

"Adolescencia" y sus sesgos

Señor Director:

La serie "Adolescencia" ha sido muy comentada en columnas (domingo 23), cartas (lunes 24) y editoriales (viernes 28) de este diario. Desde que la psicoanalista Ana Freud (1958) sostuvo que "ser normal durante el período adolescente es anormal", se comenzó a extender la creencia de que la adolescencia es, de por sí, una etapa compleja, problemática, un período de confusión psicológica y una auténtica pesadilla para padres y educadores. Decenas de películas, series y libros, desde "Rebelde sin causa", pasando por "13 Reasons Why", hasta la más reciente "Adolescencia", relatan historias construidas en torno a esta visión negativa de la adolescencia.

Los estudios científicos, sin embargo, muestran un panorama distinto. Las tasas de suicidios, homicidios y de trastornos emocionales no exhiben ninguna asociación idiosincrática con la adolescencia. La mayoría de los

adolescentes funciona adecuadamente. La adolescencia problemática no pasa de ser un mito psicológico (Lilienfeld *et al.*, 2010).

A la luz de lo anterior, y de la realidad que vemos en el día a día, el asesinato de un adolescente por otro constituye, sin duda, un caso excepcional y no la regla del comportamiento de los adolescentes.

Titular "Adolescencia" a una serie que relata un crimen de este tipo incurre en el sesgo de sobregeneralización, induciendo a pensar que se trata de algo representativo de la adolescencia. Un segundo sesgo de "Adolescencia" es atribuir la causa del crimen a las redes sociales. La seductora idea de que las redes sociales deterioran la salud mental adolescente no solo no cuenta con el respaldo suficiente en la ciencia psicológica (Odgers *et al.*, 2020; Vuorre y Przybylski, 2023; Etchells, 2024), sino que constituye una explicación simplista de un fenómeno complejo. Esto entorpece la identificación adecuada de los problemas psicológicos preexistentes en algunos jóvenes (así ocurre en "Adolescencia"), lo que impide ayudarlos con estrategias y herramientas, basadas en evidencias, para prevenir su descarrilamiento frente a las dificultades que enfrentan y ayudarlos a avanzar hacia su mejor versión como personas.

CLAUDIO IBÁÑEZ S.

Psicólogo
Director Instituto Chileno de Psicología Positiva