemos que sucederá: la presencia se ausenta y la supuesta ausencia algún día sorprende con presencia, agotadores territorios que ponen a prueba la esperanza de que algo cambiará, a lo mejor. Y otros territorios 'afectivos' que se caracterizan por la desorganización, aparentemente caóticos, donde la previsión es una tarea ardua y difícil. Es un terreno doloroso y hostil, puede suceder lo más inesperado en cualquier momento, los sistemas de alarma están *on* y no hay lugar para la confianza en estos parajes. Los hijos necesitan *tierras* cuya *climatología* y *relieve* sean estables para poder crecer con serenidad, y así poder prever y prepararse para lo que sucederá.

Nuestra mente está diseñada para ser un sistema muy eficaz de previsión y precisión para sobrevivir en diferentes hábitats.<sup>6</sup> En función del tipo de ámbito en el que nos encontremos de los anteriormente señalados, contaremos con más y mejores recursos para adaptarnos al medio. La vida sigue su curso y da paso a lo exogámico, a diferentes ámbitos, como el educativo, el social, el laboral, etc. Estos ámbitos cuentan con estructuras vinculares que deben ser, a menudo, descifradas por sus transeúntes. Algunas de estas matrices vinculares están en sintonía con el desarrollo; otras están alejadas.

Guardamos silenciosamente en nuestra memoria todo lo vivido. Aquí me refiero a la memoria implícita. Nuestro cuerpo y nuestra sensorialidad albergan estas experiencias y construcciones emocionales con cierta discreción e invisibilidad.<sup>7</sup> Toda la información emocional, aunque sutil, está en acción y la reproducimos en todo lo que tocamos, con o sin palabras. Así sucede en las relaciones con lo propio, con los demás, con las tareas a llevar a cabo, con el trabajo, con las sorpresas y sustos que aparecen; en fin, memoria procedimental

---

<sup>4</sup> D. N. Stern, *Forms of Vitality*, Oxford University Press, Nueva York, 2010.

<sup>5</sup> Para completar la información es de gran interés *Encyclopedia on Early Childhood Development*, disponible en: <http://www.child-encyclopedia.com/en-ca/recherche.html?q=brain>

<sup>6</sup> D. J. Siegel, *La mente en desarrollo. Cómo interactúan las relaciones y el cerebro para modelar nuestro ser*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 2007[original 1999], pp. 535.

<sup>7</sup> D. Lewkowicz, «Development of intersensory temporal perception: An epigenetic systems/limitations view», *Psychological Bulletin*, 2 (126), 2000, pp. 281-308.

en acción.<sup>8</sup> Ella se reproduce de forma inconsciente y ha sido inscrita desde las relaciones de afecto significativas. Es como un *modus operandi* en la vida, de cómo la percibimos y cómo nos equilibramos, nos autorregulamos y actuamos en ella. Poner consciencia contribuye sustancialmente a seguir evolucionando, a optimizar las respuestas que los diversos ámbitos –con énfasis a los que carezcan de cualidades sanas– requieren.

## Espejos

Las personas significativas y las relaciones afectivas profundas son referencias para los jóvenes. Pueden ser espejos e ideales, ser mirados y seguidos; ser tomados como ejemplos; pueden ser guías, orientadores en el camino, consejeros, etc. Los padres, convertidos en referente natural, también pasan por diferentes conflictos en su vida. Ciertamente es que estas personas pasaran por diferentes conflictos hasta llegar a la juventud de sus hijos. Actualmente, por ejemplo, la crisis económica ha afectado a las dinámicas familiares en algunos sentidos. La disminución del poder adquisitivo, la pérdida del puesto de trabajo, más horas de dedicación en el empleo o, quienes no lo tienen, en la búsqueda de un puesto, la realización de tareas extras a deshoras, etc. Todo ello, puede traer consigo sentimientos de inseguridad, soledad, indefensión e inestabilidad para la familia.<sup>9</sup> En función de cómo estas situaciones se vayan dando, los jóvenes pueden buscar externamente nuevas figuras como modelos de referencia, o no. En varios casos, las figuras parentales pueden verse favorecidas y reforzadas por sus hijos como modelos a seguir. Dependerá, en gran medida, de cómo afronten estas dificultades. Este cómo condensa las estrategias emocionales y cognitivas, sentidas y actuadas, que empleen ante la dificultad. Habrá un halo de lucha o de fracaso, una atmósfera emocional que está extendida en el hogar y se transmite antes mismo de empezar a ‘fraguar las batallas’. Y esta atmósfera contribuirá al lugar que ocupe el adulto en el imaginario de sus hijos. Los modelos que elijan los jóvenes aportan aspectos que necesitan para su desarrollo, aquello que buscan indica lo faltante, psicológicamente hablando.<sup>10</sup> Veamos, entonces, de qué se trata esta búsqueda especular.

La *espejización* es un proceso muy importante en el desarrollo de una persona.<sup>11</sup> Consiste en devolver al otro una imagen buena y válida de sí mismo. El espejo es una figura vincular importante, respetada y valorada. La persona que es percibida como ideal, como autoridad, ocupa este lugar porque le ha sido así conferido por el joven que le ha idealizado. Es un movimiento que parte de quien lo necesita. Este proceso contribuye a la cohesión del ser, a una mayor confianza en sí mismo, a dar más sentido y respeto a su identidad, *a ser quien es*.

<sup>8</sup> Véase C. Trevarthen, «The concept and foundations of infant intersubjectivity», en S. Braten (ed.), *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*, Cambridge University Press, Cambridge, 1998, pp. 15-46 y el video “Children See, Children Do” en el siguiente enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=6m1JkGi6aiE>

<sup>9</sup> M. E. P. Seligman, *Indefensión*, Editorial Debate, Madrid, 1991, pp. 300.

<sup>10</sup> A. Bandura, *Teoría del aprendizaje social*, Espasa-Calpe, Madrid, 1987, pp. 287.

<sup>11</sup> H. Kohut, *Análisis del Self*. Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1996, pp. 320.

Este ideal puede ser algún familiar, generalmente personas vinculadas a los jóvenes aunque no muy cercanas, pues tal cercanía difícilmente sostendría la idealización. La persona idealizada cuenta con un canal muy poderoso de apertura para influir en el otro. Quien mira al espejo busca parecerse a él. Los espejos son elegidos y el proceso puede ser profundamente transformador para ambas partes. Cuando alguien idealiza está intentando desarrollar algo, algún proceso que pide ser completado. Cuando la persona especularizada avanza,<sup>12</sup> el espejo empieza a colaborar en su propia 'desidealización' y la asimetría disminuye entre las partes. Este proceso es tan sutil como necesario en el desarrollo. En la juventud cobra relevancia *in situ* y reverbera para toda la vida. Aquellos espejos que intentan atrapar a la persona especularizada impidiendo el fluir del crecer, provocarán una situación de crisis, de pérdida de confianza, en los futuros espejos.

¿Pero cuáles son las características de una persona para poder ser designada y sentida como autoridad? En muchos momentos difíciles de la juventud, significados como precarios o no, las figuras de autoridad son una red espectacular de reconstrucción, una base segura en el presente con proyección al literal día de mañana. Es una persona coherente entre lo que dice y lo que hace. Los adultos que faltan a la verdad o no se disculpan por sus errores estarían lejos de este primer elemento. Otro aspecto es la constancia, qué continuidad o presencia estable ofrece esta persona: si va a estar para cuando ellos la necesiten y tendrá tiempo de calidad para atenderles. Si la autoridad no está disponible y lo revela anticipadamente con sentido y veracidad, su ausencia sigue siendo coherente. Muchos progenitores pueden estar ausentes por urgencias laborales. Si esta situación es sabida, el respeto a la autoridad se mantiene aún sin ser atendido puntualmente.

La consistencia es otro elemento relevante, habla de la capacidad de contención firme y amorosa para cuando el otro no esté bien. Suelen usar una expresión como 'esta persona es de una sola pieza'. Para que alguien sostenga a otra persona es necesario que, en primer lugar, pueda sostenerse a sí mismo, sus ideas, sus afectos, su economía, etc. En línea con lo anterior, la persona que es investida de autoridad es significada como un agente de su propia vida, que cuenta con independencia y que suele estar en un oficio elegido disfrutando de ello. Este aspecto puede estar comprometido en los tiempos actuales por la crisis económica. Sin embargo, si una figura de autoridad está realizando una labor temporal y cuenta con un proyecto a medio o largo plazo, la persona recupera los atributos conferidos a este punto, siempre y cuando los vaya concretando. Como podemos atisbar surgen otros elementos subyacentes, por ejemplo, son ingredientes fundamentales el estar presente y comprometido con la propia vida y con la vida del otro.

---

<sup>12</sup> H. Kohut, *La restauración del sí mismo*, Paidós Ibérica, Barcelona, 2001, pp. 224.



## Transición presente

Durante la juventud se da una reedición de muchos conflictos no resueltos de las etapas anteriores, además de otros naturales y propios de esta edad. Esta situación trae consigo oportunidades de cambio y reparación.

Es un momento de mucha permeabilidad. Hay cambios estructurales que están sucediendo. Sus cerebros están en un momento de enorme y poderosa remodelación que cuenta con dos fases. La primera fase es 'de poda'. Como si se tratase de un jardín, llegan a destruirse conexiones sinápticas existentes, se eliminan algunas neuronas y esto disminuye el número de conexiones nerviosas. Hay un mayor grado de ensimismamiento y sensibilidad con mayor vulnerabilidad del sistema para afrontar las dificultades en esta etapa. La segunda fase es la remodelación del cerebro; comienza una nueva mielinización. La mielina facilita la conducción en la conexión sináptica entre neuronas; es como un lubricador que permite que la comunicación y la conducción entre neuronas sean eficientes, más rápidas y más coordinadas. La conexión de los circuitos mielinizados es 3.000 veces más coordinada, eficiente y rápida, incluso como la de un sistema completo, lo que permite trabajar de una forma mucho más eficaz. Después de estos dos subprocesos, el cerebro juvenil puede estar mucho más integrado y conectado con áreas diferenciadas y en condiciones de poder unirse. El cerebro se prepara para estar en lo desconocido, en la incertidumbre y probar.<sup>13</sup> La naturaleza así lo designa: prepararse para irse del entorno familiar.

Esta segunda fase se asemeja a un renacimiento, un portento de ideas e innovaciones que pretenden probar y arriesgar. Para ello, cuentan con una guardiana de extrema presencia, la dopamina. Les ayudará a persistir en sus sueños e ideas de intentar hacer un mundo diferente. Hay un área que puede expresar con creces los potenciales, aún del todo no visibilizados, de este grupo etario: la tecnología. Muchas de las principales aportaciones tecnológicas que utilizamos han sido creadas por jóvenes en plena remodelación de sus cerebros. Es una paradoja; viven una enorme revolución cerebral y la construyen externamente en red, como si de un homónimo existencial se tratara. La temporalidad del *estar*, con esta generación, ha cambiado rotundamente.

Ser más conscientes de esta reestructuración tan profunda nos ayudará a ser más empáticos y compasivos a la hora de acompañarles. Ellos cuentan con necesidades de independencia, autonomía, innovación, creatividad, pertenencia a diferentes grupos, les surgen miedos y cosquillas ante la sexualidad y la búsqueda de un espacio-tiempo digno para sus ensayos y plenitudes. Además, la necesidad de ir definiendo su identidad profesional y

---

<sup>13</sup> D. J. Siegel, *Brainstorm: The Power and Purpose of the Teenage Brain*, Tarcher/Penguin, Estados Unidos, 2013, pp. 336.

búsqueda laboral. Sus mentes y cuerpos están en constante mudanza y con una velocidad de procesamiento fascinante.

Buscan actividades relacionadas con las artes, los deportes, la ecología, las energías renovables, los sistemas informáticos y de comunicación, las formaciones profesionales de menor tiempo y directamente relacionadas con la práctica, etc. Buscan en muchos casos procesos verticales donde sea posible integrar sus conocimientos y aplicarlos en seguida. Algunos deciden, por defecto, ir a Formación Profesional (FP), por considerarlo más cercano con la realidad actual y con 'más salidas'. Hay mucha consciencia en darle uso a aquello que estudien. La realidad económica transversaliza estas ideas de pragmatismo. Aunar el deseo y la utilidad es tarea compleja, y a veces rivalizan, y la urgencia económica familiar, como telón de fondo, orientará al ganador del primer *round*. También hay jóvenes que siguen buscando los oficios más tradicionales y se adentran en carreras universitarias pensando, muchos de ellos, en irse fuera del país. Estos últimos, a veces suelen contar con mejores condiciones económicas.

Cada uno de los elementos anteriores pueden llegar a ser significado de lo precario. Depende, en gran medida, de cómo los agentes del desarrollo signifiquemos lo que les está sucediendo. Si estamos en conexión con su chispa vital podremos ayudarles a que encuentren más sentido y dispongan de más recursos para vivir sus vidas respetando ser quienes son.

## **Imaginario**

Los significados y la vivencia de la precariedad en el imaginario juvenil están relacionados con sus vínculos, representados internamente por los soportes afectivos y materiales con los que cuentan, y con conciencia de ello.

Las personas que dan su testimonio a continuación están pasando por situaciones vitales complejas. Al preguntarles sobre lo precario, contestan:

Sol, 15 años, mujer:

«Precario... algo inestable. Para mí, la opinión de la gente es algo precario, las ideas pueden cambiar por diferentes factores, incluso fácilmente, por dinero.»

Dn, 16 años, varón:

«Precario es algo difícil y que no sé cuándo va a terminar, como si fuese algo que me torturara. Mi padre está en estado terminal, cada día parece que se irá, llevamos así mucho tiempo. Y no hay lugar para mí, para sentir otras cosas.»

Luz, 18 años, mujer:

«La situación económica parece como un monstruo que te va a agotar y asfixiar, aunque Te tienes que mover rápido, si te quejas te paralizas. Cuando estás en acción te vienen más ideas de cómo conseguir curros, una hora aquí y otra allí... vas saliendo. Si confías en tí y en tu gente deja de ser precario. Hay esperanzas, algo surge de bueno. Lo de precario suena fatal, prefiero pensar que es difícil.»

Troya, 17 años, mujer:

«Suena importante... No saber que hacer eso es precario. He aprendido que los problemas de ahora son un bache, no puedes tomar decisiones sin pensarlo cuando estás mal o con poca confianza en ti misma. No estar bien físicamente influye en la estabilidad y seguridad de una misma. Sé que si hago algo hoy, tengo un punto de apoyo. Es pensar en el mañana trabajándolo hoy.»

Jc, 21 años, varón:

«Puede ser lo que me está pasando, estar mi madre y yo sin casa. Pero esto pasará, lo más importante lo tenemos, nos respetamos. Ella y yo y jamás nos quejamos, lo llevamos con dignidad y saldremos. Para mí lo precario es sentir la violencia, sentir que a veces acecha, que ya no tengo miedo, pero...se acerca en forma de amenazas y de acosos, y esto sí es precario».

Luna, 17 años, mujer:

«Precario es algo que tiende a empeorar mucho. La violencia en las calles da miedo, de noche es peor, pero de día también pasan cosas. Hay mucha violencia ahora mismo, va más allá de un robo».

Lo precario cambia de contenido y de tonalidad para cada joven. A veces con carácter más emocional, otras veces más material, como si lo pudiéramos separar. La inestabilidad y la confianza volátil se expresan como algo para que algunos se inquieten. En el mundo juvenil, es muy habitual no saber cuánto tiempo va a durar un mal y parecería como si tener una fecha de caducidad ayudase a sobrellevarlo de otro modo. Hacen falta los límites para cualquier situación. También nos encontramos con la urgente necesidad económica, la búsqueda de muchos jóvenes de ayudar, como sea, en sus casas. Este 'como sea' llega a encontrarse con situaciones abusivas y violentas, silenciadas para poder mantener lo poco que consiguen. Lo más urgente es sobrevivir y ayudar a los suyos en ello. Milagrosamente la confianza también sobrevive, mezclada con la esperanza de una semana mejor.

Cuando los jóvenes se sobreponen de algunas de estas situaciones, con las heridas hechas huellas, nos encontramos con relatos como el de Troya y el de Luz. Se muestran más cautelosas y más confiadas a la hora de saber qué dirección tomarán sus propias vidas, y trabajarán a diario en ello. Esto les confiere una seguridad y presencia en sí mismas única, un

grado de cohesión y de conexión mayor con sus potenciales. La realidad interna ha cambiado y existe una mayor probabilidad de que la externa también lo haga.

Las áreas de vulnerabilidad son los lugares que solicitan nuestra intervención, nuestra ayuda para que su desarrollo continúe y su capacidad de adaptación mejore. Como estamos observando, lo precario será vivido y significado como tal en función de la confianza, de los recursos con los que cuenten en el presente y como desarrollen los recursos que necesitan. La percepción de lo precario en la juventud es algo relativo. Ellos están en constante acción, probando lo nuevo con una chispa emocional y creativa que les pertenece tras una remodelación interna. La temporalidad en la que viven es única y sus oportunidades están aquí, en el presente.