

## ADOLESCENCIA.

### 1. Etapa de transición.

La adolescencia es una etapa de transito entre la infancia y la vida adulta. Durante esta etapa, el adolescente experimenta cambios físicos y psicológicos que afectan a todos los aspectos de su personalidad: a su dimensión biológica (cambios corporales), a su estructura intelectual, a su mundo afectivo (experimenta nuevas emociones y sentimientos), a su imagen del mundo y a su propio sentido de la existencia. Todo adolescente busca su identidad, se pregunta quién es y qué llegará a ser.

Algunos de los objetivos que el adolescente debe alcanzar son:

Desarrollar sus capacidades cognitivas y emocionales. Es la etapa en que los jóvenes acceden al pensamiento abstracto y al conocimiento reflexivo, que les posibilita una nueva manera de pensar y razonar sobre las cosas.

Construir su propia identidad personal: integrar y aceptar la imagen corporal, tener expectativas y proyectos futuros. Esto implica aceptar las transformaciones físicas de la pubertad, la identidad sexual e iniciar el camino hacia una autonomía personal y emocional.

Adquirir nuevas capacidades sociales (relaciones con compañeros de ambos sexos y los adultos), una moral autónoma (aceptar los valores y comprender las normas sociales), nuevas relaciones interpersonales (inicio de una relación de pareja) y desempeñar un rol estudiantil o laboral.

“En otras páginas hablé de la infancia como el momento en que la Naturaleza inicia un movimiento hacia el espíritu en la Tierra. Ahora podemos definir la adolescencia como el instante en que ese espíritu comienza a sentir consciencia de sí mismo, o sea, a experimentarse como distinto del mundo. Durante tan importante paso y periodo, ese mismo espíritu vive para sí, como asombrado de descubrirse; se busca, se desea y se investiga; se hace proposiciones y se da respuestas conforme a su condición. Siempre está dentro; nunca sale; conoce por emoción, y por emanación juzga y sentencia; en suma, existe como algo típicamente subjetivo, lo cual es condición que determina la adolescencia. En cuanto en ciertos hombres se prolonga esta edad por toda su vida, se prolonga indefinidamente el carácter subjetivo del ser, suceso que los modela como insensatos.” (Espinosa, Miguel: *Asclepio.. El último griego*, Madrid, Siruela, 2005, pp. 92)

### 2. Cambios físicos y psicológicos.

Respecto a los cambios físicos señalar que son debidos a una serie de secreciones hormonales originadas por la hipófisis y las glándulas suprarrenales.

La pubertad (etapa anterior a la adolescencia) comienza con secreciones hormonales. La glándula hipófisis libera hormonas que desarrollan los caracteres sexuales primarios: los

ovarios, los testículos y las glándulas suprarrenales, las cuales a su vez, liberan hormonas que desarrollan los caracteres sexuales secundarios (rasgos no reproductores): vello pubiano y axilar, desarrollo de los pechos, agrandamiento del útero, comienzo de la menstruación; en el hombre, agrandamiento del pene, comienzo de la eyaculación, crecimiento del vello púbico, facial y axial y ampliación de la laringe. (rasgos no reproductores).

Las señales objetivas que indican el inicio de la pubertad son la menstruación en las chicas, y en los chicos la capacidad de eyaculación.

La fecha de la **menarquia** (primera menstruación) no sólo depende de la edad. Se ha comprobado que, en general, se adelanta en las ciudades y los países más cálidos, mientras que se retrasa en los países fríos.

La adolescencia sigue a la pubertad, y puede situarse entorno a los 16 – 18 años, cuando el desarrollo físico ha terminado. La imagen que los y las adolescentes van elaborando de su cuerpo tiene mucha importancia en la construcción de su personalidad. El final de la adolescencia es difícil de precisar, porque depende de factores psicológicos y sociales (la independencia económica, acceder al mundo laboral o hacer una carrera universitaria).

Respecto a los cambios psicológicos que se producen en la adolescencia destacamos la **reafirmación del yo**, el individuo toma conciencia de sí mismo y adquiere mayor control emocional.

Una forma de reafirmar el yo es el deseo de mayor autonomía, la búsqueda de nuevas experiencias y cierta arrogancia y crítica con los padres y, en general, con la autoridad. Estos deseos novedosos originan en él cierta angustia e inseguridad provocada por el abandono de un mundo en el que se sentía seguro y la entrada en otro con el que no se siente plenamente identificado.

A veces, el adolescente muestra un **retramiento interior** que podemos interpretarlo como un exceso de egocentrismo, sobrevaloración personal y disconformidad con quienes le rodean, pero este proceso es necesario para que el adolescente afiance su personalidad y adquiera cierta autonomía en su forma de pensar, sentir y actuar.

**Texto: El cerebro adolescente.** El País, 14 de abril de 2007.

**Autor: Ignacio Morgado.**

¿Acaso muchos adolescentes son agresivos porque tienen alterado el funcionamiento del cerebro? Para desconuelo y a la vez esperanza de padres y educadores, algo de eso ocurre, pero no se trata de una anomalía, sino de un proceso lento de desarrollo cerebral que no culmina hasta casi los 20 años de edad. Investigaciones recientes indican que el cerebro de los adolescentes es incapaz de razonar y tomar decisiones del mismo modo que lo hace el de un adulto. En el Instituto Nacional de Salud Mental de Bethesda (Estados Unidos), dirigido por

el neurocientífico Jay Guied, se ha llevado a cabo un excelente trabajo científico que apoya lo que acabamos de decir.

Desde 1991 ese estudio ha seguido la evolución de 2000 personas que entonces tenían entre 3 y 25 años, tomándoles neuro-imágenes cerebrales de resonancia magnética cada dos años. El resultado es una sorprendente película que muestra cómo el cerebro va desarrollándose y cambiando entre los 5 y los 20 años. En ella se observa que la sustancia gris (neuronas) aumentan durante la infancia, pero al llegar la adolescencia empieza a adelgazarse progresivamente siguiendo una onda que se inicia en las partes posteriores del cerebro y avanza hacia las anteriores y prefrontales, a las que no alcanza hasta casi la edad de adulto.

Como estas últimas partes están críticamente implicadas en el razonamiento y el control emocional, esa evolución de la sustancia gris podría explicar por qué los adolescentes tienen dificultades para controlar sus impulsos emocionales, incluyendo los agresivos.

Ocurre además que ese proceso de adelgazamiento cerebral se produce antes en las chicas que en los chicos, lo cual también coincide con el hecho bien conocido de que las jóvenes maduran antes. Todavía más, el equipo también ha mostrado que los individuos que muestran una onda de adelgazamiento neuronal más pronunciada son los más inteligentes.

Es probable que el lector se sorprenda al pensar que el avance desde la adolescencia hacia el estado más maduro de los adultos depende de una reducción y no de un aumento en el tamaño del cerebro. Ciertamente, lo que parece ocurrir es que el crecimiento cerebral de la infancia produce un número desmesurado de conexiones entre las neuronas (las sinapsis), que podrían ser responsables de la alta actividad que hay a veces en el cerebro de los adolescentes y del modo mentalmente complejo en que a esas edades suelen tratar incluso los asuntos más simples.

A lo largo de la adolescencia, según los autores del estudio, se produce una especie de poda progresiva de esas sobreabundantes conexiones. Podría ser entonces que las neuronas que se mantienen son las que más se usan, desapareciendo las que no lo hacen o están poco influidas por las actividades que realizan los jóvenes. “Úsalo o piérdelo”, podría ser esta vez el mensaje, aunque hay que ser prudentes, pues todavía no tenemos claro hasta qué punto un exceso de actividad (lenguas, música, deportes, viajes...) sería lo más conveniente.

Una interesante consecuencia del adelgazamiento de la sustancia gris del cerebro adolescente es que ello aumenta la mielinización, un proceso por el que las ramificaciones de las neuronas se cubren de una sustancia aislante que hacen que conduzcan la información mucho más rápidamente. A medida que avanza, el proceso podría ir facilitando la influencia

de la razón en los sentimientos y de los sentimientos en la razón, algo que suele ser muy lento en los adolescentes, y que en ocasiones los compromete, especialmente en momentos de riesgo en que hay que tomar decisiones rápidas que implican esa conjunción

### 3. Búsqueda de la identidad

La búsqueda de sí mismo y de la identidad supone responder a preguntas vitales como ¿quién soy yo?, ¿qué puedo y debo hacer?, ¿hacia donde voy? Esta es una tarea que se inicia en la adolescencia y que no acaba nunca.

La identidad de cada cual está íntimamente relacionada con la **autoestima**. La autoestima es lo que pienso de mí y cómo me siento en la vida. La autoestima depende de la familia, los amigos y grupos a los que pertenecemos. No hay adolescencia sin grupo, sin amigos. El grupo es el escenario donde se fabrica la autoestima y la identidad.

Entre las causas que pueden provocar una crisis de identidad señalamos las siguientes:

La confusión bisexual.

La necesidad de tomar decisiones sobre la familia, la profesión, las relaciones sociales, el amor.

La búsqueda de un compromiso ideológico frente a la confusión de valores.

La ambigüedad de su estatus social. Muchas veces los adultos le exigen la obediencia de un niño, y en otras, quieren que tenga la responsabilidad de un adulto

Frente a las sociedades tradicionales en las que el individuo tenía asignado un papel predeterminado que era difícil cambiar, en la sociedad posmoderna cada individuo se ha convertido en creador de su propia identidad, siempre precaria y nunca definitiva, porque el ser humano es una realidad en perpetuo devenir.

#### **Texto: Adolescencia, la edad de los héroes.**

*Los jóvenes o se sienten protagonistas en la vida cotidiana o serán los héroes del sábado por la noche...Estoy preocupado por la necesidad de heroísmo de los adolescentes de hoy... Si recuerdas cuanto te he dicho sobre la insatisfacción, sobre el hecho de no gustarse, sobre estar prisionero en el instante presente sin los ideales que se necesitan del futuro, podrás entender qué fácil es que todo ese tipo de frustración y el deseo de protagonismo, la búsqueda de una compensación, impulsen a actos de heroísmo, para mostrar que se existe y que se es digno de atención.*

*Pruebas de valor inútiles, desafíos absurdos: lanzarse a toda velocidad o atravesar calles o vías para jugar al azar y ver si lo consiguen sin ser cogidos o muertos.*

*O se convierten en "héroes de la droga" y se jactan de asumir dosis que matarían incluso a un caballo...*

*Es triste el héroe solitario, el que muere lleno de droga en un retrete de las afueras de una ciudad enloquecida.*

*El héroe del sábado por la noche que, después de haber bailado hasta el agotamiento físico, haber bebido sin sed como una esponja, como para hacer algo, y acaso haberse atiborrado de pastillas, se estrella contra un platanero o un poste de la luz, en una lucha a lo Don Quijote perdida miserablemente.*

*El héroe del estadio que compra una entrada para combatir contra un enemigo anónimo, que lleva una bufanda de un color distinto de la suya...*

*Los héroes del estupro que, al no haber conquistado a una chica y sintiéndose impotentes, deben compensarlo en grupo, y cargar de violencia lo que, en cambio, funciona, y maravillosamente, en el amor. Incapaces de amar, acaban haciendo el amor rompiendo y matando.*

*Los héroes de los pasos de cebra, que disfrutaban atropellando a un transeúnte y luego huyen con la única preocupación de haber estropeado la carrocería del coche.*

*He aquí a los "héroes de la nada", los héroes que llenan la crónica de sucesos de lo extremo y de una criminalidad que se hace fúnebre y sólo produce tristeza.*

*Los héroes que destrozan los pupitres de la escuela o ensucian la sala de profesores o arrancan las hojas de las libretas de notas. El heroísmo de los contenedores quemados y de los espejos para la circulación hechos añicos, en serie, en una noche. Los héroes de las piedras desde los pasos elevados de la autopista.*

*Yo no amo a los héroes y les tengo miedo.*

*Temo que también tú tengas deseos de heroísmo, que también tú puedas desear hacer sentir que existes eligiendo un modo inaceptable, ante todo por ti y luego por cuantos sufren tus gestos, directa o indirectamente, heridos, si no en el cuerpo, en su dignidad...*

*Quisiera que tú no pensaras nunca que la riqueza es la felicidad del adolescente, que basta una moto potente para ver realizadas las propias aspiraciones o compensadas las dificultades del momento. (Vittorino Andreoli, "Carta a un adolescente". Integral, 6ª edición, 2006)*

**Texto:** *¿Por qué y cómo se llega a ser terrorista?* El País -30-11-2000

**Autor:** Enrique Echeburua

Era el 7 de mayo de este año, un domingo de primavera. José Luis López de Lacalle, fundador del Foro de Ermua y veterano militante izquierdista encarcelado durante el franquismo, caía

muerto por las balas de ETA junto a su casa, cuando venía de comprar los periódicos. Horas después aparecían unas pintadas vejatorias en diversos muros de su pueblo, Andoáin, con el siguiente texto: "De Lacalle, jódete, asesino". Resulta difícil imaginar cómo se puede llegar a semejante extremo de crueldad y de indiferencia (cuando no de alegría) por el dolor ajeno. A la mayoría de las personas les repugna el ejercicio de la violencia. Ello tiene que ver con un compromiso ético consciente, pero también, de una forma más primitiva, con el desarrollo emocional del ser humano. Ya desde una fase temprana, en el transcurso del proceso de socialización, los niños adquieren la capacidad de empatía, es decir, la aptitud de ponerse en el lugar del otro para comprender mejor lo que piensa y siente y lo que puede originarle sufrimiento.

Más allá del Código Penal (circunscrito a un reducido número de conductas punibles), lo que regula realmente el comportamiento humano e impide la transgresión de las normas válidas de convivencia es la conciencia moral. La vulneración de un principio ético genera una sensación de malestar emocional profundo: el sentimiento de culpa o de vergüenza por lo realizado. De este modo, la función adaptativa de la culpa consiste en la evitación de las situaciones que la generan o en las conductas de reparación, cuando se reconoce haber hecho algo mal, para eludir el remordimiento experimentado.

Sin embargo, en algunas personas este proceso está alterado. En concreto, las personas fanáticas, que se adhieren de una forma acrítica a una idea política y la siguen dogmáticamente con exclusión de toda información incongruente con ella, se caracterizan por una falta de empatía para sensibilizarse con el sufrimiento ajeno y por una ausencia de remordimiento cuando son ellas quienes lo generan. En estos casos, la militancia política y la creencia ciega en unos ideales patrióticos, con una fe del carbonero, constituyen ideas sobrevaloradas, que ocupan un lugar muy importante en sus pensamientos, impregnan afectivamente su vida y ejercen una acción tiránica sobre sus conductas.

El fanatismo lleva en sí el germen de la violencia. Estar en la certeza de una idea supone intentar imponérsela a los demás. En cierto modo, los terroristas se sienten héroes, miembros escogidos de una vanguardia de élite, que tienen como tarea una misión trascendente que justifica la muerte de los enemigos. Sólo así se explica la importancia concedida a sus acciones por el propio sujeto, que le lleva a minusvalorar el dolor de los demás, a

considerarlo, en todo caso, como un mal necesario para la consecución de un objetivo superior, a ser insensible al rechazo social mayoritario y, en último término, a sobrevivir sin sentirse atormentado por sentimientos de culpa.

Estas ideas sobrevaloradas, que son muy persistentes, suelen ser compartidas por el microgrupo de personas al que se incorpora o del que procede el fanático. Sólo un grado alto de obcecación puede mantener, sobre todo si coincide con un nivel cultural bajo, una percepción tan distorsionada de la realidad y la incapacidad de un juicio crítico. El fanatismo recluye a una persona en una prisión interior y es irreductible al razonamiento lógico, al que sólo se llega -y no siempre- cuando surgen circunstancias vitales dramáticas: la detención y el encarcelamiento; la muerte de un compañero en la lucha, etcétera.

Si, como es obvio, nadie nace fanático, ¿cómo se produce entonces el lavado de cerebro? Es decir, ¿dónde se fragua esa distorsión de la realidad que da lugar a un espejo deformante del mundo social y que lleva a generar victimismo y odio en personas que han nacido en un régimen democrático y no han conocido la dictadura? En primer lugar, hay ciertos factores psicológicos de riesgo: la inmadurez y la dependencia emocional, en unos casos; la impulsividad y la búsqueda de emociones fuertes, en otros; o, por último, la personalidad paranoica (caracterizada por la rigidez de pensamiento, la desconfianza patológica, el orgullo exagerado, la pobreza afectiva y la agresividad irascible). Es decir, el fanatismo encuentra un caldo de cultivo adecuado en la inmadurez emocional de muchos adolescentes, que pueden resultar fácilmente manipulables.

En segundo lugar, un factor importante son las frustraciones diversas acumuladas en la vida cotidiana, que generan una baja autoestima y de las que se responsabiliza a otros, junto con un vacío moral. Sentirse protagonista en un grupo terrorista o violento, estimulado por el riesgo y la clandestinidad y aupado por ciertos medios de comunicación, puede resultar muy atractivo cuando en la vida civil (familia, estudios, amigos...) una persona se siente mediocre. Las insatisfacciones personales de toda índole encuentran fácil acomodo en los ideales patrióticos exaltados, que dan cobertura al resentimiento y a la violencia. En cierto modo, lo que ETA y la kale borroka tienden a acoger en su seno son, en general, personas desplazadas (gente de poca edad, inestable emocionalmente, mal socializada, con carencias culturales graves, etcétera), que en otras sociedades tienden a formar parte de movimientos marginales, con la

expectativa idealizada de que el ejercicio de la violencia y el logro de los objetivos revolucionarios van a traer consigo la solución a sus problemas personales.

En tercer lugar, hay que tener en cuenta el papel crucial de la familia y de la educación escolar, que en los años decisivos de formación del niño pueden fomentarle un nacionalismo exaltado, una visión deformada de la historia y una atribución externa de los males propios a los enemigos exteriores (léase, España). Todo ello se hace aún más presente si el adolescente cuenta con algún familiar, amigo o vecino preso, al que se califica como héroe en su entorno (sobre todo, si es un pueblo pequeño).

Y en cuarto lugar, puede resultar determinante la cuadrilla de amigos, que genera un contagio emocional y con quienes se comparten jornadas de lucha y de juerga: todo ello contribuye a crear unos lazos emocionales sólidos. La cuadrilla, fuertemente cohesionada, ofrece a cada miembro una vida organizada, unos planes de fin de semana y una lista de actividades estructuradas, que le hacen a cada persona sentirse responsable y motivada y que le deparan aprobación continua del grupo por su contribución a la causa.

Lo que contribuye también a fomentar en el adolescente un nacionalismo radical, en el que se exalta el comportamiento emocional en detrimento del racional, es la presencia de unos símbolos de identificación: una determinada estética en la indumentaria; las banderas y pegatinas de distintos tipos; los himnos y la música adecuada en cada caso; los homenajes a los presos excarcelados o a los terroristas muertos; los días de la patria; las jornadas de lucha; las manifestaciones reivindicativas... Todo ello suele ir acompañado de una coreografía y puesta en escena muy cuidadas.

Pero esta visión deformada de la realidad -victimista y cargada de odio- necesita ser realimentada para contrarrestar el sentir mayoritario de la población. Lo que la mantiene es la presencia de una cuadrilla cerrada, impermeable a la influencia del exterior. El grupo se consolida cuando sus componentes acuden sólo a determinados lugares (los gaztetxes) o bares (las herriko tabernak), siguen las directrices políticas de la prensa sectaria (Gara), forman parte de las organizaciones extremistas (Jarrai, Ikasle Abertzaleak), participan en las mismas jornadas reivindicativas y se divierten e incluso emparejan entre ellos mismos para que no haya contaminaciones ideológicas. Esta exaltación nacionalista propicia el paso a la acción en

forma de conductas de vandalismo, que contribuyen a fortalecer el fanatismo de los sujetos: consiguen una intensa excitación emocional; obtienen la aprobación y el reconocimiento de los miembros del grupo en función de la heroicidad desplegada; logran una atención destacada en los medios de comunicación, con el valor añadido de que los partidos democráticos andan a la greña, y se quedan con una sensación de impunidad porque, en general, sus acciones les salen gratis. Todo ello fomenta un tono de arrogancia y de estar en posesión de la verdad. De este modo, no es de extrañar que las proezas sean cada vez más frecuentes, denoten mayor arrojo y sean más destructivas.

¿Cómo se puede prevenir esta espiral endiablada de violencia y fanatismo que supone una grave enfermedad moral y un envilecimiento de la vida cotidiana? Los problemas complejos no responden a soluciones simples. Pero, en cualquier caso, la familia y la escuela desempeñan un papel de primer orden, porque es ahí, en la infancia y en la adolescencia, en donde arraigan las actitudes de intolerancia que luego van a ser muy difíciles de erradicar. La educación debe inculcar activamente en los niños una convivencia basada en el cariño, en el ejercicio de la racionalidad, en la tolerancia y en los valores democráticos, de los que deben dar ejemplo, en primer lugar, los propios padres y educadores en la vida diaria y en la resolución de los conflictos cotidianos. Asimismo se debe ser combativo intelectual y moralmente contra la violencia. No es de recibo, por ejemplo, que la oleada actual de atentados, con su reguero de muertes y familias destrozadas, no sea objeto de comentario y de reflexión directa por parte de muchos educadores, que optan, en el mejor de los casos, por un prudente silencio cuando educan a los niños y adolescentes en los colegios del País Vasco.

No es menor la responsabilidad de los líderes y gobernantes. Los problemas políticos hay que plantearlos de forma resoluble en términos democráticos, no de un modo confuso, como cuando se apela a una cuestión de carácter para justificar la violencia de los vascos o a la esencia del pueblo vasco (el Rh negativo, en su versión étnica) para plantear reivindicaciones sin fin. Asimismo hay que evitar las declaraciones incendiarias, la mistificación de la historia y el cultivo habitual del victimismo, que, al generar sistemáticamente frustración, pueden tener una influencia nefasta en las personalidades infantiles de mayor riesgo. Porque de árboles sacudidos con saña caen nueces..., pero podridas.

### **Texto: La importancia del grupo.**

El grupo es una condición necesaria para el crecimiento del adolescente, comparable en importancia a la familia. Es, más bien, un sustituto de la familia y se plantea como una especie de contrapeso. Es imprescindible para iniciar el distanciamiento de la familia que le conducirá a la autonomía.

En algunas culturas el adolescente es enviado solo al bosque durante un cierto tiempo. De este modo se le pone en contacto con dificultades de supervivencia que, una vez superadas, le infundirán la confianza de poder salir adelante sin la familia. Al regreso de esta prueba, el muchacho adquirirá un rol social. Se trata de un distanciamiento agudo y tan cruento que a veces el adolescente no vuelve a la aldea de la que ha partido, no lo consigue.

En nuestra cultura, el bosque es el grupo. Si se tiene un grupo de identificación, la familia y la casa como lugar de la seguridad no son tan importantes y, por tanto, el distanciamiento se produce de manera más cómoda.

Lo que caracteriza, por tanto, al grupo adolescente es su transitoriedad, el hecho de desarrollar la función precisa de hacer a sus miembros autónomos de la familia. Lo esencial del grupo es estar juntos. Se puede estar en el grupo sin tener nada que decir o que preguntar, y permanecer largo rato sin hablar o intercambiando pocas palabras...No olvides que los adolescentes no se agradan y hablar de sí mismos acabaría por ponerlos en el apuro de ser descubiertos en su propia intimidad.

Estos grupos carecen de una identidad ideológica y política: sus miembros no son adeptos que se encuentran para desarrollar actividades encaminadas a objetivos precisos...El objetivo de estos grupos es pasar el tiempo, estar sin tener que hacer necesariamente algo específico. Lo cual no significa que no actúe, sino que hacerlo es puramente casual, la decisión de un momento...

Lo peor que te puede ocurrir es que tu familia declare la guerra al grupo al que perteneces, en tal caso aumentaría tu identificación y adhesión al grupo. Lo cual que impulsaría a relegar a la familia a la dimensión del enemigo...El adolescente necesita aprender a estar en grupo, saber afrontar algunos problemas que vive el grupo, y por eso debe poder hablar de ello también con su padre y su madre, pero no puede hacerlo en un ambiente de hostilidad.

Los padres quisieran tenerte bajo una campana de cristal pero si lo hicieran te impedirían una experiencia de sociabilidad necesaria para ti. Vivir en grupo es una experiencia, pues necesaria, y tú debes afrontarla, es más, debes consumarla aunque no quieras o no quieran tus familiares...

El grupo tiene la fuerza de disminuir, hasta anularlo, tu poder de decisión y tu libertad. El efecto del grupo es hacer parecer aceptable e incluso lícito, un comportamiento que, valorado individualmente y fuera del efecto-grupo, parecería horrible y sería condenado por el propio individuo.

En síntesis, la ética del grupo pone en segundo plano y acalla la tuya personal. Cambia tu percepción del bien y el mal. Por ejemplo, chicos que han abusado de una compañera de escuela junto a otros, mientras que en la relación cara a cara con ella les falta el valor incluso para darle un beso o confesar una cierta simpatía. (Vittorino Adreoli, *Carta a un adolescente*. Integral. 6ª edición 2006)

### **Texto: la necesidad de un amor exclusivo.**

Sintetizando la evolución de la persona hasta la adolescencia podríamos decir que en la primera infancia el niño está ligado a la madre de manera simbiótica y no consigue distinguirse de ella. Con posterioridad, a partir del tercer año de vida, se percibe, en cambio, como distinto en una familia que se caracteriza por la estabilidad de algunas figuras, en las que encuentra plena identificación: fundamentalmente, padre y madre.

Con la pubertad y el inicio de la primera adolescencia se plantea la necesidad del distanciamiento de la familia de origen, para ligarse al grupo de iguales, que se transforma en la familia sustantiva, en el lugar para una identificación ya no subjetiva sino social. Con la segunda adolescencia, que empieza en torno a los dieciséis-diecisiete años, se advierte al fin la necesidad de un vínculo exclusivo, de un vínculo de amor.

En la primera adolescencia la referencia es el grupo, en la segunda una persona precisa que acaso forma parte de él, pero a la que se comienza a frecuentar a solas, sin los demás, para realizar un vínculo especial que asume la forma ora de la amistad fuerte (tu mejor amigo), ora de amor (tu chico o tu chica). El amor hace que la propia existencia y el sentido de la vida se vincule a la persona amada.

Esta nueva necesidad comporta un cambio completo de la visión de los problemas que han caracterizado tu primera adolescencia. Si hasta aquel momento el comportamiento tendía a uniformarse al del grupo y, por tanto, a hacer lo que los demás, ahora se tiende a exhibir una originalidad que no se percibe como monstruosidad, sino como un elemento distintivo para gustar a la persona que te atrae. Para eso es preciso ser únicos. . .

Estamos hablando de una situación en la que en vez de cubrirte con una máscara debes desvestirte, y no sólo metafóricamente, dado que tu compañero/a tiende a entrar en lo íntimo, a descubrir todo aquello que los demás no ven, a querer conocerte hasta el último detalle.

Se trata de una experiencia que progresivamente tranquiliza, puesto que nos sentimos amados, elegidos, y constatamos que lo que manteníamos escondido y por lo que

sentíamos vergüenza ahora es apreciado, no espanta en absoluto a la persona que nos quiere.

De algún modo, con el vínculo exclusivo se tiende a revivir una simbiosis, la de la primerísimo infancia, que es una situación de máxima certeza posible. Gracias a esa certeza superas el terror de no ser "normal" y de no poder vivir en el mundo de manera "normal". Superas también el deseo e heroísmo desenfrenado o, al menos, este deseo de adormece. (Vittorino Adreoli, *Carta a un adolescente*. Integral. 6ª edición 2006)

#### **El olvido de uno mismo**

“¿Hemos de pensar siempre en nosotros mismos?

Es una señal de que la autoestima sufre. Cuanto más avanzamos, más nos olvidamos (de nosotros mismos), para tratar de vivir, relacionarnos, aprender, disfrutar, amar... Para alcanzar de vez en cuando momentos de armonía hay que aprender a separarse de uno mismo y de la perspectiva que los demás tienen de nosotros: dejar de preocuparnos por el efecto que causamos... (André, Christophe: *Prácticas de autoestima*, Barcelona, Kairós, 2007, p. 376).

#### **4. La cultura juvenil.**

Entendemos por cultura juvenil una manera de ser y de pensar que moldean el conjunto de la existencia. Sus rasgos característicos son:

Nuevas formas de comunicación. Fundamentalmente las relacionadas con Internet. Lo característico de ellas es la nueva concepción del espacio y del tiempo, y los cambios radicales en las relaciones sociales que ello conlleva.

Individuación. Se manifiesta en el afán por no ser como los demás, por no parecerse a nadie, por ser único y diferente. Ello lleva consigo la renuncia a los hábitos y costumbres vigentes.

Valoración del cuerpo. Se refleja en el culto al deporte, los riesgos y aventuras, propios de joven masculino, mientras que en las chicas se manifiesta por la delgadez y la silueta. Esta actitud narcisista ante el cuerpo es reforzada socialmente por la moda.

Culto a la imagen. En la sociedad del espectáculo, los medios de comunicación y, en especial, la televisión e Internet influyen en las visiones del mundo que se forman los jóvenes y en los estilos de vida, y condicionan cómo se conciben a sí mismos y sus proyectos de vida.

Tiempo presente. Los jóvenes viven el presente, el gozo del momento, se las arreglan con el mundo tal cual es y muestran poco interés por la historia pasada. "El futuro es el tiempo que aún no existe y que es mantenido en vida por los proyectos, las esperanzas y los deseos. El pasado ya no existe más que en nuestra memoria que lo hace revivir cuando lo recuerda. Los adolescentes están prisioneros del instante presente sin los ideales que se necesitan del futuro" (Vittorino Adreoli, *Carta a un adolescente*. Integral. 6ª edición 2006)

Sensibilidad lúdica. Su máxima aspiración es divertirse en la vida, pero la diversión se entiende como consumismo, agitación y desenfreno.

Consumismo. Tras del consumismo está la creencia, fomentada, por la publicidad, de que “tanto eres cuanto tienes” y a mayor cantidad de cosas, mayor felicidad. Sin embargo, ocurre lo contrario, pues acabamos siendo esclavos y de las cosas.

Nomadismo. Frente al aburrimiento de lo instituido y la uniformidad cultural, la evasión es una necesidad. Necesitamos escaparnos de la rutina diaria, ¿por qué? Porque no nos satisface la vida que llevamos y porque a través de los medios de comunicación conocemos otras realidades que nos imaginamos atractivas.

“La posmodernidad (nuestra época) nos exige la cansina tarea de estar eternamente disponibles para el cambio, como si la vida fuese una perpetua adolescencia”

**Texto:** ¡*No quiero hacerme Mayor!* . EL PAIS SEMANAL - 22-02-2009

**Autor:** Francesc Miralles

Las operaciones de estética y las cremas rejuvenecedoras –para ellas y para ellos– no se han visto lastradas por la crisis. Al contrario, según lo que Leonard Lauder llamó el “índice del pintalabios”: en situaciones de penuria económica se venden más cosméticos para ocultar las marcas del desánimo.

Más allá de este mecanismo de compensación y del culto a la juventud en nuestra sociedad, cada vez hay más personas que se resisten a abandonar psicológicamente la adolescencia. Hablamos de hombres con pánico al compromiso –sentimental e incluso laboral– y de mujeres enamoradas del amor que no renuncian a su príncipe azul. Lo que se conoce como síndrome de Peter Pan está cada vez más extendido en Occidente. Como el héroe de J. M. Barrie, los hombres y mujeres que lo sufren han idealizado la juventud y tienen problemas para afrontar los retos de la madurez, lo que les lleva a vestir y divertirse como adolescentes. El miedo a parecer mayores hace que muchos hombres en la cincuentena se lesionen en el gimnasio y muchas mujeres traten de disfrazar su edad con un atuendo juvenil que roza el ridículo.

Estos Peterpanes modernos rehúyen las responsabilidades, son altamente inseguros y no toleran las críticas. ¿Cómo han llegado al país de Nunca Jamás?

### **El ‘síndrome de Peter Pan’**

“Todos los niños son artistas. El problema es cómo seguir siendo un artista cuando uno es adulto”  
(Picasso)

El célebre personaje popularizado por Walt Disney fue creado por J. M. Barrie para un musical que se estrenó en Londres en 1904. Su argumento encaja como anillo al dedo para el síndrome que actualmente designa: Peter Pan es un niño que se niega a crecer y que vive junto a los niños perdidos, tan reacios como él a madurar, en el país de Nunca Jamás, donde las aventuras se suceden sin fin.

El primero en usar este nombre para referirse a un trastorno emocional fue el psiquiatra Eric Berne, que en 1966 lo utilizó para definir al niño que habita en todo adulto, centrado únicamente en satisfacer sus propias necesidades. En 1983 llegaría el síndrome de la mano del psicólogo Dan Kiley, que se sirvió de Peter Pan para describir a los hombres y mujeres que se resisten a crecer. Se trata de personas inestables emocionalmente que suelen tener baja autoestima, ya que aspiran a mucho sin poner nada de su parte. A resultas de ello se escudan en la queja y culpabilizan a los demás –como un niño a sus padres– de las cosas que no les salen bien. Veamos algunos atributos que, según Kiley, permiten reconocer a un Peter Pan:

-su juventud y se niega a identificarse con su edad biológica.

-Es muy exigente con los otros; si no obtiene lo que pide, se enfada como un niño contrariado.

-Teme la soledad y es profundamente inseguro, aunque se esfuerce en ocultarlo.

-Se muestra siempre insatisfecho.

-Acostumbra a tener a su lado a un protector o protectora que cubre sus necesidades.

-Evita cualquier compromiso –muy especialmente de pareja– con la excusa de preservar su libertad, y actúa de forma irresponsable.

el país de nunca jamás

“Cada vez que un niño dice ‘No creo en las hadas’, sucede que una pequeña hada cae muerta”  
(James M. Barrie)

El psicólogo y sexólogo Antoni Bolinches está preparando un ensayo sobre un síndrome que, hace sólo un par de décadas “afectaba a una minoría de personas, pero que por nuestro modelo de sociedad se ha convertido en un problema generalizado, dando lugar a una generación Peter Pan, ya que los jóvenes de alrededor de los 30 años tienen un grado de inmadurez superior al que tenían los jóvenes de generaciones anteriores”.

Este terapeuta y autor de libros de psicología divulgativa define la madurez como “malos momentos bien asimilados”. Por tanto, no caeremos en el síndrome de Peter Pan si somos capaces de integrar las frustraciones y conflictos de la vida cotidiana para aprender de ellos. Cuando el individuo no es capaz de darles esta lectura positiva, aunque sea a posteriori, entonces se neurotiza y se aferra a una adolescencia libre de responsabilidades.

En los hombres, uno de los rasgos fundamentales de este trastorno emocional es el pánico al compromiso sentimental, algo mucho más raro en las mujeres. Según Bolinches: “El fenómeno desde el punto de vista sociológico es muy sencillo. En las tres últimas generaciones, en Occidente, la mujer ha superado su subordinación histórica al hombre y con su esfuerzo ha evolucionado en todos los ámbitos. El hombre se ha visto descabalgado del lugar que tenía en la sociedad, lo que le ha generado una inseguridad suplementaria. Esto explica por qué existen tantos hombres Peter Pan”.

### **El ‘síndrome de Wendy’**

“La casa de un hombre puede parecer un castillo desde fuera; por dentro es a menudo su guardería”  
(Clare Boothe Luce)

En la obra de J. M. Barrie, Peter Pan invita a una niña llamada Wendy Darling al país de Nunca Jamás para que ejerza de madre de la pandilla de los niños perdidos. Este episodio significativo llevó a Dan Kiley, tras el éxito alcanzado por su libro, a publicar El dilema de Wendy. Se trata de un ensayo sobre las personas que protegen a su pareja –o a otras personas importantes de su vida– como si fueran sus madres. Es un rol que pueden desempeñar indistintamente hombres o mujeres, aunque es más común entre ellas. Quien padece el síndrome de Wendy tiene dificultades para controlar su propio rumbo y, para compensarlo, se vuelca en dirigir la vida del otro adoptando una actitud maternal. Según Kiley, el síndrome de Wendy se reconoce por estas actitudes:

-Insiste en ejercer de madre protectora y asume la responsabilidad que elude Peter Pan.

-Siempre se muestra disponible; si no, experimenta un sentimiento de culpabilidad.

-Periódicamente acusa a su protegido de abusar de su buena fe, aunque tampoco hace nada para cambiar la situación.

Así como el de Peter Pan es fruto de la sobreprotección en la infancia, las causas de este otro síndrome hay que buscarlas en un pasado familiar en el que Wendy se sintió excluida, por lo que en

la edad adulta asume el papel de los padres que no ha tenido. Para ello se valdrá de la primera persona cercana que se deje cuidar, normalmente la pareja.

Una dificultad que presentan ambos síndromes es que quienes los sufren no suelen reconocerse en su rol y recurren a justificaciones. Peter Pan disfraza su inmadurez de amor por la libertad, y Wendy atribuye sus cuidados maternos a la incapacidad o irresponsabilidad de la persona que toma bajo su protección.

### **Acabar con el cuento**

“Existir es cambiar; cambiar es madurar; madurar es seguir creándose a uno mismo sin fin” (Henri Bergson)

En su libro *Las mujeres que aman demasiado*, la terapeuta Robin Norwood se centra en la tendencia femenina –aunque no es una actitud exclusiva de las mujeres– de buscar hombres que hacen sufrir. Por una extraña álgebra amorosa, las personalidades pacíficas y estables son descartadas a priori en la elección de la pareja, ya que se sienten más atraídas por caracteres complejos que desatan tormentas.

Al comprobar que muchas mujeres, tras fracasar con un determinado modelo de hombre, vuelven a enzarzarse en una relación de similares características, la autora encontró las causas en un deseo de “amar demasiado”. Es decir, frente a la relación serena que no requiere movilizar todos los recursos disponibles, la persona adicta a amar desesperadamente necesita a alguien que se lo ponga difícil, lo que a menudo implica enamorarse de alguien que no muestra el mismo afecto ni el mismo nivel de compromiso. Para salir de esta adicción destructiva, Norwood propone un programa de recuperación en 10 puntos:

1. Buscar ayuda profesional.
2. Hacer de la recuperación una prioridad vital absoluta, lo que implica hablar abiertamente con la pareja sobre la situación.
3. Buscar un grupo de apoyo formado por personas que entiendan el problema.
4. Desarrollar la propia espiritualidad mediante la práctica diaria, a través de la meditación u otro medio que promueva la calma.
5. Dejar de manipular y controlar a los demás, incluyendo no dar consejos y directrices que no nos han pedido.
6. No engancharse a los juegos de pareja con papeles de rescatador, perseguidor o víctima.
7. Enfrentarse a los propios problemas y defectos, ya que a menudo tratamos de reparar los de los demás para silenciar los nuestros.
8. Cultivar lo que se necesita desarrollar en uno mismo, sin esperar a que la pareja cambie para poder realizarse.
9. Volverse lo bastante egoísta para situar nuestro bienestar, trabajo y prioridades en primer plano.
10. Compartir con los demás lo que hemos experimentado y aprendido, para ayudarlos y no repetir los mismos errores.

Al final, se trata de acabar con el cuento que nos impide ser personas libres y autónomas.

## 5. El desarrollo personal.

### 5.1. Desarrollo cognitivo.

Hemos señalado antes que durante la adolescencia se produce un desarrollo cognitivo que consiste en la adquisición del pensamiento formal (etapa de las operaciones formales según Piaget). Estas serían las características de dicho pensamiento:

Apertura al mundo de lo posible: el adolescente descubre que la vida tiene muchas posibilidades más allá de su experiencia personal. Puede distinguir entre lo real y lo posible, probar hipótesis, trabajar con pensamientos abstractos. De niño se podía amar a los padres y odiar a las cucarachas; ahora se puede amar la libertad y odiar la discriminación.

Pensamiento lógico: el pensamiento formal se basa en proposiciones, no en realidades. Un adolescente es capaz de realizar inferencias o deducciones lógicas, sin necesidad de tener en cuenta los datos concretos. Por ejemplo, si “A es igual a B” y “B es igual a C” entonces “A es igual a C”.

Posibilidad de razonamiento hipotético-deductivo: Imaginemos un péndulo, es decir, un objeto que cuelga de una cuerda. Podemos cambiar la longitud de la cuerda, el peso del objeto, la altura desde la que cuelga el objeto, o la cantidad de fuerza que usamos para empujarlo. De estos cuatro, ¿qué factor determina la velocidad con que el péndulo se balancea? ¿Qué científico resolvió este problema?.

Si queremos resolver este problema tenemos que utilizar el razonamiento hipotético-deductivo. Este método consiste en establecer una hipótesis (explicación provisional de un fenómeno), deducir consecuencias y comprobarlas a través de la experimentación, variando un factor, mientras permanecen invariables los demás.

El adolescente es capaz de deducir conclusiones no sólo basándose en la observación de la realidad, sino también a partir de hipótesis. En el ejemplo anterior, la única variable que determina la velocidad del péndulo es la longitud de la cuerda, y el descubrimiento fue realizado por Galileo.

Pensamiento egocéntrico: esta forma de pensar, típica del adolescente, se caracteriza por sobrevalorar las ideas propias, el adolescente cree que el mundo debe adaptarse a sus ideas y no sus ideas a la realidad.

#### **Texto: Historia zen**

Un joven pidió en una ocasión a un maestro zen que le enseñara algo sobre esta disciplina. El maestro aceptó y le ofreció una taza de té. El maestro preparó el té y llenó la taza de su huésped hasta que se derramó. El joven exclamó: ¿Qué hace? ¿No ve que la taza está ya llena? “¡Ah!”, replicó el maestro, “es como tu mente, llena de ideas y concepciones erróneas. ¿Cómo puedo enseñarle algo acerca del zen? Antes de que pueda recibir más té fresco, primero debe vaciar su taza”. Sólo si “vaciamos la taza” y nos aproximamos con la mente abierta a otras formas de concebir la vida seremos capaces de entenderlas.

Una mente abierta es incondicionada. De la misma forma que en un recipiente lleno no cabe más líquido, en una mente repleta de dogmas, prejuicios y creencias falsas nada nuevo puede penetrar y muchas posibilidades mentales serán desperdiciadas”

## 5.2 El desarrollo moral

Otra de las características propias de la adolescencia es el desarrollo moral. Ha sido Kohlberg quien ha profundizado en el estudio de esta cuestión y ha elaborado una teoría en la que describe los niveles del desarrollo moral que a continuación detallamos:

**Nivel I: Premoral** ( de 4 a 10 años). El niño es receptivo a las normas culturales.

En este nivel hay dos estadios:

Estadio 1. Las normas se acatan por obediencia y temor al castigo.

Estadio 2. La acción justa es la que satisface las necesidades de uno.

**Nivel II: Moral convencional** ( de 10 a 13 años). **Respetar la expectativas sociales.**

Estadio 3. Se busca la conformidad con la mayoría. ("Es lo que esperan de mí y no quiero defraudarlos")

Estadio 4. Se ajusta la conducta a lo que manda la ley y el orden. ("Si no cumplimos con nuestro deber sería una catástrofe")

**Nivel III: Moral autónoma** (a partir de los 13 años). **Actuar por valores universales.**

Estadio 5. La conducta se orienta hacia el consenso social, respetando los derechos aceptados socialmente. ("Hay que respetar los derechos de los demás")

Estadio 6. La conducta se orienta hacia los principios éticos universales: la justicia, la dignidad del hombre, la libertad, etc.

### Dilema moral 1

"Un muchacho duda entre alistarse en la Resistencia, donde ha muerto su hermano mayor en lucha contra los alemanes, o acompañar a su madre divorciada y sola. Según la moral cristiana hay que amar al prójimo; pero ¿quién es el prójimo en este caso: el pueblo francés en lucha contra el invasor o su madre en soledad? Según Kant, no se debe tratar al hombre como medio, sino como fin. Pero si el muchacho se alista en la Resistencia aunque trate a sus compatriotas como fin, trata a su madre como medio, y si no se alista, aunque trate a su madre como fin, son sus compañeros los tratados como medios.

¿Qué habría que hacer en este caso?" (Sastre, Jean Paul, *El existencialismo es un humanismo*, Barcelona, Edhasa, 2007)

### Dilema 2

"Uno se ve obligado por necesidad a tomar dinero prestado. Sabe muy bien que no podrá pagarlo, pero sabe también que no se le prestará nada de no prometer con toda firmeza devolverlo en un plazo determinado. Desea hacer una promesa tal, pero aún le queda suficiente conciencia para preguntarse: ¿no es ilícito y contrario al deber ayudarse de semejante modo a salir de la necesidad? Si creo encontrarme en necesidad de dinero, le pido prestado y prometo pagarlo, aun cuando sepa que esto no ocurriría jamás. Este principio de amor propio o de propia conveniencia puede que sirva para mejorar mi futuro, pero he de preguntarme: ¿es justo? (Kant, I, *Fundamento de la metafísica de las costumbres*, Madrid, Tecnos, Cap. 2)

La pregunta sería: ¿ Es éticamente correcto actuar siguiendo el principio de la propia conveniencia?.

### 5.3 La formación de ideas y creencias.

Otra de las tareas que ha de realizar el adolescente es la elaboración de ideas y creencias que le ayuden a situarse en la realidad e interpretar el mundo que le rodea. Las ideas y creencias son importantes para nuestra estabilidad, pero fallan con frecuencia, bien porque no se ajustan a ella, bien porque la realidad cambia y las creencias no.

¿Qué motivos o razones tenemos para creer algo? ¿Cómo sabemos que nuestras creencias son verdaderas o falsas?. Es fundamental poder justificar nuestras creencias e ideas con argumentos racionales y con datos objetivos. Por ello es fundamental que los adolescentes adquieran un sistema mental racional y abierto, lo contrario a irracional y cerrado.

La instalación racional y abierta en el mundo supone admitir que uno puede cambiar de ideas y creencias si hay razones y hechos que así lo aconsejan, en este sentido, no es absolutista ni totalitario. Todo lo contrario ocurre con la mentalidad irracional y cerrada, ésta considera las creencias como algo inmutable y definitivo que ningún hecho ni argumento puede modificar. Este tipo de mentalidad suele caer en el fanatismo y es capaz de destruir la vida por defender las propias ideas y creencias.

Las ideas y creencias irracionales tienen estas características:

Producen emociones negativas intensas y duraderas.

Exageran las consecuencias negativas de un hecho o acontecimiento. Son pensamientos acompañados de palabras como “horrible”, “espantoso” o “insoportable”.

Reflejan obligaciones y demandas no realistas sobre uno mismo y los demás.

Son absolutistas y van acompañados de palabras como *todo* (“Todos son unos corruptos”, *nada* (“Nada tiene sentido”) o *nunca* (“Nunca cambiará este país”).

Albert Ellis creó en 1962 la Terapia Racional-Emotiva (TRE) para ayudar a las personas a pensar de forma más racional y abandonar pensamientos y creencias absurdas que ejercen un efecto negativo en la conducta.

Ellis exponía el sistema A-B-C para demostrar a las personas que no son los hechos y acontecimientos de sus vidas (A) los que determinan el estado de ánimo y la conducta de la persona (C), sino que C deriva de las ideas y creencias sobre los hechos (B).

#### Algunas ideas irracionales

1. Para un adulto, es absolutamente necesario ser amado y aprobado por cada persona significativa de su comunidad.
2. Debo ser infaliblemente competente y perfecto en cualquier actividad que emprenda.

3. Las personas que no actúan como “deberían” son viles, malvadas e infames y tendrían que ser castigadas por su maldad.
4. Es terrible y catastrófico que las cosas no funcionen como a uno le gustaría.
5. Es normal sentir miedo y ansiedad ante cosas desconocidas, inciertas o peligrosas.
6. Es más fácil evitar que afrontar ciertas dificultades y responsabilidades en la vida.
7. Si algo me parece peligroso o amenazante, debo preocuparme o perturbarme por ello.
8. Mi pasado es importante y sigue determinando mis sentimientos y conductas presentes.
9. debo depender de los demás y necesito a alguien más fuerte en quien confiar.
10. La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio, “disfrutando de mí mismo” y sin comprometerme.
11. La calificación global que me doy a mí mismo como humano depende de la perfección de mis acciones y de la aprobación de los demás.

#### 5.4 Habilidades sociales.

La adolescencia es también la etapa en la que van a quedar establecidas las habilidades sociales que determinarán nuestra forma de relacionarnos con los demás. Las habilidades sociales son, pues, aquellas conductas que nos van a permitir relacionarnos con los demás de un modo respetuoso y a través de las cuales expresamos los sentimientos y pensamientos.

Las habilidades sociales se aprenden, nadie nace sabiendo relacionarse con los demás; además las habilidades sociales son una característica de la conducta, no de la persona. De forma que no podemos juzgar a una persona por su forma de comportarse en una situación concreta.

De forma muy general podemos señalar tres tipos de conducta:

**Conducta pasiva.** Es propia de aquellas personas que no saben expresar sus pensamientos y sentimientos, o lo hacen sin confianza. Dichas personas suelen tener una visión negativa de sí mismos y manifiestan sentimientos de culpa e inferioridad. Este tipo de conducta se refleja en determinados gestos como evitar la mirada, el habla vacilante, la voz baja y la postura corporal tensa y nerviosa.

**Conducta agresiva.** Es propia de aquellos que quieren someter y dominar a los demás física, psíquica o emocional mente. Ello puede hacerlo de forma directa, mediante insultos y amenazas o de forma indirecta, mediante murmuraciones.

**Conducta asertiva.** Es propia de aquellas personas que se comunican de forma clara y directa, saben expresar las críticas de forma adecuada y a su tiempo. Sus gestos (la mirada o expresión facial) van acorde con su expresión verbal. Todo ello hace que estas personas sean respetadas por los demás.

Estos tres estilos de conducta generan diferentes consecuencias en la vida cotidiana. El estilo pasivo configura una imagen personal negativa, producto de la inseguridad en sus propias capacidades. El estilo agresivo comporta unas relaciones interpersonales tensas. La conducta asertiva es la única manera de hacer valer nuestros derechos y respetar los ajenos.

“El adolescente tiene que descubrir formas de ser – un estilo de vida, de trabajo, de lenguaje, de música, de peinado – que le satisfaga y que sean aceptables para los que le rodean. Tiene que llevar a cabo experimentos con estilos distintos, probándolos para ver cómo le sientan, y aventurarse un poco para descubrir dónde se encuentran los límites. Deberá “ir demasiado lejos” algunas veces para hacerse una idea del tipo de experimentos que pueden funcionar, por lo que es útil y necesaria una cantidad moderada de conflictos mientras el joven comprueba la flexibilidad de sus padres.” (Claxton, Guy. *Vivir y aprender*, Madrid, Alianza, 1999, p. 211).

## 6. Las relaciones interpersonales

### 6.1 La atracción interpersonal

Entendemos por tales aquellas que se establecen entre individuos concretos y en las que la atracción tiene un papel fundamental. ¿Depende la atracción de factores puramente culturales? Quienes así lo creen piensan que cada cultura determina lo que se considera atractivo o no. Otros, en cambio, consideran que no todo depende de la cultura y que hay algunos factores universales en la atracción.

Algunos de los factores que influyen en la atracción son los siguientes:

1. Proximidad. Aunque no siempre influye de forma positiva; si alguien nos cae mal, la proximidad aumenta el odio.
2. Apariencia física. Es importante en los primeros encuentros que establecemos con una persona y cuando el contacto es superficial. ¿Por qué el aspecto físico tiene tanta importancia? Porque hay mayor placer en contemplar lo bello que lo feo y, además tendemos a pensar que quien posee una buena cualidad también tendrá unas otras cualidades brillantes. Otra razón es que asociarnos con gente guapa mejora nuestra imagen pública y aumenta nuestro estatus social.
3. Semejanza. Todas las personas nos parecemos o diferenciamos de las demás en muchos aspectos: edad, procedencia geográfica, aficiones... Se ha demostrado que la atracción aumenta cuanto mayor es la semejanza interpersonal. Cuando alguien comparte tus ideas, gustos o costumbres se refuerza la propia autoestima; y cuando ocurre lo contrario se refuerzan los disgustos, las inseguridades y los sentimientos negativos. Aquí podría estar la razón por la que la semejanza resulte atractiva, aunque a las personas con baja autoestima no les atraigan aquellos que tienen características idénticas a las suyas.
4. Reciprocidad. La atracción que experimentamos por alguien depende si hay o no reciprocidad en la relación.

La inteligencia y la amabilidad son factores que también influyen en la atracción.

#### **Las mujeres que aman demasiado**

"¿Por qué a las mujeres nos atrae tanto convertir a alguien infeliz en nuestra media naranja y pareja perfecta? (...) La ética judeocristiana encarna el concepto de ayudar a quienes son menos afortunados que nosotros. Combinado con nuestra necesidad enfermiza de aceptación, tenemos todos los ingredientes para emprender una cruzada. La necesidad de este tipo de mujeres de controlar a otros se origina en una historia infantil donde existía todo menos el control. Una infancia en un entorno desestructurado, con emociones profundamente dolorosas: miedo, furia, culpa, vergüenza, compasión extrema. Los mecanismos de protección que desarrolla una niña en estas condiciones son dos: la negación de hechos dolorosos y una posterior sublimación de los acontecimientos a través de la necesidad imperiosa de adquirir control de la situación" (Robin Norwood). "Son personas inestables emocionalmente que suelen tener baja autoestima; aspiran a mucho sin poner nada"

**Texto *El sexo adolescente se salta la seducción* . El País – 19-01-2008**

**Autora: Tereixa Constenla**

Las referencias en televisión y pornografía borran el erotismo - El inicio llega a los 14 años sin tabúes, más lúdico, pero reproduce roles de género y mantiene el ansia de impresionar.

Ya no es tabú ni pecado. A los 14 años, como media, los adolescentes españoles se estrenan en las relaciones sexuales. A los adultos les sorprende esta precocidad porque la comparan con su propia experiencia, pero si se contrasta con la iniciación de jóvenes de países cercanos no hay lugar para el asombro. Ingleses, franceses o portugueses experimentan antes. La edad de inicio es quizás el cambio menor. La concepción de la sexualidad tampoco es la misma. Ya no está rodeada de lastre religioso ni de moralina oscurantista. Ahora es lúdica, algo corriente, parte del ocio, un intercambio entre amigos, algo que hay que hacer. Y se asimila, sobre todo, a partir de la publicidad, la televisión, el cine, internet y la pandilla, lo que ayuda a transmitir mitos erróneos y aviva algunos miedos. Unos nuevos. Otros, como el tamaño de marras, de toda la vida.

"La gente está como desesperada por hacerlo antes de los 18, como si fuera un fracaso no hacerlo antes. Incluso se tienen relaciones antes de los 14, se ve normal". El testimonio de Jesús V. J. es doblemente valioso. Tiene 17 años, estudia 2º de Bachillerato y aspira a ser ingeniero de Telecomunicaciones. Desde los 15 transmite información sexual a otros jóvenes tras formarse como mediador en un curso del Instituto Andaluz de la Juventud. "Lo que más piden es información sobre cómo ponerse el preservativo".

Jesús constata tendencias observadas por los expertos. Por ejemplo: el uso de la pornografía. "Está normalizado, ver películas porno es algo típico". Si no hay otro modelo que lo contrarreste, el resultado es la construcción de una sexualidad genitalizada y machista. Y la muerte de la sensualidad y el erotismo.

"No hay ceremonias de seducción, es el aquí te pillo, aquí te mato. El sexo es penetración", suelta tajante la pedagoga argentina Nora Rodríguez, autora del libro *¿Hablas de sexo con tus hijos?* (editorial Temas de Hoy, 2007). "La influencia de la pornografía es total. Se ve en las posturas contorsionadas, en lo que importa el tamaño del pene, en la degradación del cuerpo de la mujer y en que creen que el sexo es algo rápido e impecable, penetración y genitalidad", detalla.

Para escribir *¿Hablas de sexo con tus hijos?*, Rodríguez entrevistó a adolescentes y también compartió algunas horas de marcha juvenil. Le sorprendió la pervivencia de algunos fantasmas. "Ves a las chicas tan modernas, con sus piercing, sus minifaldas y te sorprende descubrir que siguen esperando al príncipe azul igual que hace 60 años, lo que quiere decir que si el chico que les gusta no quiere usar el preservativo no harán que se lo ponga para evitar que se vaya con otra".

No es una impresión aislada. En un estudio del Ministerio de Sanidad y Consumo sobre la utilización de métodos anticonceptivos en jóvenes, se alerta sobre las desigualdades de género: "En las chicas más que en los chicos, y en las clases medias altas más que en las clases medias y medias bajas, se aprecia un cambio de los citados estereotipos en una línea más igualitaria. Sin embargo, hay otros sectores sociales en los que siguen vigentes los estereotipos más tradicionales y en los que las chicas tienen menor capacidad de decidir libremente sobre cuándo y cómo mantener las relaciones sexuales".

Pero Nora Rodríguez también descubrió nuevos hábitos sexuales: el chill-out, el bluetooth o el sexo azul. El primero consiste en dejarse llevar: "Como soy joven, fuerte, guapo y vital puedo dejarme llevar y no usar el preservativo en la penetración, es el sexo como riesgo".

No es una moda seguida masivamente. Para tranquilizar a los padres véase la infografía de esta página: los jóvenes españoles usan anticonceptivos en mayor medida que los franceses, portugueses e ingleses. Los seguidores del chill-out serían el 10% de los chicos y el 4,3% de los chicas de 15 y 16 años que tuvieron alguna relación sexual, según el último estudio internacional sobre Hábitos de Vida y Salud en Adolescentes (HBSC) difundido, correspondiente a 2002.

La segunda práctica citada por Nora Rodríguez se mantiene con desconocidos a los que se ha contactado a través de la tecnología bluetooth. El sexo azul es, aclara la pedagoga, el que se obtiene después de tomar Viagra, a la que recurren algunos para neutralizar el efecto del exceso de alcohol y drogas. Porque no se puede fallar. "Hay mucho miedo a quedar mal y una necesidad de estar siempre excitado, feliz", sostiene Rodríguez.

Lo corroboró un estudio del Instituto de la Juventud (Injuve) entre chicos de 15 a 19 años. En la antesala de la primera vez, a los chicos les pesa "no dar la talla" y no saber ser "varón maduro". A las chicas las atenaza "el miedo al abandono", al "engaño", al "daño" y a no ser "suficientemente deseadas".

En esta investigación se hurgó en el peso de la pandilla. Concluyeron que la sexualidad adolescente "se ejercita en grupo" aunque con diferencias entre unas y otros. Ellas se sienten "presionadas" y "enjuiciadas". Ellos "celebran" sus relaciones. Hay una convicción que planea sobre casi todos: "Los chicos siempre quieren y las chicas siempre pueden".

De nuevo, Jesús ofrece su experiencia. "Los chicos hacen todo lo posible para que se sepa, con las chicas es distinto, con ellas hay bulos". Apostilla la segunda convicción con las diferencias de comportamiento ante el sexo oral, habitual en un sentido y raro en otro: "Se da más de chica a chico porque es él el que tiene más ganas de hacerlo".

Entre los jóvenes entrevistados para el estudio del Injuve, el sexo es "básicamente el ocasional". Es el que se obtiene en momentos de ocio, un "paréntesis" en las normas "sin límites" para el disfrute. "Caben alcohol, estimulantes, frivolidad, contactos y no caben el compromiso, la prudencia y el cálculo".

Las vivencias de Jesús no concuerdan plenamente con el resto del estudio: los jóvenes de su pueblo tienen sexo en pareja. Tal vez porque no hay una foto fija, un retrato uniforme y homogéneo de la sexualidad de los jóvenes de hoy. La sociedad española es un mapamundi de familias reconstituidas, tradicionales, unipersonales y homosexuales. Aunque corten temporalmente los lazos con los seres que superan las dos décadas de vida, los adolescentes no son ajenos a su entorno. A semejanza de los adultos, hay jóvenes homosexuales y jóvenes homófobos. Descubrir que la orientación sexual de uno no es la predominante en su entorno a una edad en la que se vive por y para el entorno puede desestabilizar a muchos adolescentes. "El proceso de aceptación es muy duro porque la presión del entorno determina muchísimo",

expone Francisco Jesús Pérez, presidente de Entiendes, una organización juvenil de la federación Colegas de lesbianas, gays y transexuales.

Su caso no fue traumático, pero sí "complicado". A los 15 años le comunicó a sus amigos, heterosexuales, que era gay. "Reaccionaron con algo de incredulidad, pero lo encajaron de forma natural, a ellos también les ha servido de mucho", revive. Con su familia aguardó hasta los 18. "Quería estar seguro. Al principio fue muy difícil porque confundían al gay con el que quiere cambiar de sexo, pero con el tiempo fueron cambiando".

Ahora trabaja para que otros jóvenes homosexuales salgan adelante. No es fácil. La homofobia arrasa en las aulas. El 44% de las estudiantes y el 24% de los alumnos consideran que la homosexualidad es una enfermedad, según un estudio elaborado por Colegas. Unos porcentajes similares consideran que heterosexuales y homosexuales son desiguales. Y aún más: alrededor del 80% está convencido de que si alguien en su clase se declara homosexual sería "discriminado".

Gays y lesbianas se pueden casar, pero las leyes no destierran prejuicios. "Mi hija tiene 16 años, tiene una amiga, dice que siente una atracción muy fuerte hacia ella. No sé si llevarla a un psicólogo o qué hacer. Llevo días llorando". La voz que suena corresponde a una madre preocupada porque a su hija le gusten las mujeres. Su receptor es Pedro Villegas, un médico y sexólogo que atiende el Teléfono de Información Sexual para Jóvenes de Andalucía desde hace 14 años. Casi nunca recibe consultas de lesbianas. "Pero sí lo hacen chicos con dudas sobre su orientación sexual, que fantasean con penes o han tenido sueños gays". A partir de los 14 años de historia del servicio, el más antiguo de carácter público en España -depende del Instituto Andaluz de la Juventud-, se podría analizar la evolución de la sexualidad juvenil.

Nadie llamaba para contar sus dudas sobre su orientación sexual hace 14 años. "Al principio las mujeres no preguntaban por la falta de orgasmo", recuerda. "Y los hombres preguntan ahora más por la anticoncepción", apuntala su compañera, la psicóloga Isabel Luna. "Hay nuevas mitologías como el placer de la penetración anal para las chicas", cita Villegas. "O el del espermia alien, que esté dónde esté siempre ataca. La pregunta tipo sería 'le hice a mi novio sexo oral, me dio un beso, luego él a mí, ¿puedo quedarme embarazada?', reproduce Luna.

Responden a cuestiones sobre píldoras poscoitales, preservativos rotos, eyaculaciones tempranas, el tamaño de marras o embarazos imposibles. A Villegas le asombra la sexualidad "pornográfica". A Luna, que los jóvenes están "hiperinformados, hiperliados e hiperasustados". A su confusión contribuyen que las nuevas fuentes de conocimiento son medios audiovisuales que no siempre divulgan. Apenas educan la escuela o la familia. Aunque no pueda culparse de ello a los padres por sistema. Los dos hijos de Pedro Villegas, de 14 y 16 años, se niegan a conversar de sexo con el profesional, su padre.

-Un día le pregunté a mi hijo si se masturbaba, y le dije que si no lo hacía que era bueno que lo hiciera.

-¿Y qué le dijo?

-Nada, farfulló algo y se fue. Se avergüenzan totalmente de mi trabajo. En mi casa se habla de todo menos de placer y de sexo.

## 6.2 ¿Qué es el amor?

El psicólogo Robert Sternberg, en su obra *La experiencia del amor*, expone una concepción triangular del amor que consta de tres componentes básicos: *intimidad, pasión y compromiso*.

La **intimidad** supone un sentimiento de proximidad, comunicación y vinculación en la relación. Desarrollar la intimidad significa compartir experiencias y dar apoyo emocional, promover el bienestar y reconocer el valor de la otra persona en nuestra vida.

La **pasión** es la fuerza de la atracción física y emocional. Suele ser algo inestable y produce una visión más optimista del mundo y una generosidad sin condiciones. La pasión provoca grandes deseos de estar con nuestra pareja y nos hace creer que nadie nos hará tan felices.

El **compromiso** significa esforzarse por cuidar y mantener el amor para que evolucione y no desaparezca por desinterés o aburrimiento. Implica la decisión de querer al otro y la voluntad de superar las dificultades que surjan.

El amor completo y perfecto está compuesto de los tres elementos anteriores. Sin embargo, ese amor, es un ideal, una meta difícil de alcanzar; y si se alcanza, difícil de mantener.

Cuando falta alguno de los componentes anteriores nos encontramos con algunos de los siguientes tipos de amor:

Amor romántico: Intimidad + pasión.

Amor compañero: Intimidad + compromiso.

Encaprichamiento: Sólo pasión.

Amor fatuo: Pasión + compromiso.

Amor vacío: Sólo compromiso.

Gustar: Sólo intimidad.

“... Entonces dijo con gran voz: Cuando el amor os haga señas, seguidlo, aunque sus caminos son duros y escarpados, y cuando os envuelva en sus alas, doblegaos a él, aunque la espada escondida entre sus plumas pueda heriros; y cuando os hable, creed en él, aunque su voz pueda despedazar vuestros sueños como el viento del norte convierte al jardín en hojarasca. El amor nada da sino a sí mismo, y nada toma sino de sí mismo. el amor no posee ni quiere ser poseído. Porque al amor le basta el amor. Despertad al alba con un corazón alado y dad gracias por otro día para amar.” (Gibran Khalil, *El profeta*, Barcelona, Andres Bello, 2001)

### 6.3 La pareja.

No resulta fácil mantener una relación de pareja porque el trato diario y el mutua conocimiento pone al descubierto las deficiencias que todos poseemos; además la rutina y monotonía de la convivencia rebajan la atracción y el encanto de los primeros meses de convivencia.

Es fundamental para que la pareja se mantenga la voluntad y compromiso de luchar por ello. Esto exige ir descubriendo nuevos alicientes en la relación, alicientes que son distintos según la edad y, sobre todo, el respeto mutuo y una comunicación sincera y franca con la pareja. ¿Significa esto que hay que contarle todo a tu pareja?. No hay respuesta definitiva y universal a esta pregunta, es algo que cada cual ha de decidir teniendo en cuenta las circunstancias.

“No culpes la vida cotidiana porque te parezca pobre, cúlpate a ti mismo por no ser suficientemente poeta como para darte cuenta de su riqueza” (Rainer María Rilke)

Lo que si parece importante para que una relación de pareja perdure es evitar algunos de los errores de comunicación como los que se muestran a continuación.

Errores de comunicación	
Errores que suelen cometer las mujeres	Errores que suelen cometer los hombres
Intentar mejorar la conducta del hombre o ayudarle ofreciendo un consejo que él no ha pedido. Intentar cambiar o controlar la conducta de él manifestando sus sentimientos negativos. La mujer no reconoce lo que él hace por ella, y se queja de lo que no hace. Ella corrige su conducta y se lo comunica como si fuera un niño. Manifiesta sus sentimientos de disgusto de manera indirecta: “¿Cómo has podido hacerme esto?” Si él toma decisiones, ella lo corrige o lo critica	El hombre no escucha y se distrae. No hace preguntas que muestren interés o preocupación. Se toma los sentimientos de ella al pie de la letra y la corrige. Cree que ella pide soluciones. El hombre escucha y, a continuación, se enfada y acusa a la mujer de disgustarlo o deprimirlo. Da poca importancia a los sentimientos y necesidades de ella. Cuando ella se enfada, él explica por qué no tiene razón y no debería enfadarse. Después de escuchar, él no habla, o se ausenta.

### 6.4 El arte de amar

En la sociedad actual no cabe hablar de un modelo ideal de pareja, ya que éstas son heterogéneas en sus formas, valores y expectativas. Cada pareja es fruto de una historia particular según la cual establece sus objetivos y normas de convivencia.

Señalamos a continuación algunas de las acciones que pueden mejorar la relación de pareja.

**Desarrollo de la intimidad.** La intimidad supone comunicar ideas y sentimientos personales e íntimos, saber escuchar, poder exigir, superar la desconfianza y valorar o

apreciar al otro. Todo ello sin ningún afán de dominio y sabiendo respetar las diferencias e intimidad de cada cual.

**Satisfacer necesidades.** Todas las personas tenemos múltiples necesidades. Emocionales (apoyo, seguridad, autoestima), sociales (compartir, estar con los amigos), recreativas (hacer cosas, aficiones). Muchas parejas comienzan la relación creyendo que la otra persona hará los papeles de padre/madre, socio/a, o incluso de terapeuta; que nos ayudará a satisfacer todas nuestras necesidades insatisfechas. Exigir que la otra persona satisfaga todas nuestras demandas es esperar lo imposible y tener garantizado el fracaso en la relación.

**Tomar conciencia.** Consiste en afrontar la responsabilidad de nuestras vidas y no descargar sobre el otro/a nuestros miedos y dificultades. Si culpo al otro/a de mis fracasos, de mis insatisfacciones o de mi impotencia, convierto a mi pareja en un chivo expiatorio.

**Crear un espacio de negociación.** Hay que saber manejar y convivir con las diferencias y los desacuerdos, para ello lo primero que hay que hacer es hablar civilizadamente de dichos desacuerdos sobre los sentimientos, necesidades o los proyectos individuales.

Muchas veces no son las diferencias o desacuerdos lo que hace daño, sino la forma en que los comunicamos. En deportes, tal vez, “la mejor defensa sea el ataque”, pero en las relaciones de pareja adoptar una actitud ofensiva o intimidatorio es un error. Otras actitudes negativas son la huida (“ya lo veremos”) y el fingimiento (“no, si no me pasa nada”), que a corto plazo producen cierta armonía, pero, a largo plazo, causan resentimiento por no haber afrontado los problemas a su debido tiempo.

**Formar una relación armónica.** Aunque no sea una tarea fácil, dos requisitos son imprescindibles para que sea posible. Primero, aceptar que el otro/a puede necesitar para crecer como persona algo distinto de lo que nosotros pensamos que es bueno para el o ella. Segundo, renunciar a la ilusión de la verdad, a saberlo todo, aceptando sus zonas de silencio y sus misterios.

“El amor significa estar en relación con el misterio y aceptar que es imposible resolverlo. El amor no significa –ni tiene como resultado- “aprehender”, “poseer”, “llegar a conocer”, ni mucho menos llegar a tener dominio sobre el objeto del amor ni someterlo a control. El amor significa consentimiento al misterio del otro” (Bauman, Zygmunt, *La sociedad individualizada*, Madrid, Cátedra, 2001, p. 193)

“... En una cultura de consumo como la nuestra, partidaria de los productos listos para el uso inmediato, las soluciones rápidas, la satisfacción instantánea, los resultados que no requieren esfuerzos prolongados, las recetas infalibles, los seguros contra todo riesgo y las garantías de devolución del dinero. Tendemos a considerar el amor como si se tratara de otra mercancía, buscamos en él la satisfacción inmediata a nuestros deseos y cuando ello no ocurre y llegan las dificultades queremos que nos devuelvan el dinero: no estamos dispuestos a un esfuerzo y sacrificio prolongado para mantenerlo.

Sin humildad y coraje no hay amor. Se requieren ambas cualidades, en cantidades enormes y constantemente renovadas, cada vez que uno entra en un territorio inexplorado y sin mapas, y cuando se produce el amor entre dos o más seres humanos, éstos se internan inevitablemente en un terreno desconocido” Bauman, Zygmunt, *Amor líquido*, Madrid, FCE, 2005, pp. 21-22. Texto adaptado).

**Texto 10: La mala prisa.**

**Autor: Antonio Gala.**

**I.P.** *La prisa con la que vivimos en la sociedad actual nos hace seres superficiales.*

**Partes:**

**A) Introducción.**

Comienza haciendo unas reflexiones generales acerca del tiempo, entre las cuales destacamos la idea de que el tiempo no existe por sí mismo, porque no es una dimensión sino un sentimiento. Nosotros lo hacemos largo o breve.

**B) A continuación analiza cómo nuestra cultura valora el tiempo.**

La prisa, el movimiento y la novedad son características de nuestra cultura; y por ello somos superficiales en la amistad, en el amor, en el conocimiento y en las metas que nos proponemos, ya que el profundizar en algo supone tiempo y reposo.

“Sólo hay metas muy próximas, casi inmediatas porque no calculamos a más largo plazo. Todo es un imperativo de la urgencia que no insiste en nada ni da lugar a profundizar en nada”.

“La amistad se ha convertido en una cuestión de barra, y el amor en un bufé sin sillas... Picar de todos los sitios sin detenerse en ninguno”.

“¿Cuánto dura hoy un libro en un escaparate o en las mesas de las librerías? ¿Cuánto una tendencia en la pintura o en la música, cuánto un disco?”

“ Se persigue, al galope también, la originalidad y la novedad, no el arte verdadero, que es un producto del sosiego”

**Giróvago**= vagabundo.

## **7. Hacia una nueva masculinidad.**

Pensar sobre la masculinidad supone hacer una revisión crítica de la visión androcéntrica que ha dominado el pasado y, en buena medida, también el presente. Según esta visión los varones han de ser “brutos, insensibles, fuertes, machos” y han de dominar a la mujer a la que se considera más débil e inferior. La visión androcéntrica esta en la base de la homofobia y la violencia de género.

Dos formas contrapuestas de interpretar la masculinidad son. La tendencia feminista y la conservadora o tradicional.

Para la **tendencia feminista**, la masculinidad es un invento social creado para mantener los privilegios de los hombres y la opresión de las mujeres, lo que origina consecuencias negativas para ambos géneros. De ahí la célebre frase de Simona de Beauvoire: “uno no nace

hombre, se hace". Y si la masculinidad se aprende y se construye, no cabe duda de que también puede cambiar.

Para la **tendencia conservadora y tradicional**, en cambio, los hombres son y han de seguir siendo los protectores de las mujeres.

Actualmente hay que repensar la masculinidad porque la concepción androcéntrica que hasta ahora se había considerado natural y evidente está en crisis. Durante siglos ha dominado el sistema patriarcal en el que los hombres dominan a las mujeres en todos los ámbitos de la vida social y privada. Esto incluía también la práctica sistemática de la violencia contra la mujer. Es necesario andar un nuevo camino para recuperar la justicia y mayor igualdad.

Los cambios socioculturales de las últimas décadas han logrado que las mujeres redefinan su rol en la sociedad y obligan a hacer lo propio al hombre. Ante la transformación femenina en curso, el hombre ha perdido seguridad en sí mismo, se siente indefenso y acobardado, con miedo y temor ante unos cambios del mundo, que tiene que comprender y asumir.

"Quizá estén más emparentados los sexos de lo que se piensa, y la gran renovación del mundo quizá consista en que el hombre y la mujer, liberados de todos los sentires erróneos y las desganadas, no se buscarán como opuestos, sino como hermanos y vecinos, y se reunirán como personas, para llevar simplemente en común, serios y pacientes, el pesado sexo que les está impuesto" (Rilke, Rainer M<sup>a</sup>, *Cartas a un joven poeta*, Madrid, Alianza, 2000)

**Texto: *El hombre nuevo tarda en llegar* . EL PAÍS - Sociedad - 09-07-2008**

**Autora: Carmén Morán**

Las mujeres se han sacudido su rol tradicional y ocupan el terreno antes masculino - Pero sus compañeros no han cambiado al mismo ritmo

Normalmente, cuando se habla de género, el imaginario colectivo dibuja una mujer. Pero el género masculino también existe, es decir, todas aquellas características que la sociedad tradicionalmente atribuye a los hombres por el hecho de nacer varones. Ese modelo de masculinidad con el que aún hoy crecen muchos niños -coches ultrarrápidos, la espada, la ausencia de lágrimas, el repudio forzoso de muñecas y cocinitas y otros detalles mil veces más sutiles pero igual de determinantes-, está obsoleto. Y está dificultando la consolidación de una sociedad más igualitaria que les reporte beneficios, pero sobre todo, que les aleje de su peor enemigo: ellos mismos.

Marina Subirats, catedrática de Sociología, ha buscado algunos "datos empíricos" para demostrar cómo el hombre se agrede a sí mismo por seguir ese modelo de masculinidad. "¿Por qué los hombres se mueren antes que las mujeres?" Eso ocurre en todas las edades y en todos los países, salvo en dos, Níger y Zimbabue, donde los embarazos, los partos y algunas enfermedades aún siegan la vida de las mujeres muy temprano.

En España, la mayor diferencia entre las muertes de hombres y mujeres se da a entre los 20 y los 25 años. Hay causas claras para ello: accidentes de tráfico y deportes de riesgo, drogas, suicidios y homicidios. "Por cada mujer se mueren entre tres y cuatro hombres a esa edad", dice Subirats. Y explica que es el modelo de masculinidad lo que les lleva a adoptar "esas actitudes de peligro, de desafío, de falta de temor, de riesgo", que no abundan en las mujeres, más prudentes y que no tienen necesidad, porque nadie se lo ha inculcado, de demostrar ningún ardor guerrero. Por eso, dice Subirats, "los hombres matan a las mujeres, pero se matan más entre ellos, y esa debe ser una razón poderosa para cambiar".

En el congreso internacional Mundo de Mujeres, que ha reunido en Madrid a más de 3.000 participantes alrededor del lema La igualdad no es una utopía, algunos expertos, como Subirats, han tenido ocasión de tratar la masculinidad como una barrera para la igualdad. Es un asunto que la ministra de Igualdad, Bibiana Aído, sacó al debate político las últimas semanas.

Subirats, una de las participantes en este congreso, opina que "las mujeres han analizado y hecho crítica del modelo tradicional que les tocó, ya salen a trabajar fuera, juegan al fútbol, repudian aquellas características impuestas, sumisión y obediencia, pero los hombres todavía no han hecho ese viaje, por eso el modelo de guerrero impasible se ha quedado obsoleto".

"La ciencia psicológica finalmente también se ha liberado de su tradicional explicación psicogenética y los estudios de identidad ya no tienen ese lastre", explica la catedrática de Psicología Rosario Ortega. "Antes las niñas construían su identidad en cuanto niñas y los niños como tales niños, ahora no, felizmente, al menos en la ciencia. El individuo debe construir su identidad como persona. Creo que en el futuro la gente podrá elegir de una forma libre qué es lo que hace y cómo lo hace, sin responder a roles ni a estereotipos, si los hombres quieren llorar, llorarán, por ejemplo. Ese es el camino que ya está marcando la ciencia. Creo que la sociedad lo recorrerá algo más tarde".

Ortega, que trata a menudo los conflictos entre chicos y chicas, observa, como ellas, que antes respondían a esos roles de obediencia y sumisión, y ahora a veces se defienden con las mismas armas que ellos. "Buscan su seguridad, esto es preocupante, y desde luego, lo hacen porque imitan modelos masculinos".

Esa es una de las razones por las que ese modelo de masculinidad ha de cambiar, según Subirats, para que puedan cambiar las mujeres. "Hasta ahora, sólo hemos imitado los modelos masculinos para llegar adónde queríamos, en la empresa, en la calle". Cree que el "género femenino, tal y como se le ha entendido, se está extinguiendo". ¿Hay para tanto? "Sí, en política, por ejemplo, muchas de las mujeres que acaban llegando lo logran porque son más duras que ellos, imitan su modelo. Podemos tener cargos, pero son puestos prestados, no para hacer lo que queremos, sino lo que

harían ellos si estuvieran ahí". De tal forma, dice, que "las mujeres han ido abandonando ese género femenino, incluso dejando de tener hijos, y ellos no acaban de entrar en el ámbito doméstico".

En este panorama, algunos países vienen a poner luz, los nórdicos, que han transitado muchos más años por el camino de la igualdad. En Noruega, por ejemplo, ya se aprecia el acercamiento de los hombres sin complejos y sin traumas a las tareas que en España hacen las mujeres mayoritariamente.

Sin embargo, como han subrayado algunos expertos en este congreso, las series televisivas, que tanto han favorecido la aceptación social de las parejas gays y lesbianas, por ejemplo, o incluso de la mujer incorporada al ámbito laboral en terrenos que le eran propios al hombre, no han modificado sustancialmente los estereotipos masculinos. "En el ámbito del ocio, la creatividad, los medios de comunicación, todavía se transmiten muchos estereotipos masculinos, incluso se refuerzan", opina la filósofa Alicia Miyares. "Creo que la educación ha de hacer mucho por cambiar esto, porque es ahí donde se trasladan todos esos roles. Sin embargo, los grandes avances en igualdad han venido por la visibilización pública y política de la mujer, pero el reto ahora es la relación entre ambos sexos y es ahí donde los hombres han de hacer su trabajo. Eso depende en gran medida de la pedagogía", añade Miyares.

El delegado para la Violencia de Género en el Ministerio de Igualdad, Miguel Lorente, está convencido de que los modelos tradicionales de masculinidad han de modificarse, pero alerta de la resistencia que se está mostrando entre los hombres, de forma muy sutil en ocasiones. "Hace ya muchas décadas que las mujeres hicieron una crítica analítica del papel que les había tocado jugar como mujeres y se rebelaron contra esa injusticia. Los hombres, sin embargo, han ido simplemente adaptándose a las exigencias que les llegaban. Empezaron minusvalorando el movimiento feminista sin darse cuenta de que era una reflexión crítica y analítica. Simplemente dijeron, 'dejadlas, si quieren trabajar que trabajen'. Pero no se dieron cuenta de que no eran caprichos aislados sino un trabajo histórico por romper injusticias de las mujeres", dice Lorente. "Y ahora existe lo que llamo posmachismo y que nace en los años setenta, cuando la mujer consigue su liberación sexual gracias a los anticonceptivos y también a las medidas de divorcio sin culpa en Estados Unidos. Ya no dependían de un hombre ni su función era simplemente la de procrear. Por otro lado, el feminismo llegó a las instituciones y las mujeres fueron ocupando puestos de responsabilidad. Ahí es donde los hombres se dieron cuenta de que la cosa iba en serio", prosigue Lorente.

El posmachismo del que habla, critica el feminismo y lo pone en la misma bandeja que el machismo. "Reivindican un pasado que les es más cómodo pero lo camuflan bajo una postura aparentemente neutral. Siempre aparecen en sus reflexiones alguna universidad rara que les da a ciertos informes una pátina seudocientífica. Hablan de cosas que, dicen, no distinguen sexos, pero al final siempre la culpable o la perversa, casualmente es la mujer. Se apuntan incluso a la mutilación masculina, para

poner en el mismo nivel la injusticia de unos y de otras, algo que no es así, para nada", asegura Lorente. "Y además, siempre hablan en nombre del bien común, siempre dicen: esto no es bueno para la mujer ni para el hombre, es para todos".

En realidad, según Lorente, salvo excepciones de hombres que sí han caminado hacia una revisión crítica de la masculinidad tradicional, "pocos aunque cada vez con más fuerza", la mayoría se ha adaptado a duras penas, y sus cambios han sido muy cosméticos. "Que hay que fregar los platos, yo los friego, que hay que cambiar pañales, yo los cambio, pero no han perdido su poder que es lo que le daba valor a la figura del hombre. Han cambiado para seguir igual", dice Lorente.

Y se les sigue educando para guerreros que no pueden manifestar temor ni sensibilidad. Pero, dice Marina Subirats, "esa masculinidad ya no tiene sitio en los tiempos de hoy".

### **Estructura**

**I.P:** Mientras las mujeres han modificado su rol tradicional, los hombres se resisten a hacerlo.

A) ¿En qué consiste el modelo tradicional masculino?

Ser duro, arriesgado y dominador (modelo del guerrero impasible)

No manifestar los sentimientos, ni llorar en público.

Mandar y dominar sobre la mujer.

No realizar tareas asignadas tradicionalmente a la mujer.

B) Consecuencias de dicho modelo

Los hombres mueren antes que las mujeres ( accidentes de tráfico, deportes de riesgo, drogas, homicidios y suicidios)

Es una barrera para la igualdad.

C) El posmachismo: una forma de reacción masculina.

Dice Lorente. "Y ahora existe lo que llamo posmachismo y que nace en los años setenta, cuando la mujer consigue su liberación sexual gracias a los anticonceptivos y también a las medidas de divorcio sin culpa en Estados Unidos. Ya no dependían de un hombre ni su función era simplemente la de procrear. Por otro lado, el feminismo llegó a las instituciones y las mujeres fueron ocupando puestos de responsabilidad. Ahí es donde los hombres se dieron cuenta de que la cosa iba en serio"

El posmachismo del que habla, critica el feminismo y lo pone en la misma bandeja que el machismo.

D) ¿Cómo pretende cambiar la mujer su modelo tradicional?

Hasta ahora parece ser que la única forma es imitando el modelo tradicional masculino: "Podemos tener cargos, pero no para hacer lo que queremos, sino para ejercerlos como lo harían los hombres"; de esta forma se pierde lo que de bueno y novedoso puede aportar la mujer.

E) Justificación de los modelos tradicionales masculino y femenino

No hay ninguna justificación científica (psicogenética) por la que los niños tengan que dedicarse a determinadas tareas y adoptar determinados comportamientos distintos a las niñas. Todo obedece a una cuestión cultural y educativa.

#### F) Conclusión

Algunos hombres han cambiado, pero la mayoría se ha adaptado a duras penas y sus cambios han sido muy superficiales: "Que hay que fregar los platos, yo los friego, que hay que cambiar pañales, yo los cambio, pero no han perdido su poder que es lo que le daba valor a la figura del hombre. Han cambiado para seguir igual", dice Lorente.

#### **Preguntas:**

1. ¿Cuándo sabemos que estamos realmente enamorados? ¿Podemos elegir a quien amamos, o nos limitamos a seguir impulsos incontrolables?.
2. El psicólogo Erich Fromm distingue entre el amor inmaduro: "Te amo porque te necesito" y el amor maduro: "Te necesito porque te amo". ¿Encuentras alguna diferencia?
3. Se dice que "el amor es ciego". ¿Qué se quiere decir? El amor perturba el conocimiento, o permite conocer aquello que sin él no descubriríamos?
4. Para estar bien con alguien hay que tener buena autoestima. Después vendrá la convivencia, tejida de tolerancia y de respeto del espacio del otro. ¿Está de acuerdo?.