

No m'explica res!

Què fer davant del tancament i el silenci sobtat dels fills adolescents?

Dra. Assumpció So

Psiquiatra i Psicoanalista. Hospital de Dia per a Adolescents. Sant Pere Claver – Fundació

Molts pares i mares s'expressen així **davant del tancament i del silenci sobtat dels seus fills/es** en arribar **l'adolescència** o, fins i tot, abans d'aquesta just en els seus inicis. Cal entendre que l'aparició del **“sentit de la intimitat”** és un aspecte molt important en el procés que porta a la formació de la personalitat madura. Per això, arribada aquesta etapa, **la manera de seguir ajudant als nostres fills i filles ha de canviar**. Hem de trobar una posició diferent i passar a una mena de “segon pla”, prudent i respectuós alhora.

procés planer ni sense perills. Resulta difícil tolerar aquest període d'incomunicació i com a pares i mares fa patir “no saber res”.

Davant aquesta situació s'ha de respectar la distància necessària i, alhora, transmetre allò de “si em necessites, estic aquí”. Una manera de fer-ho és **preguntar poc, però estar receptiu i escoltar allò que ens volen explicar**. Segurament el que ens expliquen no és el que exactament volem saber, però sí el que ells/es necessiten o desitgen comunicar-nos, a vegades, en el moment més inoportú o quan estem tant enfeïnats.

En alguns adolescents aquest tancament pot ser preocupant i **cal consultar a professionals de la salut mental sobretot:**

El nostre fill o filla, que a la sortida de l'escola reclamava la nostra escolta perquè li havia passat quelcom important, ara quan arriba amb els amics tanca la porta de l'habitació. Quan li preguntem amb sort respon: “bé”. És aquest el mateix fill/a que abans es mig i no deixava parlar als pares? Doncs, sí i no.

El procés de creixement exigeix als pares i mares, entre d'altres habilitat: adaptant als canvis que es van succeint en el **desenvolupament psicològic** fills/es per ajudar-los en un camí que va de la dependència absoluta quan e fins a una relació cada cop més autònoma, possibilitant així el pas cap a la vid

Molt sovint “no dir res” és una necessitat que té l'adolescent per **crear-se personal on poder confeccionar, poc a poc, una identitat pròpia** diferent de la de la família. Noves idees, afeccions, amics, plans de futur... aniran agafant sol d'un cert hermetisme.

Procés natural cap a la construcció de la personalitat adulta

Els nois i noies d'aquestes edats estan confusos, plens de dubtes i no saben se. Necessiten aclarir-se i, per això, es tanquen en el seu món. En aquest món entrant als amics, ja que els senten propers perquè viuen el mateix conflicte i d'altres. És un **procés natural cap a la construcció de la seva personalitat**, que consisteix a aconseguir si es té massa a prop a aquelles persones que abans li resolien tot i que s'havia de fer i què no. Ara l'adolescent ha de trobar el procés per ell i per crear un llenguatge i unes actituds per guanyar aquest espai i controlar-lo. És un procés de **monosíl·labs**: “bé”, “sí”, “no”, “normal” o amb el freqüent “no em ratllis”.

Convé **respectar aquesta certa distància** i esperar que, a mida que vagi i que vagi assolint la seva identitat amb més seguretat, es recuperi l'estil de comunicació transitoriament s'havia perdut, tot i que amb les noves formes que comporta de no ser ja un infant.

Com actuar durant el període d'incomunicació

D'altra banda, s'ha d'afegir que som conscients de què no és un

“L'hermetisme dels fills adolescents sovint respon a una necessitat de crear un espai personal en el qual construir la seva pròpia identitat”

- Quan la incomunicació és amb tot el seu entorn (pares, mares, germans/es, amics/gues...)
- Si no es modifica amb el creixement, doncs a mesura que es fan grans aquest tancament s'ha d'anar esmorteint
- Si a més va acompanyada d'una pèrdua de motivació en les activitats que li agradaven i d'una manca d'interessos en : és habitual per la seva edat (ordinador, música, esport, amics...)
- Si es viu una angoixa excessiva (dificultat per dormir, menjar poc o molt, irritabilitat...)

A excepció d'aquests casos, és normal que l'adolescent passi per aquest període en que necessita no explicar gaire i viu la intimitat el seu nou univers per donar pas a una construcció d'una nova identitat, retrobant noves maneres de comunicació madures.



Enllaços d'interès

- Llegeix més articles a ["la càpsula"](#)
- Llegeix ["L'adolescència és com una mudança: mai trobem res del que busquem"](#)
- Visita el web de [Hospital de Dia per a Adolescents](#)
- Visita el web de [Consulta Jove](#)
- Visita el web de [SportJove](#)
- Visita el web de [Sant Pere Claver - Fundació Sanitària](#)

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spcsalut.org | www.spcsalut.org
