

El Síndrome de la atención hipersolicitada*

Dr. Carlos Maffi

El vaso medio vacío

La producción de un sujeto humano, adulto y autónomo, lleva hoy en día unos 25 años. Comienza con un embarazo y continúa con lo que se llama en psicoanálisis el "proceso de separación-individuación" que es la consecuencia de una serie de descubrimientos de la psicoanalista Margaret Malher en los años sesenta, y que conciernen el proceso de "nacimiento psicológico" del niño. La transformación descrita por Malher es lo que convierte a un bebé en un niño y termina alrededor de los 4 años.

Más tarde, a partir de los aportes de Peter Blos, la adolescencia se concibió como el segundo proceso de individuación. Una especie de nueva separación, ya no de la madre y su cuerpo, sino de la familia. Los profundos cambios sociales acaecidos durante el siglo XX promovieron una individuación mucho más tardía que antes y esto desembocó en que los trastornos de la adolescencia estén mucho más extendidos que antes, y sean más ruidosos y problemáticos de lo que podemos ver hoy en día con los niños.

Lo primero que salta a la vista es pues la ralentización de los procesos de autonomización en beneficio de una dependencia cada vez más aletargada. Si hay algo de nuevo en las formas de individuación, es que pelean con una dependencia cada vez más poderosa. El mismo término "individuación" aparece como el resultado del "separar". La dupla separación-individuación es insoluble. Si el bebé se convirtió

* El siguiente artículo fue inspirado en la conferencia pronunciada el 3 de abril del 2017 en el Coloquio Internacional *Adolescencia, Ruptura y Nuevas Adicciones*, Organizado por el Collège International Droit et Santé mentale, Pontificia Universidad Católica Argentina.

en niño separándose de la simbiosis con su madre, el niño se convertirá en adulto segregándose desde la simbiosis familiar, hasta la individuación definitiva. Este último proceso es lo que llamamos "adolescencia".

Así que el adolescente es alguien que está metido en un "lío" de separación, si todo ocurre bien, en el último. Y las separaciones siempre producen un efecto parecido al jet lag de un viaje en avión, en donde el cuerpo llega siempre un tiempo antes que la mente al lugar de destino. En las separaciones siempre hay un lapso, que nosotros los psicólogos llamamos "duelo", en donde la mente está en el pasado de una relación rota, mientras que el cuerpo está ya lejos y en otro lugar.

Se suele definir a la adolescencia con la famosa frase de la "crisis de identidad". Y aunque la adolescencia sea también un asunto de identidades, este no es sino el menor de los males. El dolor de la adolescencia no proviene de una tarea dura para el futuro (como construirse una nueva identidad) sino de un penoso trabajo con el pasado, porque hay que abandonar muchas cosas a las que se estuvo firmemente aferrado desde el nacimiento del cuerpo, durante más de una década.

El crecimiento psicológico consiste en una transferencia de funciones de la madre primero y de la familia después, hacía el niño que se hace poco a poco adulto. Cada función transferida produce una ganancia en autonomía y por lo tanto en libertad. Pero al mismo tiempo supone la realización de un trabajo que nunca antes se había realizado y por lo tanto agrega una carga de responsabilidad que se siente como una fuerte limitación del tiempo pasado en el mundo del juego infantil.

Particularmente el sujeto deberá salir de esta etapa con las funciones cuidadoras maternas bien integradas en su yo. De estas funciones conocemos más fácilmente las externas, como la higiene, la organización del trabajo y la administración del tiempo de ocio y de responsabilidad. Pero el éxito de ellas depende sobre todo de la transferencia de las funciones internas como la capacidad de calmarse solo, de autocontrolarse, de reconocer su angustia y otros estados afectivos, de poder pactar positivamente con su sexualidad, de sentir seguridad interna, de poder soportar la soledad.

La última transferencia será la capacidad de trabajar para ganarse la vida, porque la independencia económica inaugurará la posibilidad de desear un deseo distinto del familiar y es eso lo que marca el final del proceso y el acceso a la adultez que significa autonomía de decisión completa, libertad y autogestión.

Y sin embargo, a pesar de que nuestros imaginarios sociales insisten e insisten en hacernos creer que la independencia es el bien más sagrado para cualquier ser humano, el adolescente no dará este paso sin mucha resistencia y nostalgia por los largos años de dependencia, a los que parece amar y estar muy apegado. Un paciente

de 32 años, profesional del mundo de la edición de video, se pasa todavía largas horas jugando con la computadora, con el programa que necesita para trabajar abierto en segundo plano, y postergando permanentemente el terminar los trabajos que se le encargan. En vez de trabajar se conecta a las redes sociales y habla con los que están en línea, contándoles que "debería estar trabajando pero no lo está". Tiene problemas con sus clientes porque no cumple los plazos y en general vive angustiada por tener que darles explicaciones falsas y excusas. Como es liberal no tiene un jefe y le cuesta organizarse. Viene a las sesiones quejándose de eso una y otra vez. Un día le digo: *"Te acordás que cuando eras chico venían papá o mamá y te decían 'basta de televisión, a hacer los deberes ahora mismo', y si chistabas te la apagaban a la fuerza y te mandaban a tu cuarto. Bien, ahora no va a venir nadie más. Si no te decís vos a vos mismo "basta", vas a seguir jugando y sin trabajar hasta que vos decidas. No sigas esperando porque nadie vendrá"*. Esta intervención mía tan evidente que casi parece ingenua, tuvo sin embargo un efecto bastante espectacular: No era vagancia lo que lo llevaba a postergar y postergar el momento del trabajo, sino nostalgia, nostalgia de una relación en donde uno se dejaba llevar, porque había alguien responsable al timón que marcaba el rumbo. Nostalgia pues de un tiempo en que no estaba solo y que mamá o papá venían a verlo, a ocuparse de él, a empujarlo a organizarse y a ponerle límites. El control que antes realizaban los padres tiene que convertirse en "autocontrol", y para eso, hace falta disponer de una buena cantidad de representaciones sobre el funcionamiento de la propia mente y haber podido integrar suficientemente las partes infantiles y las adultas. Lo que le costaba a este paciente no era trabajar, sino poder organizarse sin sentirse demasiado solo. En cuanto pudo comprender su miedo a la soledad y su deseo inconsciente de volver a un pasado infantil en que sus padres estaban a su lado permanentemente y lo cuidaban, apagó los juegos y las redes, y empezó a trabajar.

El proceso de individuación adolescente es pues un camino de separación y ruptura con todo lo que esto conlleva: nostalgia por los padres y por el cuerpo de la infancia, incertidumbre y dudas sobre las propias capacidades de crecimiento y sobre el mismo deseo de crecer. Esto que se dice tan rápido y fácil designa en realidad a un campo complejo de fenómenos. Es sobre estos factores ligados a la separación y al duelo, que se produce la individuación y sus eventuales "nuevas formas". Y es sobre ellos también que recaen las nuevas formas de adicción. Las adicciones en la adolescencia son siempre reacciones a un proceso de individuación fallido.

Como la individuación implica pues dejar algo atrás, implica separación, implica desprendimiento, no es difícil entender lo que tiene en común con lo que ocurre en las adicciones, que son conductas que bloquean una separación necesaria de aquello

a lo que se es adicto. Lo que quiero decir es que las condiciones en que transcurre el proceso adolescente contienen elementos adictógenos por su propia naturaleza y por eso la adolescencia es un caldo de cultivo privilegiado para la adicción. De manera tal que los "Nuevos procesos de individuación" son paralelos a las "Nuevas adicciones".

Dinámicamente dos procesos se conjugan en el malestar adolescente: Por un lado las leyes del funcionamiento psíquico hacen que se asocie desde muy pequeños el trabajo al sufrimiento y el juego al placer. Cada nueva etapa que exigió rescindir una parte de juego para dársela al trabajo costó resistencias y no se hizo sin penas, grandes o pequeñas. La pérdida de los objetos infantiles y a las nuevas exigencias de trabajo, solicitan un esfuerzo de elaboración mental que se hace con dificultad y que a veces falla. Esa elaboración mental no es un concepto abstracto, consiste básicamente en una simbolización de la propia situación vital y la de su entorno, construida con el trabajo del pensamiento, de las autoteorías que nos hacemos todos y que el adolescente tiene que empezar a hacerse por sí mismo sin acudir a sus padres. En otras palabras, el adolescente tiene que empezar a pensar por sí mismo, a pensarse a sí mismo y a su entorno desde una perspectiva personal y propia, más allá de la mirada de sus padres.

Pero este trabajo de pensamiento puede volverse muy dificultoso, las angustias pueden ser demasiado intensas, y en vez de ser vivido como liberador, puede terminar siendo peligroso. En vez de ser reconfortantes, los pensamientos pueden volverse muy negativos, persecutorios, amenazantes y destilar mucha angustia. En estos casos, los adolescentes buscan diferentes soluciones que se agruparon bajo el nombre de "procesos autocalmantes". Entre los que se incluyen diferentes tipos de adicciones, sobre todo aquellas en las que no interviene un objeto externo.

La salida tóxica frente al pensamiento angustioso es muy conocida por todos. El estado de adormecimiento o de euforia química provocado por el tóxico es un remedio muy eficaz contra un sistema de pensamiento que perturba. Los adictos hablan justamente de "partirse la cabeza" de "dejar de pensar". En otras palabras, la adolescencia exige un trabajo nuevo y complejo del pensamiento que, cuando fracasa, puede ver en la adicción una suerte de ensalmo curador.

Pero aquí convendría distinguir entre dos grandes caminos que pueden tomarse. A veces las adicciones aparecen en su vertiente neurótica, como una etapa hacia la individuación apoyándose en la manipulación de un objeto simbólico. En este caso se trata de pasajes al acto adictivos más o menos benignos, en el sentido de que son pasajeros, poco frecuentes y siempre sociales. Pero cuando la estructura subyacente es más bien del tipo Borderline, la falla en el proceso de simbolización será tan

importante que puede fracasar por completo. En este caso la adicción es más severa porque no es la negación de un sufrimiento neurótico sino un intento de crear una fusión familiar preliminar, con la madre o con el padre, que fue inexistente o defectuosa. Para separarse, hay que haber estado fusionado antes con alguna persona. En los casos en donde las funciones parentales no han sido suficientemente satisfactorias, el proceso de separación-individuación se vuelve más peligroso.

Joyce Mc Dougall (1989) insiste con la idea de que si el niño fracasa en la construcción de un mundo interno asegurador estará privado de la posibilidad de evocar representaciones que le permitan mitigar la angustia ante los estados de tensión. En etapas de desarrollo superiores como la adolescencia e inicios de la adultez, se empezarían a observar una serie de dinámicas utilizadas por el sujeto para reparar una especie de falla primaria, que según ella se podría entender como la falta de introyección de la función materna, la cual se intentará reconstruir a través de la investidura de objetos omnipotentes. El adolescente pasaría a investir elementos exteriores como las sustancias psicoactivas para simular un retazo de la función maternal con un contenido asegurador para el *sí mismo*. Como ven, las adicciones acechan permanentemente a los procesos de individuación.

Dicho de otra manera, para poder acceder a su posición de adulto independiente que quiere tener sus cosas, el adolescente debe primero haber consolidado y superado sus necesidades infantiles. Solo esto le permitirá el entablar relaciones interpersonales ya no desde la necesidad (de protección, auxilio y cuidados) sino desde el deseo (sexual adulto). La adicción siempre aparece como una sensorialidad de cartón piedra, como una mueca que pretende substituir a un deseo que no termina de poder constituirse como tal, porque le perturban fuertes angustias infantiles.

¿Por qué decimos que la adicción es un intento de restituir a la madre? Esto puede parecer un poco abstracto y psicologizante, pero no lo es.

Sintéticamente, el error más común es creer que el adicto busca un placer hedónico cuando en realidad huye de sí mismo, en cuanto su sí mismo se vuelve intolerable y angustioso. En este sentido, la sensación de bienestar causada por el consumo, recuerda al niño pequeño cuando está en los brazos de su madre justo después de una situación angustiada, de haberse perdido o haber sido agredido o molestado. De pronto se siente protegido y cuidado, a salvo de todo peligro, solo por haber entrado en contacto físico con ella. Ese momento infantil de éxtasis con la madre encuentra su fuerza justamente en el hecho de que esa presencia (la droga o la madre) permiten dejar de pensar, de pensar en peligros, y relajarse, cuando el pensamiento propio no es suficiente para calmar. Psíquicamente, el efecto calmante del cuerpo de la madre es muy parecido al efecto calmante del consumo. El sujeto

ebrio o drogado, se ha entregado al cuidado de la droga, que lo calma y alivia como antes lo hacía la madre. La adicción funciona como una máquina del tiempo biológica que nos transporta a una época en donde otros pensaban por nosotros y nos cuidaban. El uso de drogas implica la detención o el fracaso del proceso de individuación adolescente. Es una queja sin palabras, eso que, como no se puede decir y no está bueno pensar, se elimina con una sustancia, un objeto o una práctica.

Síndrome de la atención hipersolicitada

Ahora bien, no hace falta introducir sustancias químicas en el cuerpo para luchar contra el mal. Hay otra manera un poco menos radical, pero al mismo tiempo muy eficaz y menos costosa de luchar contra la invasión de pensamientos negativos: manipular la atención. En efecto, el fluir subjetivo de pensamientos ocurre solamente cuando la atención no está siendo solicitada. Al revés, cuando eso ocurre, se interrumpe toda fantasía en curso y los recursos mentales se ponen a disposición de la atención, la atención nos llama, nos atrae y guía el curso de nuestro pensar. Y es aquí en donde las nuevas tecnologías ofrecen una alternativa muy potente a la solución tóxica tradicional. Hay una multiplicación de aparatos *smarts*, con pantallas brillantes y llamativas, que parecen conversar con nosotros y ofrecernos un caleidoscopio infinito de posibilidades para no tener que aburrirnos ni distraernos nunca más. Gracias a las nuevas tecnologías, disponemos de una herramienta poderosa de manipulación de la atención. La información que cada ciudadano puede recibir hoy en tiempo real por diferentes canales sucesivos y consecutivos a la vez, es tal que las horas del día no alcanzan a la fatigada atención para ocuparse de todos los reclamos que recibe. Es una tentación muy grande ocupar la mente permanentemente, aunque más no sea intentando ser preciso al matar zombies en un video-juego, cuando el momento más temido es el tiempo libre, que fomenta el trabajo del pensamiento individual, o sea esa elaboración tan necesaria en todo momento y particularmente en la adolescencia. Las nuevas formas de individuación implican una *adicción a la atención permanentemente solicitada*. En generaciones anteriores, era habitual reprocharles a los jóvenes que "estaban en la luna" y que no prestaban atención. Hoy, en cambio, los jóvenes se han vuelto adictos a mantener la atención ocupada en todo momento y para conseguirlo se exponen a estímulos constantes de los que se tienen que ocupar.

Exosubjetividad y tiempo muerto

Hasta hace unos pocos años, la vida mental íntima de las personas transcurría en su totalidad en los tiempos muertos. Es solamente cuando no prestamos atención a nada, que podemos volvernos conscientes de las fantasías que nos habitan. El tiempo de espera entre una actividad y otra, el ocio desorganizado, el vacío de todo propósito es lo que permite la emergencia del mundo fantasmático, porque la voluntad está temporalmente silenciada y los pensamientos pueden fluir libremente, asociarse a imágenes, activar recuerdos, percibir deseos, construir historias, corregir destinos.

Hace falta una cierta puesta en suspenso de la realidad para que la mente de una persona pueda trabajar para sí misma. Por eso es ese estado de suspensión del juicio y del propósito el que intentamos reproducir con los pacientes en el consultorio. La única forma de permitirle a la mente volcarse sobre sí misma es liberarla de tener que ocuparse de cualquier estímulo proveniente de afuera, como ocurre en el sueño.

Y es precisa y certeramente sobre los tiempos muertos que el teléfono móvil actúa: nuestra atención está hoy solicitada durante prácticamente el 100% del tiempo que estamos despiertos. La experiencia de hundirse en los propios pensamientos y de dejarse llevar por ellos es una reliquia del pasado, como el arrodillarse frente al Rey, sabemos que alguna vez lo hemos hecho, pero ya no lo hacemos más.

Destruyendo los tiempos muertos destruimos la posibilidad de abrírnos a nosotros mismos, de saber quiénes somos, de comprendernos mejor, de elaborar cosas, de historizar nuestra vida, de revelarnos sentimientos inconfesables, de descubrirnos deseos y de hacer proyectos. Con nuestra mente permanentemente solicitada el timón de la vida mental se maneja desde afuera, por el dispositivo que envía la solicitud de prestar atención, por las acciones que se nos requieren, por los problemas que se nos plantean.

El lugar de ese mundo otrora privado se externaliza cada vez más, cada vez más es reemplazado por producciones tecnológicas que gobiernan su curso. La subjetividad de los adolescentes actuales se construye con un roce permanente con el otro de la red en una conexión total, tan constante y perfecta que casi no deja tiempo para la fantasía propia, privada, sin compartir, casi no deja un espacio vacío que se tenga que simbolizar. La subjetividad se experimenta cada vez más como viniendo desde afuera, como si fuera una exosubjetividad, según el modelo de los exoesqueletos, que proveen de poderes de superhéroe de historieta a los hombres.

La exosubjetividad surge del acceso masivo y constante a la comunicación, de la impulsión del dar a publicidad y de la exhibición y observación constante de lo íntimo.

La subjetividad depende cada vez más de la red. Las redes permiten la creación de fantasías colectivas permanentemente, que ocupan cada vez más espacio frente a lo que antes se llenaba con fantasías privadas. La misma noción de lo privado y lo público parece estar cambiando. Los sistemas de identificaciones e ideales que tienen lugar en el proceso de subjetivación no vienen ya tanto del linaje vertical de las generaciones anteriores, de la transmisión transgeneracional, sino de la propia generación conectada permanentemente. Los que permiten o prohíben no son hoy tanto los padres como las informaciones que se consiguen en internet.

Los padres en general intentan limitar el uso de la tecnología por parte de sus hijos con horarios que oponen el tiempo dedicado al trabajo escolar en donde los desconectan de la tecnología, al tiempo libre que en general los niños utilizan completamente para volver a sus conexiones electrónicas. Pero al hacerlo así, descuidan el importante hecho de que sería bueno que incluso dentro del tiempo lúdico hubiera también momentos de desconexión y de soledad, que propicien la fantasía y la introspección y el contacto consigo mismo. El abuso de los dispositivos tecnológicos no es un problema sólo cuando desborda sobre las tareas escolares e interfiere con ellas, sino también porque se consume el 100% del tiempo muerto del niño, del tiempo de juego solitario, ahorrándole el necesario trabajo de pensar.

Las soluciones de Alex

Alex, un adolescente de 16 años que viene a verme porque su madre se dio cuenta de que fuma marihuana cotidianamente. No es un adolescente reivindicativo y se siente culpable cuando lo veo. Me cuenta que fuma desde los 14, un poco después de haber caído perdidamente enamorado de una compañera del colegio. Pensaba todo el día en ella y quería ir al colegio solo para verla. No podía hacer otra cosa, estaba como hipnotizado. Pero esta chica, aunque él le caía simpático, no parecía rendirse ante sus encantos, y jamás dio signos de querer verlo por las tardes, fuera del colegio. Era un momento en que Alex se sentía muy solo, no tenía hermanos, su padre vivía en una ciudad de interior del país y lo veía muy poco, y su madre trabajaba mucho y no llegaba a casa hasta las 8 por lo menos. Así que Alex, que llegaba del colegio a la 1 y media, se tenía que pasar 7 largas horas en casa solo y eso no le gustaba. Había tenido que hacer eso desde los doce años. Según su propio relato, hasta pasados los catorce, esto no había sido tan grave porque se sentaba delante de la Play y no veía el tiempo pasar. Era capaz de jugar 6 o 7 horas seguidas sin ni siquiera percatarse de que tenía sed. Jugaba siempre solo o con extraños

porque no tenía muchos amigos. En el colegio le hacían un poco de *bullying* porque era gordito.

Pero un día, de pronto, sintió que esta chica le gustaba y que le gustaba demasiado. Y entonces empezó a darse cuenta que las tardes se le hacían cada vez más largas. Ahora, cuando llegaba a su casa se tiraba en su cama a mirar el techo y pensar en su amor no correspondido. Finalmente el azar le puso un cigarrillo de marihuana en las manos en un momento y, a partir de allí, tenía por hábito llegar a su casa y fumar. Eso hacía que se sintiera menos solo, que extrañara menos. Por supuesto que él no ligó al principio estas dos cosas. Simplemente el efecto sedativo del producto que consumía le borraba los pensamientos y eso lo percibía como tranquilizador. No creamos que esta trama es tan sencilla como parece a simple vista. No se trataba de ahogar las penas por un amor perdido en la escuela sino de sentirse menos débil frente al pánico de perder el amor en casa. No fue tanto la carita linda de esta chica lo que había llevado a Alex al enamoramiento, sino que este último aparecía ya como un reemplazo del amor maternal perdido por la adolescencia. Y como ustedes habrán adivinado ya, hubo incluso un eslabón intermedio que fue la Play, fuente de todo placer y todo cuidado por las tardes, a falta de la presencia maternal. Frente a la nueva angustia de la soledad creada por el "ya sos grande y podés quedarte solo" de la madre, la primera defensa que Alex encontró fue la Play, la chica fue la segunda y la marihuana la tercera. Aparato electrónico, chica y producto tóxico cumplían pues una misma función: ayudarlo a luchar contra la angustia de crecer y de encontrarse solo.

Fue con la Play que aprendió por primera vez que si encontraba la manera de controlar el flujo de sus pensamientos podía estar más tranquilo mientras esperaba que volviera la madre. No es casualidad, además, que sea en la escuela donde se haya enamorado, porque es en la escuela donde los chicos extrañan por primera vez mucho mucho a su mamá.

Alex había nacido apenas un año después de un parto fallido de un primer hijo muerto. Ese había sido un golpe fuerte para los padres que lo hicieron a Alex para reemplazarlo e intentar recuperarse del golpe. Pero no fue suficiente para salvar a la pareja y dos años después de su nacimiento finalmente se separaron y al poco tiempo el padre partió a vivir y trabajar en una ciudad del interior del país. Ese parto muerto había desmembrado a la familia y había sido una herencia inconsciente muy fuerte para Alex. La madre era médica y trabajaba en hospital, en un servicio de urgencias. Sin que fuera muy claro para ella, cambió algo su especialidad para trabajar en urgencias pediátricas, salvando niños. Su pasión había quedado más ligada al niño muerto que al niño vivo. Fue seguramente una forma que encontró de luchar contra

su depresión. Como ocurre bastante seguido, era a la vez muy mimosa y muy ausente. Se ausentaba de dos maneras distintas, por su trabajo desaparecía en cualquier momento, y por su pena a veces desaparecía igual, aunque estuviera en casa porque tenía la cabeza en otra cosa.

El vaso medio lleno

Pero no todos los aspectos de la generación conectada son peligrosos o nocivos. También hay buenas cosas que suceden gracias a la droga de la red. Las adolescencias son hoy mucho menos virulentas que la de hace dos o tres generaciones. La solución conectiva del adolescente le permite modular su angustia de la separación de una manera mucho más eficaz y menos ruidosa que lo que era necesario hace unas décadas. Incluso hay quienes sostienen hoy que la famosa "crisis adolescente" no es más que un mito y que la mayoría de los adolescentes actuales cursan la adolescencia apaciblemente sin demasiados conflictos. Un estudio de Michel Fize (1998), afirma que solamente el 15% de los adolescentes están en crisis y que hay que revisar la creencia tan firme hoy de que la normalidad en la adolescencia es la crisis.

Si las crisis de la adolescencia ya no son lo que eran, es justamente porque la conectividad permite opciones de modulación de la angustia que las generaciones anteriores de adolescentes no tenían. La relación con los padres tenía antes un peso específico diferente porque la mayor parte del tiempo la opción era la soledad. Hoy cuando un adolescente se encierra en su habitación, no se encierra solo, se encierra con el mundo entero a su disposición a través de su teléfono. No se trata ya de elegir entre soportar la mala cara de papá o soportar la soledad de la habitación, sino de alejarse de papá para conectarse con un mundo alternativo, amable, puntual y satisfactorio.

Hoy tenemos adolescentes verdaderamente *cools*, que atraviesan el crecimiento sin verdaderas crisis y que adhieren mayoritariamente a valores universalmente buenos, son socialistas sin ser revolucionarios, son ecologistas sin deshumanizarse, son capitalistas pero sustentables, son tolerantes a las diferencias y la posición humilde parece ser la dominante. Poco que ver con esos adolescentes rebeldes de los 60 y 70 que rompían viejas tradiciones y hacían estallar en mil pedazos los cimientos de la moral social. Las nuevas formas de individuación, si por un lado favorecen un procedimiento tóxico, por el otro, ese mismo factor es una cura para las grandes crisis y actúa como un verdadero medicamento para aliviar el dolor de lo

que significaban las separaciones generacionales antes de que existieran. Es como el *soma* del mundo feliz de Huxley. Nuestros adolescentes no quieren más padres todopoderosos, autoritarios y fuertes, sino más bien lo contrario, padres que pueden escuchar e incluso reconocer con humildad que hay que cosas que el hijo conoce y ellos no.

La generación que creció rodeada de los nuevos medios de comunicación tuvo un acceso inaudito al conocimiento, a la información, al consumo, que se acompañó con la posibilidad instantánea y gratuita de contacto personal. Eso produjo también una generación más abierta, más curiosa, más internacional, más exigente, más madura. Pero al mismo tiempo la velocidad de los cambios y la falta de experiencia de unos padres para quienes el modelo de los abuelos no puede enseñarles ya más nada, produce también una incertidumbre muy grande, la falta de un camino claro. Muchos jóvenes se quedan hoy en un espacio intermediario entre la infancia y la edad adulta porque no encuentran la manera de avanzar, están perdidos, y sus padres también.

Pero, con sus cosas buenas y sus cosas malas, es un cambio social fuerte, de fondo y que no tiene vuelta atrás. Por eso no se trata de hacer una especie de denuncia de los efectos perversos de las nuevas comunicaciones, sino de integrar nuevas prácticas a nuestro conocimiento y de adaptar éste a él.

¿Quién se pregunta hoy en día por la nefasta influencia en la estructura familiar del trabajo femenino? Nadie, porque el trabajo femenino hace 60 años ya que se masificó y se integró a la sociedad. Pero en los años '50 y '60 había decenas de artículos dedicados al tema. En la Argentina teníamos incluso un psicoanalista muy mediático llamado Rascovsky que vaticinaba que si las madres no se quedaban en sus casas amamantando a sus pequeños tendríamos una juventud descarriada.

Desde que nacemos hasta que morimos, desde que nos despertamos hasta que nos acostamos, estamos consumiendo algún tipo de energía bajo la forma de electricidad e, igual que con una droga, nuestra vida se vería seriamente afectada si nos priváramos de ella. Sin embargo, ¿Quién organizaría hoy un coloquio para saber si somos adictos a la electricidad o propondría la creación de un trastorno del abuso de la electricidad para un manual de psiquiatría?

Los cambios sociales empiezan siendo disruptivos y al cabo de cierto tiempo se convierten en estándares. Se convierten en estándares a medida que la generación que nació con ellos avanza en el tablero social, ocupa lugares de poder y finalmente asume el rol de juez de las buenas y las malas costumbres, trayendo en sus juicios las intuiciones del nuevo sistema ya consolidadas. Pero antes que eso ocurra siempre habrá una crisis, que es donde nos encontramos nosotros hoy. Lo que pretendo decir es que es difícil comprender una crisis, la de la adolescencia, cuando se está inmerso

en otra crisis, la de las comunicaciones y los vínculos sociales actuales. Por lo tanto debemos ser siempre muy prudentes en nuestros juicios y nuestras acciones y suspenderlos lo suficiente hasta que tengamos una perspectiva mejor, que solo puede dar el tiempo y la experiencia.

En un estudio sociológico titulado "Bienestar de los adolescentes" y realizado por la consultora de salud francesa IPSOS (2015), realizado sobre 807 jóvenes de 15 a 18 años y 822 adultos de 25 años o más, desembocó en una conclusión sorprendente: parece que la visión pesimista sobre la adolescencia pertenece mucho más a la perspectiva del adulto que a la del adolescente mismo: el 74% de los adultos consultados creían que los adolescentes estaban en crisis, mientras que solo el 25% de los adolescentes tenía esa opinión sobre ellos mismos. En otras palabras, la visión de la adolescencia como una "crisis" es compartida hoy por las $\frac{3}{4}$ partes de los adultos y solamente por $\frac{1}{4}$ de los adolescentes.

Los datos están ahí y hay que explicarlos y las explicaciones no siempre son homogéneas. Una visión interesante es la del psicoanalista francés Philippe Jeammet, quien comenta estos resultados diciendo que los adultos frecuentemente se encuentran incómodos frente al crecimiento de los adolescentes como frente al paso del tiempo en general y que tienen una visión pesimista de su propio futuro al que sienten desvanecerse cuando sus hijos crecen. Para Jeammet es la proyección de ese futuro difícil y desarticulado de los propios adultos sobre sus hijos adolescentes lo que se refleja en estos resultados.

Es una perspectiva interesante que lleva la noción de "crisis de la adolescencia" al grupo familiar entero y a las opiniones de todos. Los adultos se sienten amenazados por nuevos fenómenos adolescentes que no llegan a comprender demasiado. Fenómenos que no solo conciernen a posiciones sociales e intereses nuevos de sus hijos, sino también a medios tecnológicos de los que los padres se llegan a hacer una idea muy superficial y de los que se sienten excluidos.

Por eso, llevando más allá la idea de Jeammet, ¿No es esa también un poco la posición nuestra, como teóricos y clínicos de la adolescencia, a la que miramos a la vez de tan cerca y de tan lejos? Nuestras teorías sobre un fenómeno como internet, que se acaba de instalar masivamente hace apenas 20 años ¿No pueden ser también una expresión defensiva frente a un fenómeno que nos supera, que modifica radicalmente nuestros hábitos y cuyas consecuencias apenas si podemos prever? Nuestras reflexiones y nuestros intentos de comprensión de la relación de la adolescencia con la red, además de su valor intrínseco, son una forma que tiene nuestra generación de simbolizar e intentar controlar un cambio que no puede cabalmente comprender y que no controla.

En todo caso, lo queramos o no, es muy probable que dentro de 20 años estemos todos conectados todo el día a diferentes tipos de dispositivos y de redes y que la desconexión no sea vista como nosotros la podemos ver ahora, con la nostalgia de unos tiempos de libertad y de autonomía, sino simplemente como pura marginalización. Seguramente entonces se harán coloquios, no para saber qué le pasa a un chico que está conectado todo el día, sino para tratar de entender por qué se niega a ponerse su casco de realidad virtual en la escuela.

Pero en fin, sea como sea el futuro, creo que en la mayoría de los casos estamos más bien frente a un nuevo sistema que todavía no ha sido ajustado a su presión de trabajo y que genera disfuncionamientos mientras se autoajusta, y esto, tanto para los adolescentes como para nosotros, los adultos que nos ocupamos de ellos.

Resumen

Este trabajo aborda la problemática de las nuevas formas de individuación y de los novedosos tipos de adicciones que éstas conllevan. Cuando en la adolescencia el trabajo del pensamiento se vuelve peligroso, algunas tecnologías actuales pueden influir sobre él manipulando la atención del adolescente con el objetivo de disminuir la ansiedad.

Descriptores

Adolescencia, individuación, angustia, trabajo del pensamiento, nuevas tecnologías, teléfono móvil.

The syndrome of the hyper-requested attention

Abstract

This work addresses the problem of new forms of individuation and the novel types of addictions that these entail. When the work of thinking becomes dangerous in adolescence, some current technologies can influence it by manipulating the adolescent's attention in order to reduce anxiety.

Key words

Adolescence, individuation, anguish, thought work, new technologies, mobile phone.

Le syndrome de l'attention hyper-demandée

Résumé

Ce travail aborde les problématiques des nouvelles formes d'individuation et les nouveaux types de dépendance qui s'en suivent. Avec l'arrivée de l'adolescence le travail de la pensée devient dangereux, certaines technologies actuelles peuvent l'influencer en manipulant l'attention de l'adolescent dans le but de diminuer l'anxiété.

Mots-clés

Adolescence, individuation, angoisse, travail de la pensée, nouvelles technologies, téléphone mobile.

Bibliografía

- Bernard, M. (1993). Un cadre pour la mentalisation.", In: *Le corps dans la psyché : la psychothérapie de relaxation*, (pp. 115-119). Paris: L'Harmattan.
- Fain, M. (1981). Approche métapsychologique du toxicomane. En: J. Bergeret, *Le psychanalyste à l'écoute du toxicomane*, (pp. 27-38). Paris: Dunod.
- Fain, M. (1981). Vers une conception psychosomatique de l'inconscient. *Revue Française de Psychanalyse*, 15 (2), pp.281-292.
- Fize, M. (1998). *Adolescence en crise?* Paris: Hachette.
- Gibeault, A. (1989). *Destins de la symbolisation*, Champagne-sur-Seine: Imprimerie Couesnon.
- Gibeault, A. (2010). *Chemins de la symbolisation*, Paris: Presses Universitaires de France.
- Green, A. (1974). L'analyste, la symbolisation et l'absence dans le cadre analytique. En: *Revue française de Psychanalyse*, 38, (5-6).
- Green, A. (1987). La représentation de chose entre pulsion et langage. En: *Psychanalyse à l'Université*, 12 (47), pp. 357-372.
- Green, A. (2003). *La Folie privée*. Paris: Gallimard.
- Green, A. (2011). *Le Travail du négatif*. Paris: Editions de Minuit.
- Jeammet, P. (1989). Les assises narcissiques de la symbolisation. En: *Revue Française de Psychanalyse* 53, (6), pp. 1763-1774.
- IPSOS (2015). Bien-être corporel et image de soi: des adolescents équilibrés et conscients des normes véhiculées par la société. Recuperado de: <https://www.ipsos.com/fr-fr/bien-etre-corporel-etimage-de-soi-des-adolescents-equilibres-et-conscientsdes-normes-vehiculees>

- Laplanche, J. (1975). Symbolisation. En: *Psychanalyse à l'université I*, pp. 11-73.
- Le Guen, C. (1987). Questions de symbolisation. En: *Revue Française de Psychanalyse*, 51, (2), pp. 729-736.
- Maffi, C. (2012). Ciencia y subjetividad. En: *Revista de Psicología*, 8, (15), pp. 7-28.
- Mahler, M. (1968). La symbiose humaine et les vicissitudes de l'individuation. En: Harold Blum (Comp.), *Dix ans de psychanalyse en Amérique. Anthologie du Journal of the American Psychoanalytic Association*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Marty, P. (1990). *La psychosomatique de l'adulte*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Marty, P. (1991). Mentalisation et psychosomatique. En: *Institut Synthélabo*, pp. 53 1991. *Le Plessis-Robinson: France*.
- Marty, F. (2003). *L'adolescence dans l'histoire de la psychanalyse*. Paris: In Press Editions.
- Marty, F. (2010). La adolescencia como paradigma de límites. En: *Actualidad Psicológica*, 35, (392), pp. 12-15. Asistencia y Estudios Psicoanalíticos Argentinos: Buenos Aires.
- Mcdougall, J. (1978). *Plaidoyer pour une certaine anormalité*. Paris: Gallimar.
- Mcdougall, J. (1982). *Théâtres du Je*. Paris: Gallimard.
- Mcdougall, J. (1989). *Théâtres du corps*. Paris: Gallimard.
- Mcdougall, J. (1989). *Teatros del cuerpo*. Madrid: Julián Yébenes.
- Obadia, J. (1989). Rêves, processus de symbolisation et de mentalisation. En: *Revue Française de Psychanalyse*, 53, (6), pp. 1879-1884.
- Roussillon, R.(2001). Une métapsychologie du processus de symbolization. En: *Bulletin de l'Association MidiPyrénées de psychanalyse de l'enfant et de l'adolescent*, 2, pp. 57-69.
- Roussillon, R. (2008). *Corps, acte et symbolisation : psychanalyse aux frontières*. Bruxelles: De BoeckWesmael.
- Smadja, C. (1990). La notion de mentalisation et l'opposition névroses actuelles/névroses de defense. En: *Revue Française de Psychanalyse*, 54,(3), 787-796.
- Smadja, C. (2001). Clinique d'un état de démentalisation. En: *Revue Française de Psychosomatique*, 19, pp.11-28, Paris, Presses Universitaires de France.