

Apuntes de **FAMILIA**

NÚMERO 1 SEPTIEMBRE - NOVIEMBRE DE 2008 15

Nuestros

adolescentes
hablan

FAMILIA

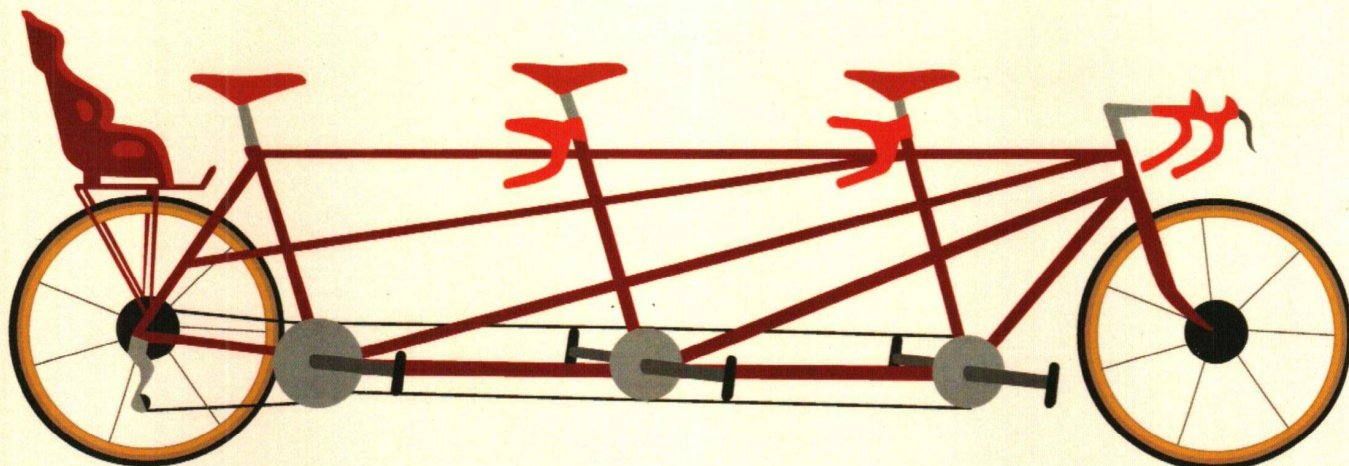
Sobre el aprendizaje
emocional

MATRIMONIO

Cuando el príncipe
encantado se torna
en villano

Una familia unida y en armonía

AVANZA



El Instituto de la Familia:

- Estudia e investiga la naturaleza y el funcionamiento de la familia.
- Educa en los conceptos de persona humana, matrimonio y familia.
- Presta servicios de asesoría personalizada.
- Realiza consultorías institucionales.
- Elabora programas corporativos.

Pregunte por nuestros programas:

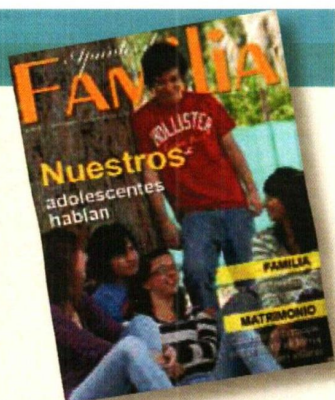
- Especialización en Desarrollo Personal y Familiar.
- Diplomado en Familia.
- Diplomado en Liderazgo Familiar Comunitario.
- Diplomado en Afectividad Humana.
- Seminarios, talleres y conferencias.
- Cursos de profundización sobre la dinámica familiar.
- Programas especiales para empresas.

Informes:

Universidad de La Sabana, Campus Universitario del Puente del Común, Km. 21,
Autopista Norte de Bogotá D.C., Chía, Cundinamarca, Colombia
Call center: 861 5555 / 6666 Ext. 1435 - 1427 - 1433. Fax: Ext. 1436
Email: Instituto.familia@unisabana.edu.co
www.unisabana.edu.co



Universidad
de La Sabana
INSTITUTO DE LA FAMILIA



NÚMERO 1
SEPTIEMBRE - NOVIEMBRE DE 2008
ISSN 1794-502X

DIRECCIÓN
Marcela Ariza de Serrano

CONSEJO EDITORIAL
Marcela Ariza de Serrano, Martha Helena
González Marulanda, Mariapaulina
Montoya Escobar

COLABORADORES
María Cecilia Paredes, Alfonso Aguiló,
Lucía Rojas de Perdomo, Tomás Melendo.

COORDINACIÓN EDITORIAL
Mariapaulina Montoya Escobar

EDICIÓN
Oficina de Publicaciones,
Universidad de La Sabana

DISEÑO
IDEKO Ltda. Tel.: 345 5711

DIRECTOR CREATIVO
Javier Castillo

DIAGRAMACIÓN
Gina Acosta

FOTOGRAFÍAS
Rafael Molina
Big Stock Photos
istockphoto
stockxpert

SERVICIOS PERIODÍSTICOS
Aceprensa

IMPRESIÓN
Intergráficas S.A.

SUSCRIPCIONES
Universidad de La Sabana,
Instituto de la Familia
Teléfono: 861 5555 Exts.: 1435-2417
Campus Universitario del Puente del
Común Km 21 Autopista Norte, Bogotá, D.C.
www.unisabana.edu.co

CORREO ELECTRÓNICO
apuntesdefamilia@unisabana.edu.co



10 Sobre el aprendizaje emocional



18 La voz de nuestros adolescentes

- 4** Editorial
- 5** Correo
- 6** Entre biche y *crescendo*
- 10** Sobre el aprendizaje emocional
- 14** Cuando el príncipe encantado se torna en villano
- 18** La voz de nuestros adolescentes
- 22** ¡Apostándole a una buena nutrición!
- 24** La adolescencia como no-problema
- 30** Cine
- 32** Libros
- 34** ¡Hola, niños!

¿Quiénes somos?



mables lectores: *Apuntes de Familia* circula por primera vez con El Espectador, brindando con ello formación e información acerca de la dinámica familiar. Esta publicación, trimestral y de carácter coleccionable, cuenta con contenidos variados y útiles, desarrollados por especialistas de manera profunda, ágil y amena, con una identidad definida por escritos atemporales e independientes al tratamiento de la actualidad noticiosa o de coyuntura nacional.

A través de este medio de comunicación queremos defender la institución familiar desde la formación de individuos felices y útiles a la comunidad; contribuir al desarrollo de seres humanos íntegros, personas de bien que puedan influir y transformar positivamente nuestra sociedad, y replicar y hacer efectiva la idea de la *Educación como el arte de las artes*.

Así que BIENVENIDOS. Los invitamos a coleccionar un valioso material de apoyo para el cumplimiento de estas nobles tareas.

¡FORJANDO SU PROPIA VIDA!

El tema que destacamos de modo especial en esta edición es uno de esos que, cuando se les plantea, convocan infinidad de pensamientos. La adolescencia es una etapa en la que hay crisis, errores, confrontaciones, pero también nuevas oportunidades y, por cierto, muy valiosas. Y es tal vez por ello por lo que los padres escuchamos a los jóvenes decir con tanta frecuencia (y con razón): "Deja -también- que me equivoque". No obstante, el adulto tiende a pasar sus experiencias por

el muy estrecho cedazo de *lo bueno* y *lo malo*, aunque sabemos perfectamente que todas, sin excepción, terminan por forjar su propia vida.

Es la adolescencia una etapa del desarrollo por la cual tiene que atravesarse en el camino hacia la adultez. Y a pesar de esta incontrovertible verdad los padres piensan en ella a menudo como en una especie de enfermedad que se cura con el tiempo. Y es probable que esta visión cerrada y pesimista sea la que impide a la mayoría de adultos adaptarse a las transformaciones que implica, de la misma forma en que los adolescentes tienen que hacerlo y, ¡no con unos pocos cambios! Porque no sólo representa un viaje sin retorno, sino también el final de esa parcela de la vida tan querida que es la infancia.

Los padres debemos esforzarnos por enfocar con objetividad las actuaciones y conductas de nuestros hijos y aprovechar las posibilidades que plantea la adolescencia. Afrontarla con serenidad y paciencia, cariño, optimismo, sin sobresaltos innecesarios, sin miedos... ¡unidos! Casi todos nosotros, a su edad, fuimos felices. Ayudémoslos para que también ellos lo sean.

Esperamos pues que compartan con nosotros la alegría de aprender a ser mejores familias a través del conocimiento, las sugerencias y las experiencias de nuestros colaboradores. ¶¶



Marcela Ariza de Serrano

Directora

marcela.ariza@unisabana.edu.co



Lectura para niños

Me gusta mucho el contenido de su revista y la he recomendado a mi grupo de amigas con hijos. Soy mamá de una niña de dos años y quisiera encontrar un artículo en el que una persona especializada en lectura o literatura infantil comparta su conocimiento con los lectores de *Apuntes de Familia* acerca de cómo introducir a los más pequeños en el mundo de las letras. ¿Cuáles son los títulos recomendados e infaltables para ellos, hay centros o talleres de literatura así como los hay de pintura o danza para lectores en edad escolar? Gracias.

OIGIA CASTILLO
MONTERÍA

En nuestra publicación de diciembre atenderemos su inquietud con el tema cómo contar un cuento y cómo leer un libro de imágenes acompañados de un ambiente familiar que facilite y permita el desarrollo del gusto por la lectura.

Todo un equipo

Como nuestros lectores notarán en esta sección, *Apuntes de Familia* tiene ya un camino recorrido como medio de comunicación abierto al público. Los comentarios que incluimos en esta edición son de aquellas personas que de alguna manera han seguido toda, o al menos parte de nuestra trayectoria. Los invitamos para que escriban al correo electrónico apuntesdefamilia@unisabana.edu.co de manera que formen parte de nuestro equipo. Esperamos sus sugerencias, aportes y comentarios.

MARCELA ARIZA DE SERRANO
DIRECTORA

Cuando riñen la teoría y la práctica

El tema de la Educación diferenciada, el cual vengo encontrando con mayor frecuencia desde que lo leí en su revista, me deja con muchas dudas con respecto a las ventajas de la coeducación que, estoy segura, también debe tenerlas. Frente a la importancia del desarrollo cerebral, crecimiento, educación, etc., el tema práctico puede sonar demasiado superficial, pero francamente no lo es, porque ¿no es humano (y lógico y necesario) hacer consideraciones de tipo: transportamos a nuestros hijos (dos niños y dos niñas) al colegio porque el costo de cuatro rutas es imposible, vivimos en un monstruo de ciudad con una infraestructura vial deplorable; el(los) colegio que nos gusta para ellos no está propiamente a la vuelta de la esquina, debemos llegar al trabajo después de dejarlos estudiando, tenemos un carro y están muy pequeños para transporte público, etc., etc., etc. Creo que es imposible ser ajenos a esas otras valoraciones de tipo práctico, que tienen un peso realmente importante en la vida de las personas y que contribuyen definitivamente a la armonía del hogar.

EUGENIA TRUJILLO
BOGOTÁ

Asignatura pendiente

Leí en el último número de su revista el artículo sobre el secuestro y me sorprendió el enfoque, alejado del normal sensacionalismo con el que este tema es manejado por la mayoría de los medios de comunicación. ¡Claro que se puede hacer un periodismo distinto, muy a pesar de nuestra complicada realidad!

MARIA EUGENIA GÓMEZ
MANIZALES

Ese es el objetivo de Apuntes de Familia, aún cuando hablemos de hechos tan dolorosos. Nuestro equipo periodístico quiere hacer parte de un grupo de gestores de cambio en nuestra realidad. La invito a que nos acompañe junto con su familia y allegados.

Entre biche y *crescendo*

Adolescencia, de la palabra latina *adolescere*, significa crecer hacia la madurez; ¿qué cambios significativos ocurren en ese transformarse en un adulto autónomo, independiente? ¿Es tan agobiante en todos los casos para padres e hijos atravesar esta fase del ciclo vital?

Por **MARÍA CECILIA PAREDES I.**

Pediatra especialista en adolescentes. Profesora Área de Pediatría, Facultad de Medicina, Universidad de La Sabana. maria.paredes@unisabana.edu.co



“ETAPA DE GRANDES DECISIONES, emociones fuertes, exaltación de los sentidos, velocidad, enamoramientos y desengaños, ideales y conflictos, vulnerabilidad... de búsqueda de modelos válidos para construir un proyecto de vida altruista y también de vilezas y egoísmos”, en la mayoría de los casos la adolescencia se inicia alrededor de los diez años y termina hacia los veintiuno, límites que varían dependiendo de factores individuales y culturales. Su comienzo tiene una marcada importancia porque “el tiempo que pasan los padres con hijos entre los diez y los catorce años es clave para el desarrollo de los jóvenes, pues es en esta etapa en la que necesitan más de los adultos para tomar decisiones o reflexionar”.

Y mientras este tiempo compartido se hace más escaso hoy día, aumenta la presencia de los medios masivos de comunicación en la vida

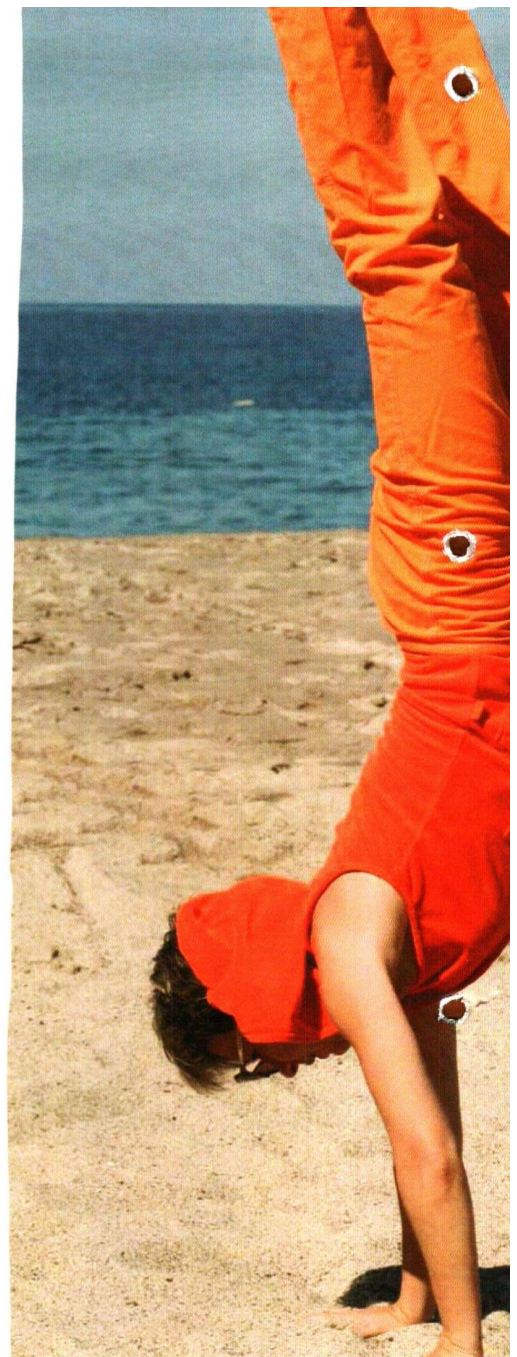
de los niños, limitando la reflexión crítica y estimulando comportamientos negativos. “El entorno familiar es más influyente de lo que se cree; los adolescentes que se sienten unidos a su familia tienen menos probabilidades de asumir conductas de riesgo”.

Al agrupar, *grosso modo*, ciertas características tanto del desarrollo biológico como de los cambios psicológicos y de funcionamiento social, este periodo de la vida se ha dividido así:

ADOLESCENCIA TEMPRANA, 10-13 AÑOS

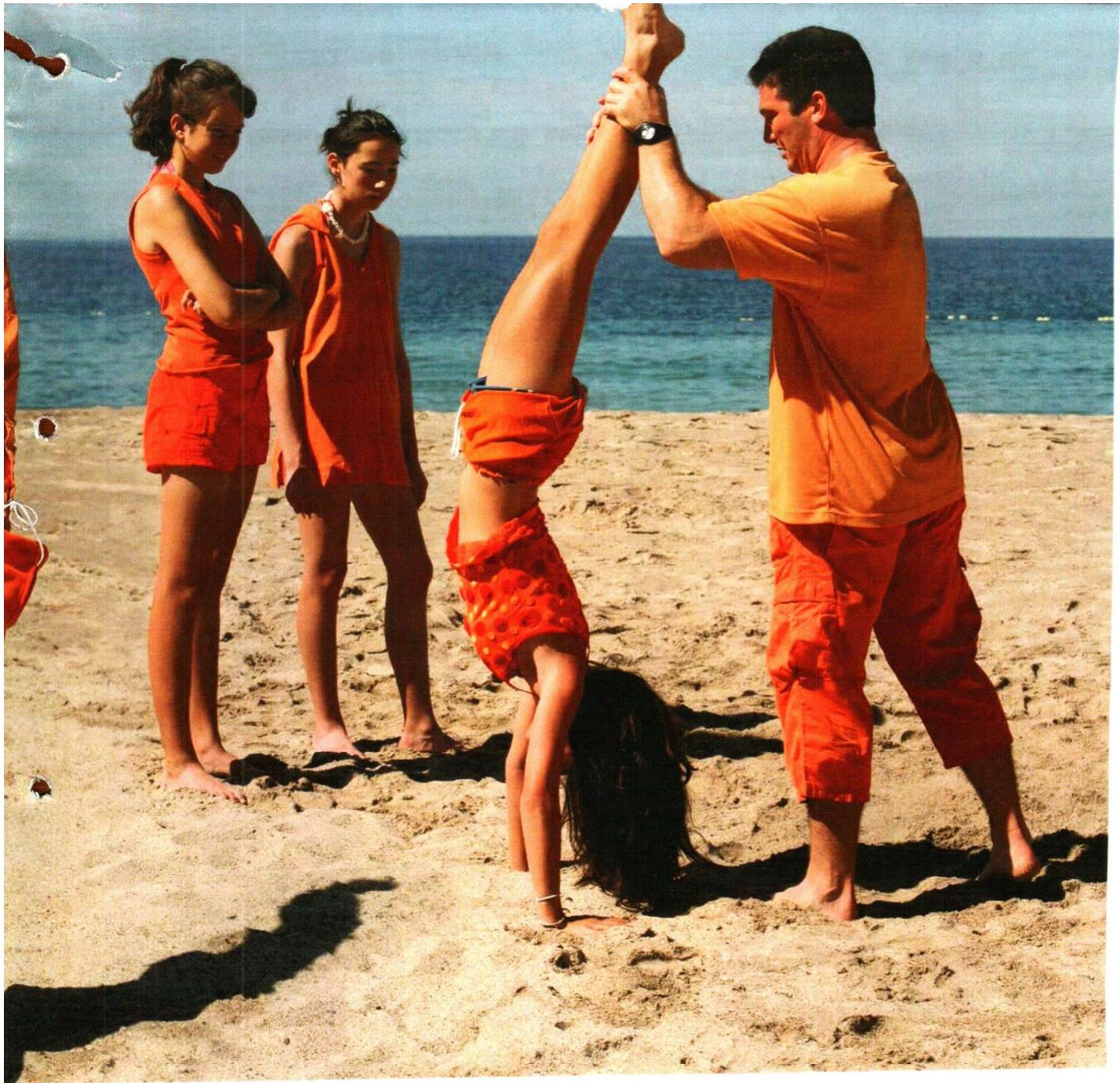
Ocurren cambios físicos importantes que hacen que la mayor preocupación del adolescente gire alrededor de su imagen corporal, con frecuentes comparaciones con los demás, incertidumbre sobre su apariencia y atractivo físico y con formulación frecuente de preguntas al respecto.

Se amplía el círculo de amigos y las actividades con éstos que, usualmente, son pocos miembros



del mismo sexo; pueden surgir amistades especiales, idealizadas y muy intensas.

Comienza la transición del pensamiento concreto del niño a la capacidad de razonamiento abstracto del adulto, lo que lleva a un aumento del interés hacia ellos mismos; es frecuente que tengan ensoñaciones que se manifiestan con “englobes”, por lo que les cuesta trabajo concentrarse; puede entonces disminuir transitoriamente su rendimiento escolar.



Familiarizarse con los cambios emocionales que usualmente ocurren en los jóvenes permite reconocer cuándo forman parte del desarrollo normal y cuándo constituyen una situación de riesgo.

En el inicio de la lucha por la independencia critican a los padres, a veces de una manera irrespetuosa; se vuelven renuentes a aceptar sus consejos y llamados de atención. Surge una mayor necesidad de privacidad; para muchos, la adolescencia comienza con "la cerrada de la puerta de la habitación".

Los cambios físicos y emocionales les resultan perturbadores y su desasosiego se manifiesta con cambios inesperados en su estado

de ánimo y conductas contradictorias e impredecibles con un alto grado de irritabilidad y sensibilidad, muchas veces llorando por cualquier motivo insignificante o sin razón.

ADOLESCENCIA MEDIA, 14-16 AÑOS

En esta etapa han ocurrido ya la mayoría de cambios físicos, y por lo general estos les ocasionan menor preocupación, pero invierten mucho tiempo tratando de hacer más atractivo su cuerpo, identificán-



El 80% de los adolescentes y sus familias tienen una experiencia de transición por estas etapas sin mayores problemas.

dose con la moda impuesta por su grupo de pares y por la sociedad.

El pensamiento abstracto continúa consolidándose y defienden sus planteamientos argumentando con mayores fundamentos y validez.

En el camino de lograr su propia independencia e identidad se presenta el pico máximo de rebeldía contra las figuras de autoridad, especialmente los padres, adquiriendo gran importancia el grupo de pares como fuente de soporte emocional y de identificación, y ejerciendo pre-

sión sobre sus comportamientos y decisiones.

Surge una sensación de omnipotencia e inmortalidad que sumada a la falta de control de impulsos los lleva a asumir conductas de alto riesgo sin medir sus consecuencias.

Adicionalmente, aparece de manera más marcada el interés por el sexo opuesto iniciando los primeros noviazgos motivados de manera predominante por el atractivo físico y la necesidad de experimentación, lo que puede conducir al comienzo de su actividad sexual.

ADOLESCENCIA TARDÍA, 17-21 AÑOS

Etapa en la que se consolida en definitiva el pensamiento abstracto del adulto, desarrollando una conciencia racional y realista.

Se adquiere una mayor habilidad para expresar ideas a través de palabras; el joven se puede proyectar mejor al futuro y es capaz de retardar gratificación, fijar límites, tomar decisiones y comprometerse.

Así mismo desarrolla unas metas vocacionales prácticas y realistas, acordes con sus posibilidades, en cuanto a educación y estilo de vida.



Como meta final se ha logrado una identidad en todos los aspectos de la vida y se ha establecido un sistema de valores propio, con mayor tolerancia y aceptación de la opinión de los demás. Los valores de su grupo de pares se vuelven menos importantes. Se elige pasar mayor tiempo con una sola persona, basando la selección de la pareja en cariño y entendimiento mutuo, más que en la exploración.

Se logra independencia, incluso económica en muchos casos, y el joven vuelve a apreciar los valores y

Las influencias de la dinámica familiar y del grupo de pares pueden afectar a los jóvenes a medida que atraviesan las distintas etapas de su desarrollo psicosocial.

consejos de sus padres, integrándose de nuevo en las actividades familiares.

Estudios recientes indican que el 80% de los adolescentes y sus familias tiene una experiencia de transición por estas etapas sin mayores problemas. No obstante, muchos describen este período como "tormentoso y generador de estrés". Si bien el resultado final puede ser el mismo: lograr un individuo sano, independiente y capaz de manejar las responsabilidades del adulto, ocurren variaciones individuales que convierten en asincrónico el proceso de la adolescencia.

SITUACIONES DE RIESGO

La interacción de múltiples factores culturales, nuevos modelos de familia, ruptura de lazos sociales solidarios, impacto de los medios de comunicación y el incremento de la necesidad de experimentación hacen que los jóvenes sean cada vez más vulnerables y estén expuestos a la aparición de conductas de riesgo como consumo de sustancias psicoactivas, actividades delictivas, homicidio, suicidio, alta accidentalidad, embarazo no planeado, trastornos de la conducta alimenticia, entre otros.

Familiarizarse con los cambios emocionales que pueden esperarse en los jóvenes permite reconocer cuándo forman parte del desarrollo normal y cuándo constituyen una situación de riesgo. Cabe anotar que las influencias de la dinámica familiar y del grupo de pares pueden afectar a los jóvenes a medida que atraviesan las distintas etapas de su desarrollo psicosocial.

Existen algunos indicadores

sugestivos de riesgo que se pueden detectar al evaluar aspectos como: salud, hábitos (cambios en alimentación, sueño, aseo personal), comportamiento (depresión, ansiedad) y relaciones con el entorno (agresividad, aislamiento). La prevención de estas situaciones se debe promover desde la infancia, fomentando unas pautas de crianza humanizada que incluyan:

- ❖ Fortalecer la comunicación en casa, escuchando y aconsejando a los hijos.
- ❖ Dedicar buen tiempo a la familia y apoyando las actividades de los menores.
- ❖ Establecer límites y reglas claras y consistentes.
- ❖ Fomentar la adquisición de habilidades para la vida que le ayuden a consolidar y fortalecer la autoestima, tomar decisiones en forma responsable y resolver conflictos de una manera creativa, constructiva y pacífica.
- ❖ Fomentar actividades grupales sanas (deportivas, culturales, etc.).
- ❖ Enseñar con el ejemplo valores y comportamientos apropiados.
- ❖ Enseñar tanto el uso adecuado como los riesgos de los medios de comunicación e información (Internet, televisión).

Artículo: Ana María García, María Consuelo De Arce y Susana Sierra. Álvaro Abadía Inés Calvez Ana María Adolescencia. La aventura de educar. 2ª edición. Instituto de la Familia. Universidad de La Sabana. 2000.
Estudio "Grandes transiciones: la preparación de los adolescentes para un nuevo siglo", elaborado por el Consejo Carnegie para el Desarrollo de la Adolescencia.
Harrison C. Roker D. Support for the parents of adolescents: a review. J Adolesc. 2000; 23: 763-783.
Neinstein L. Adolescent Health Care. 4a. edición. 2002.
Cargese H. Payne N. Cuestiones relativas al desarrollo psicológico del adolescente en el siglo XXI. Pediatrics in Review en español. 2004; 28(7): 264-269.

Sobre el aprendizaje emocional

POR ALFONSO AGUILÓ
Filósofo
alfonso.aguilo.pastrana@gmail.com

Es tanto lo que los muchachos deben ordenar en sus vidas mientras encaran la adolescencia y tanta la medicina sentimental que requieren, que la tarea del adulto acompañante no sólo precisa de dosis altas de paciencia, sino de vetar hasta el más mínimo espacio a la indiferencia.



RECORDAR LA PROPIA

juventud es siempre una experiencia interesante. Si recordamos aquellos años nuestros y vemos cómo fue pasando el tiempo y cómo fue fraguando nuestra vida personal y la de los amigos y compañeros que nos rodeaban, y vemos cómo nuestros destinos iban serpenteando por unas rutas que quizá ahora, años después, nos parecen sorprendentes, comprendemos enseguida que la adolescencia es una etapa decisiva en la historia de toda persona.

Los sentimientos fluyen en el adolescente con una fuerza y una variabilidad extraordinarias. La adolescencia es la edad de los grandes ánimos y de los grandes desánimos, de los grandes ideales y de los grandes escepticismos, de las grandes seguridades y las grandes inseguridades. Una etapa en la que emerge quizá una imagen propia inflexible y contradictoria, con frecuentes dudas y con largas y difíciles batallas interiores.

Muchos experimentan, por ejemplo, una amarga sensación de rebeldía por no poder controlar sus propios sentimientos. Se sienten tristes y desalentados, o incluso culpables y defraudados consigo mismos, quizá porque son demasiado perfeccionistas y quieren verlo y hacerlo todo con una claridad que la vida no puede ofrecer. Quieren entrar en su vida afectiva con mucho ímpetu, y pretenden salir luego de ella seguros e inamovibles, con todas sus ideas como en letra de molde, limpias y sin la menor tachadura. Y al chocar con la complejidad de sus propios sentimientos, se encuentran como inundados por una tristeza grande, y pueden sentir incluso ganas de llorar, y si les preguntas por qué están así, es fácil que respondan desolados: "No lo sé".

ESE "¡NO ME HALLO!"

A esa edad hay muchas cosas por ordenar dentro de uno mismo. Hay



quizá muchos proyectos y, con los proyectos, desilusiones e inseguridades. Y no hay siempre una lógica y un orden claros en la cabeza. Se mezclan muchos sentimientos que pugnan por salir a la superficie. Las preocupaciones de la jornada, el rumiar recuerdos pasados que resultan agradables o dolorosos y que quizá estén deformados en un ambiente interior enrarecido, todo confluye en la mente cada día como en una torrentera, mezclando las aspiraciones más profundas del espíritu con los impulsos más bajos del cuerpo.

Además, suelen llevarse en el secreto de la propia intimidad y tienen una importante carga sub-

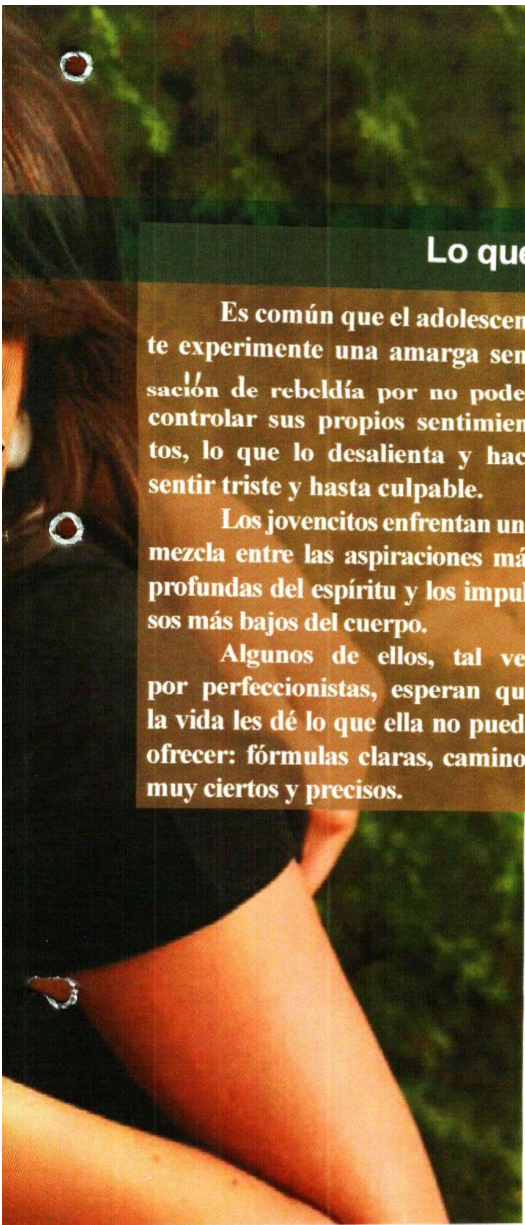
jetiva los sentimientos de inferioridad. Son evidencias interiores que muchas veces no resultan nada previsibles ni evidentes desde el exterior, pero que constituyen un intenso y profundo motivo de desasosiego y condicionan la personalidad y el comportamiento.

Y no es extraño que una persona que posea grandes cualidades esté bastante condicionada por un sentimiento de inferioridad relacionado con cualquier cuestión de poca importancia. Como tampoco lo es que ciertos aires de superioridad sean mecanismos de defensa que intentan compensar un sentimiento de inferioridad firmemente

arraigado. En todo caso, la mejor terapia es el conocimiento propio, que aporta realismo a las propias valoraciones y predispone a afrontar con esperanza la mejora personal.

EL HOGAR-CRISÁLIDA

Y en medio de esa amalgama de sentimientos, algunos de ellos opuestos entre sí, va cristalizando el estilo emocional del adolescente. Día a día irá consolidándose un modo propio de abordar los problemas afectivos, una manera de interpretarlos que tendrá un sello personal, y que con el tiempo constituirá una parte muy importante de su carácter.



Lo que el adulto no debe perder de vista

Es común que el adolescente experimente una amarga sensación de rebeldía por no poder controlar sus propios sentimientos, lo que lo desalienta y hace sentir triste y hasta culpable.

Los jovencitos enfrentan una mezcla entre las aspiraciones más profundas del espíritu y los impulsos más bajos del cuerpo.

Algunos de ellos, tal vez por perfeccionistas, esperan que la vida les dé lo que ella no puede ofrecer: fórmulas claras, caminos muy ciertos y precisos.

En general, ellos captan aún hasta lo más sutil del comportamiento de sus padres, y la forma en que estos los tratan dejará una huella profunda y definitiva en su vida emocional.

Estar al tanto de sus sentimientos propicia la mejor oportunidad para continuar al frente de su educación.

Los padres deben asumir un comportamiento más natural y cercano, carente de cualquier tono recriminatorio.

La madre y el padre representan su asidero mientras viajan

de la infancia a la vida adulta. Aunque ellos y sus amigos parezcan vaciados de un mismo molde: mismos trajes, mismas frases, mismo andar..., el aplomo y la confianza que necesitan para moverse con tranquilidad los siguen requiriendo y tomando de la vida familiar.

Cuidarlos sin pausa y sin prisa, esperando el momento en que saltarán del mutismo en el que suelen sumirse mientras aclaran sus sentimientos, a ese otro en que lo único que quieren y necesitan es que los padres les escuchen y valoren.

por ejemplo, que su hijo deje de estar triste o nervioso o enfadado, y rara vez intervienen de modo inteligente para dar una solución que vaya a la raíz de los problemas.

Hay, por fortuna, muchos otros que se toman más en serio sus sentimientos y procuran conocerlos bien, y aprovechan sus problemas emocionales para educarles. Se esfuerzan por crear un cauce de confianza que facilite la confidencia y el desahogo. Y saben hablar de modo natural, sin emplear un tono recriminatorio, en ese plano de igualdad que recuerdo que reclamaba un alumno mío de diecisiete años, resuelto y reflexivo, al comienzo de su primera sesión de tutoría de curso:

"Me gustaría que mis padres, y que usted mismo, supieran ponerse más a nuestro nivel. Me molesta que los adultos nos hablen siempre con tanta seguridad, que adopten siempre la posición de expertos en todo. Se lo digo a usted desde el principio, y no para ofender. Me gustaría que los adultos se bajaran un poco de su pedestal, que no se dirigieran a la gente joven siempre dando órdenes o consejos. Que nos escuchen, que admitan que también podemos tener ideas inteli-

gentes, que nos hablen con más franqueza. Aunque no lo parezca, nos fijamos bastante en ellos, más de lo que se creen. Y somos más inseguros de lo que parece. Aparentamos aplomo, pero muchas veces nos sentimos inferiores. No lo podemos reconocer así, sin más, sobre todo cuando los adultos se dirigen a nosotros con ese aire de superioridad que te pone inmediatamente a la defensiva. Me gustaría que se hicieran cargo de lo que realmente nos sucede".

Aquel chico tenía una sorprendente capacidad de observación y de análisis. No hacía falta decirle casi nada. Bastaba con escuchar. Me confirmaba, una vez más, que manifestar los propios sentimientos en una conversación confiada es una excelente medicina sentimental. Y me hacía pensar que, efectivamente, pueden ser importantes los consejos que se dan o las estrategias educativas que se siguen, pero antes que todo eso está lo que el educador es personalmente, lo que valora, su ejemplo, su receptividad. Y hay personas que en esto son auténticos maestros, mientras que otras, por el contrario, son un verdadero desastre. #

La vida familiar es la primera escuela de aprendizaje emocional. El modo en que los padres los tratan (ya sea con una disciplina estricta o con desorden, con exceso de control o con indiferencia, de modo cordial o brusco, confiado o desconfiado, etc.), tiene unas consecuencias profundas y duraderas en la vida emocional de los hijos, que captan con agudeza hasta lo más sutil.

Algunos padres ignoran habitualmente los sentimientos de sus vástagos por considerarlos de poca importancia, y con esa actitud desaprovechan excelentes oportunidades para educar. Otros se dan más cuenta, pero su interés suele reducirse a lograr,



Quando el **príncipe**
encantado
se torna en **villano**

Por **LUCÍA ROJAS DE PERDOMO**
Presidenta del Capítulo de
Antropología de Uniandinos
perdomoroxas@yahoo.com

MUCHOS JÓVENES creen hoy que bastan su ilusión y su amor para realizar un proyecto de vida "hasta que la muerte los separe", desconociendo variables de la vida en común y *del ser humano que deben tenerse en cuenta para alcanzar esa meta.* La célebre frase de Emma Bovary: "¿Por qué me casé?", al llegar al matrimonio llena de expectativas ficticias de heroínas literarias, tejió su desgracia. Es preciso, entonces, conocer que la ilusión inicial de la pareja consiste en una edulcorada trampa de la Naturaleza para la conservación de la especie, que tiene un límite de tiempo ya conocido por la ciencia, y que da paso a la racionalidad y a los modelos aprendidos.

Que existen matrimonios perfectos es teoría pura. Aspiración utópica que crea falsas ilusiones en los jóvenes. La perfección humana no existe, lo que hay que hacer es luchar por no ser tan imperfectos. El matrimonio se construye/destruye con base en los valores o antivalores que aporta cada uno de su respectivo hogar. Modelos-ejemplos del entorno familiar que influyen en el ser humano (Lévi-Strauss, 1957) porque éste lo único que trae al nacer son instintos que maduran con los años; el acervo educativo, atributo humano de los humanos, se aprenderá gradualmente en el hogar, en particular de la madre -principal transmisora de la cultura-, y en las diversas instituciones educativas.

Quienes van a contraer matrimonio deben hacer sin falta una reflexión sobre el modelo de hogar que han aprendido por medio de sus padres y el que el futuro esposo(a) aportará a la relación matrimonial.

Es bien sabido que "no basta con una buena semilla para germinar, es preciso una siembra en un lugar y clima apropiados... De modo semejante, para que madure un hombre, además del tiempo, se necesita un lugar apropiado y privilegiado, la familia, con un clima de amor y comprensión que permita el armónico desarrollo de la personalidad humana"¹. ¿Qué pasa, por lo tanto, cuando hay un encuentro entre dos modelos distintos de crianza que han forjado la identidad

más y sus menos, aprendiendo del error, etc., cuando encuentra en el matrimonio que la suavidad de su amada se transforma en una especie de libreto aprendido de su hogar y del que no desea salir porque, dados los resultados, le parece adecuado. ¿No cabe entonces echar mano a la audacia propia de la juventud para mirar, más allá del enamoramiento inicial, aquellos modelos de crianza con los que también se casarán y que son difíciles de cambiar?

El individuo puede, en forma gradual, desaprender los esquemas nocivos de comportamiento aprendidos en su familia para formar un hogar armónico y funcional.

personal y que distan en aspectos fundamentales generando profundos desencuentros en el día a día, después de terminada la etapa de las luces multicolores?

Imaginemos por ejemplo el estupor y la angustia de una joven proveniente de un hogar nuclear armonioso y estructurado cuando el príncipe encantador muta en el villano del matrimonio (Comte-Sponville, 1996) por haber crecido en un clima de conflicto, contrario a la tranquilidad del nuevo hogar que le parece aburrido... O el desconcierto de un muchacho educado en el convencimiento de que el conflicto es natural, que hay que capotear la vida con sus

DE LA RUTINA A LA EXCELENCIA

Cuando en la pareja se atenúa el instinto, aparece la etapa del compañerismo y la verdadera convivencia; en otras palabras llega la rutina, práctica repetida hogareña que debe conducir no al hastío sino a la excelencia. En ese momento el matrimonio enfrenta los mayores retos y aparecen con nitidez los modelos de cada quien, que contribuirán literalmente a manejar/estrellar la convivencia cotidiana en la consecución de la *areté* griega con virtudes como la cortesía, la prudencia, el respeto y la mesura mutuas, entre otras, en pos de la alta gratificación que aporta la conformación de una verdadera familia.



La perfección humana no existe, lo que hay que hacer es luchar por no ser tan imperfectos.

Traigo a colación una anécdota de mi abuelo materno al considerarla de una sabiduría práctica: "Si desean saber si la joven que pretenden es la indicada -solía decir a los miembros jóvenes de la familia- entren al baño en casa de la novia en su primera visita; un baño impecable dará muestras de buena educación y pulcritud...". Consejo de inicios del siglo XX que hace alusión a los modelos de crianza que aprenden los hijos en el hogar para, en la modernidad, "tomar el pulso" de la familia de la amada(o) en cuanto a valores,

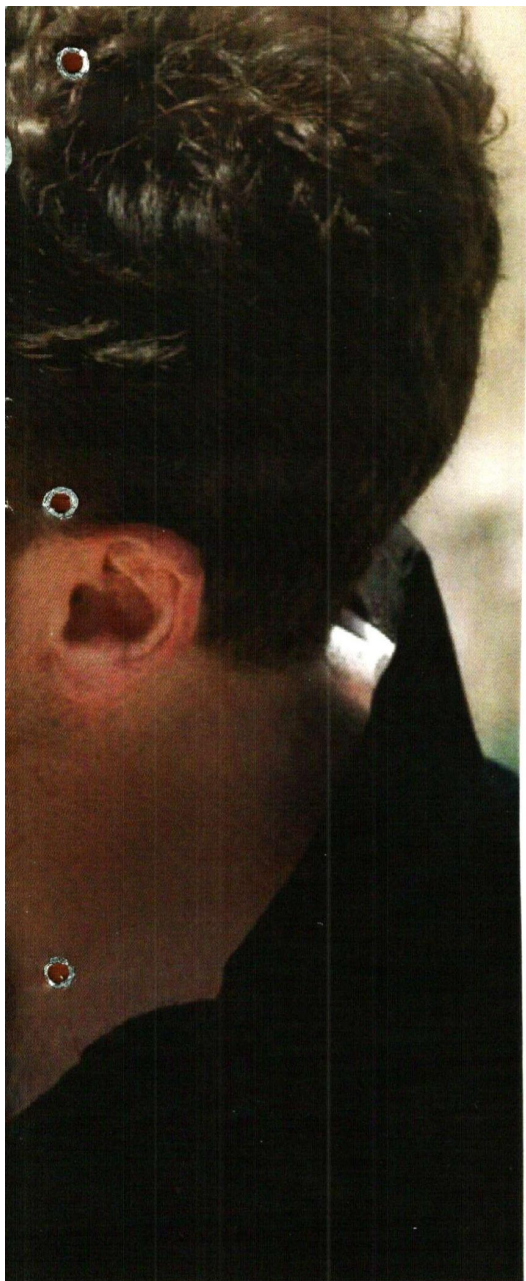
armonía y respeto. Toda pareja que se empeñe en cuidar su relación se aventurará a la concertación diaria con su pareja en lugar de imponer su voluntad unilateral o la de sus parientes apelando al letal "yo soy así" en aspectos de conducta que desde la Psicología se sabe que se pueden modificar si se toma conciencia de ellos.

MODELOS NO-MODELO

Los hijos de hogares disfuncionales donde falta uno de los padres por separación-divorcio tienen alta probabilidad de replicarlos por accio-

nes conscientes o inconscientes. Y un hogar altamente disfuncional donde además persiste un drama cotidiano insuperable (por inmadurez o poca educación de padre/madre) dejará una seria secuela en los hijos por el estado de conflicto psicológico medio-ambiental, y por aprender a dirimir las diferencias con parámetros emocionales agresivos (patología en contra de la virtud del coraje), violencia psicológica o física, en lugar de usar la inteligencia, el autocontrol y la reflexión.

Los hogares desestructurados igualmente desconfiguran patrones



en sustitutos del padre -hijos parentales (Chávez, 2008)- agobiándolos con una carga emocional y física que incide en su sano desarrollo mental y es negativo añadido para su futura vida de pareja. Tendrán poca libertad de formar su propio hogar porque la madre reclamará al hijo valiéndose de todas las estrategias posibles hasta hacer colapsar la unión en forma consciente o inconsciente.

Otros modelos poco edificantes que algunos jóvenes aprenden de sus hogares y que pueden más tarde arruinar su vida como esposos(as), tienen que ver con no haber aprendido a diferenciar lo correcto de lo incorrecto, al irrespetar los espacios privados de los miembros de la familia por una pulsión de los padres a desear "leer la mente" de hijos y pareja, husmeando sus pertenencias o llamándolos todo el tiempo para monitorearlos. Intromisión que por imitación repetirán en sus respectivos hogares, o

sociedad, sin poner reparos en faltar a la verdad. Hecho que acarrea profunda desorientación emocional al aprender a subvalorar al padre y al matrimonio como institución respetable. De este modelo los hijos varones reciben un mensaje que mina su capacidad autocrítica y que los llena de angustia: "Los papás son malos, los hombres son malos, yo soy hombre...". ¿Cómo podrían estos hijos conformar una vida matrimonial sana si han aprendido a descalificarla a través de una madre que en lugar de verdadero amor optó por la venganza e hizo la caridad a un lado ensañándose en las faltas del padre imperfecto y alimentándoles un sentimiento de odio?

¿Cuál es entonces la forma de sacudirse estos esquemas para ser libre de tales ataduras? Cambiando, dice la Psicología, aunque no es fácil (M. Gutiérrez, 2008). El cambio será el referente porque al mirar otros patrones sociales diferentes a aquellos nocivos en los

"Para que madure un hombre, además del tiempo, se necesita un lugar apropiado y privilegiado, la familia, con un clima de amor y comprensión que permita el armónico desarrollo de la personalidad humana".

del ser humano en aspectos cruciales. En el caso, por ejemplo, de la ausencia permanente del padre en la etapa de formación del niño(s), éste tomará el modelo de la madre, contrario al sentido de comportamiento masculino, hablando o gritando cuando está bravo, con voz aguda o divulgando su vida íntima, entre otras actitudes que pueden desencantar e ir minando la admiración del enamoramiento.

Otro ingrediente en esta anomalía es que, por lo general, las madres convierten a sus hijos varones

en su medio laboral, con los resultados apenas obvios. Los jóvenes los llaman hoy intensos/as, -característica contraria a la areté de la prudencia-. El suplicio de toparse con alguien así y, por contera, vivir con él, no lo imaginó siquiera Dante en su infierno.

Letal, por decir lo menos, es el modelo de un hogar en el que la madre, como estrategia defensiva por su hogar desecho, configura el nocivo patrón de "víctima-victimario" mediante la satanización del padre para justificarse con hijos y

que se creció, a la vez que evitando de forma consciente su reiteración, el individuo podrá, en forma gradual, desaprenderlos y formar un hogar armónico y funcional, tanto para la pareja como para los hijos. Como lo manifesté al comienzo y vale la pena como conclusión, incluso como máxima para la vida, la perfección humana no existe, lo que hay que hacer es esforzarnos por no ser tan imperfectos. ■■

Escrito por Jorge Matamoros y diviso, la opción del Siglo XXI.

La VOZ

de nuestros adolescentes

Para acompañar las voces de expertos en adolescencia, *Apuntes de Familia* conversó con muchachos entre los 14 y los 19 años. El amor, según lo dijo la mayoría, es obligada provisión en su viaje a la adultez.

Por MARIAPaulina Montoya Escobar
Coordinadora de Redacción

A MAR ES EL VERBO preciso cuando de hablar del hombre se trata, cualquiera sea la etapa del ciclo vital por la que atraviese. Sin afecto, el ser humano no construye una vida sana ni enfrenta coherentemente los cambios que se suceden en su interior mientras se desarrolla y crece. Desprenderse de un mundo conocido para entrar en uno nuevo, sin amor, equivale a llevar a cabo un duelo no sólo por la vía más complicada sino también por la menos recomendable. Y puesto que la entrada a la adolescencia implica ese despedirse de la infancia, elaborando una cierta clase de duelo por aquel niño que muta, la compañía amorosa y paciente del adulto es de un incommensurable valor.

En palabras de Mario, un joven bogotano de 15 años:

"Me encantaría que los adultos usaran mejores expresiones

cuando nos hablan, y también mejores tratos... Creo que deberían ser más amorosos y protegernos más porque todavía necesitamos protección; ¡claro, para cosas distintas a cómo deberíamos peinarlos!".

Cuando esa necesidad natural del hombre de llegar hasta sí mismo irrumpe, la mayoría de los adolescentes no tiene problema en reconocer que necesita la guía del adulto, su experiencia y su capacidad de comprensión, así como siente que tiene derecho a pedir muchos menos reparos sin sentido, crítica o reproches.

"Tanto poner el ojo en nuestros defectos, comparándonos: '¡Que vea cómo es fulanita...!', sin resaltar nuestras virtudes, que es lo que mejor podrían hacer para ayudarnos a crecer, a salir adelante, determina el tema de la juventud y la adultez como un conflicto entre dos partes de una manera demasiado simplista" (Nicolás D., 19 años).

Aquella tendencia tan generalizada a dar a la adolescencia un cariz de tétrica o escabrosa, distancia por lo general al adulto de lo que de sublime hay en un momento de la vida en el que la rebeldía y las interacciones fuertes frente al mundo de los mayores, podrían más bien

aprovecharse en fomentar el espíritu de seres humanos extraordinarios:

"Toneladas de cariño es lo que necesitan los jóvenes", considera el rector del Gimnasio Emilio de Brigard en Bogotá, Marco Fidel Murillo. Ningún otro suministro. "El chico emprende su propia búsqueda, lo cual es fantástico, y el adulto debe acompañarlo con mucho cariño, pero dejándolo ser, sin muchas preguntas y con gran respeto, permitiendo el total despliegue de sus alas; el joven debe poder volar prácticamente solo mientras crece. Ya llegará espontáneamente ese querer saber qué va a ser de su vida, porque esta pregunta no escapa a su proceso de desarrollo...".

"¡AY, SI MI PAPÁ ME ABRAZARA!"

Según la experiencia del padre Murillo, "si mi papá me abrazara" es una frase más común entre los adolescentes de lo que puede imaginar el mundo adulto muchas veces. Y ¿cuántas formas posibles de abrazar a la juventud existen, teniendo en cuenta que su desarrollo pleno depende de que alcance una libertad total o ese desplegar de alas al que alude el rector? Cuando entramos en





el terreno de la adolescencia, abrazar equivale a respetar y confiar y, al igual que en la infancia, a no perder de vista ni por un segundo aquel método de enseñanza infalible, próximo, diario y excelso: el ejemplo.

Hermann Hesse en su *Demian* se refiere a la adolescencia como dura y áspera, "pues trae consigo un sentimiento de responsabilidad, un infinito adiós a la infancia y un anuncio de soledad y de aislamiento". Pero ese aislamiento debe entenderse como introspección y conocimiento de sí mismo, no como un cerrar la entrada del adulto a su mundo. Si los ajustes que hace cada individuo en esta fase

acarrear una crisis, como es obvio, la misión del adulto es advertir cuándo ésta se sobredimensiona; y advertirlo es otra forma de abrazarlos.

"Es cuestión de abrir un poco más la mente y confiar en nosotros"; entendemos que el adulto vive en un mundo diferente al nuestro, y lo menos que podemos esperar de ellos es que no quieran que el nuestro sea un espejo del suyo". (María Camila, 15 años).

"Mis papás me entienden y hacen lo posible porque yo tenga lo mejor. Mi hogar es estable y frente a la inestabilidad que observo en algunos de mis amigos, siento que la vida mía

es diferente. Lo normal debería ser que la gente de mi edad encontrara en sus papás los modelos a seguir. Entre mis compañeros de estudio noto que hay demasiadas cosas que los papás no saben y que son serias, pero es que ellos viven como si estuvieran solos y no les interesa que el papá o la mamá sepan lo que hacen. No entiendo a qué hora se rompe la comunicación de esa forma, el contacto y parece que hasta el cariño, pero creo que si rompieran ese círculo descubrirían que los papás son el mejor apoyo que tienen. Yo empezaría por contarles lo simple, mi día a día primero, para llegar a contar esas otras cosas



asá o que las hormonas tienen la culpa de todo o que hay mundos mejores o peores descontando el ambiente en el que se desarrolla plenamente un individuo es un obstáculo en todo proceso de la persona. Mucho más cuando tiene tanto peso y es tan fuerte y definitiva la búsqueda de identidad.

“Los amigos lo entienden más a uno; dan ayuda y consejo sobre lo que se debe hacer... yo siento que hay más libertad de expresión con mis amigos”. Pero a pesar de esta afirmación, Gastón, de 16 años, reconoce la otra cara de la moneda: “Los papás siempre estarán ahí para apoyarlo a uno cuando uno está mal sentimental o físicamente”.

Y Nicolás D., el mayor de los muchachos con los que hablamos, dice con toda seguridad:

“Uno trata de entender a los adultos. Y lo hace porque sabe que vienen de un tiempo distinto. El adulto tiende más a poner barreras con ese decir: ‘Yo soy así, a mí me criaron así... ya nada puedo hacer’. En cambio un

querer al hijo. Tal vez haya momentos duros, pero un papá siempre va a ser muy importante. Tarde o temprano mi hermana va a buscar sus referentes en mis padres, porque va a valorar su experiencia...”

Como colofón, por supuesto, otra vez el amor. No podía ser de otra forma luego de oír de estos jóvenes, con tanto gusto, palabras y expresiones como abrazo, protección, entendimiento y consejos a sus hermanos. En realidad sorprenden sus reflexiones, en una era en la que el ser humano es tratado, tan desafortunada y extendidamente, como producto: “Como en una parodia grotesca del imperativo kantiano, los miembros de una sociedad de consumidores -(forma en la que con acierto llama Bauman a la sociedad actual)- están obligados a seguir los mismísimos patrones de comportamiento que los objetos de su consumo”¹; nada tan cercano a nuestra realidad y tan alejado del sentimiento y la racionalidad de los hombres. Porque no debemos perder de

“Entendemos que el adulto vive en un mundo diferente al nuestro, y lo menos que podemos esperar de ellos es que no quieran que el nuestro sea un espejo del suyo”.

que son tan graves y que no los dejan en paz... lo normal debería ser que el adulto, que tiene más experiencia, los entendiera, los perdonara si es que hay que hacerlo, y les ayudara a cambiar eso que los atormenta”. (Adriana, 16 años).

Y también está Daniel, con su otra visión del adulto (incoherente):

“Casi siempre dicen una cosa y hacen otra; nunca dan argumentos e imponen simplemente su parecer. Se pasa mucho tiempo bravo con ellos”.

Pero Daniel y Adriana y Pedro y Juan y Mengano son cada quien, según su circunstancia de vida particular. Creer que la adolescencia es así o

joven es mucho más abierto al cambio, a pensar las cosas. A mi hermana de 17 años le digo que trate de entender a mis padres, que hable con ellos, que les demuestre que puede cambiar lo que a ellos nos les gusta; de lo contrario entrará en un lío con efecto bola de nieve y ahí es cuando uno deja de hablarles o ellos dejan de hablarle a uno, no sé qué pasa primero. Claro, ahora lo veo así y soy capaz de aconsejarla, pero anteriormente yo no tenía una buena comunicación con ellos... he madurado y soy más dado a hablarles, a buscarlos, a pedirles consejo... Uno siempre va a querer a los padres y los padres siempre van a

vista que “una sociedad desorientada educa adolescentes desorientados y, luego, los malos resultados se quieren rotular como ‘crisis de la adolescencia’ o ‘edad difícil’, para soslayar la propia responsabilidad, desplazándola a factores impersonales, bio-psicosociales, propios de una supuesta ‘edad torpe’”². “Sólo el amor es capaz de dar un curso válido y constructivo a la energía que emerge de cada ser humano”³. ■■■

1. Bauman, Zygmunt. *Vida de consumo*. Fondo de Cultura Económica, 2007, página 89.

2. Araújo de Vinégas, Ana María, y otros. *Adolescencia. La aventura de educar*. Universidad de La Sabana, 2ª edición, 2000, páginas 72 y 73.

3. *Ibidem*, página 73.



¡Apostándole

a una buena nutrición!

Pensando en las loncheras para el colegio y en la preparación de alimentos apropiados para niños y jóvenes en sus actividades de fin de semana, sugerimos una deliciosa torta de zanahoria y tres clases de sánduches diferentes. Alimentos de un excelente valor nutritivo.



TORTA DE ZANAHORIA

Ingredientes

- ✓ 1 ½ cucharadas de mantequilla
- ✓ ½ taza de azúcar
- ✓ 3 huevos
- ✓ 1 taza de harina de trigo
- ✓ 1 cucharadita de polvo de hornear
- ✓ 1 cucharada de panela
- ✓ 1 pocillo pequeño de agua
- ✓ 1 cucharadita de nuez moscada
- ✓ 1 taza de nueces picadas
- ✓ 1 taza de zanahoria rallada
- ✓ 6 cucharadas de leche en polvo

- 🌀 Bata la mantequilla muy bien, mezclándola con el azúcar.
- 🌀 Incorpore los huevos alternando con la harina y los demás ingredientes apartando las nueces.
- 🌀 Continúe batiendo hasta que la mezcla esté homogénea y agregue las nueces.
- 🌀 Vierta en un molde con mantequilla y harina.
- 🌀 Precaliente el horno a 350°.
- 🌀 Lleve al horno la torta por 30 minutos (o hasta que el cuchillo salga limpio).



SÁNDUCHE DE ATÚN

Ingredientes para 4 porciones

- ✓ 1 lata grande de crema de leche
- ✓ 4 cucharadas de cebolla cabezona rallada
- ✓ 1 lata grande de atún (sin agua ni aceite)
- ✓ 1 cucharada de perejil picado
- ✓ 4 panes
- ✓ Sal y pimienta
- ✓ Gotas de limón

- 🍴 Mezcle todos los ingredientes.
- 🍴 Esparza la mezcla sobre el pan y forme el sánduche.

SÁNDUCHE DE HUEVO

Ingredientes para 3 porciones

- ✓ 6 rebanadas de pan de molde, divididas en dos
- ✓ 3 huevos cocidos duros
- ✓ 1 cucharada de mayonesa
- ✓ ¼ de lata pequeña de crema de leche
- ✓ ½ cucharadita de mostaza
- ✓ ½ taza de encurtidos finamente picados
- ✓ Sal y pimienta al gusto

- 🍴 Ponga los huevos en una cazuela y trítúrelos.
- 🍴 Añada la mayonesa, la crema de leche, la mostaza, los encurtidos y la sal. Mezcle bien.
- 🍴 Esparza la mezcla sobre el pan y forme el sánduche.



SÁNDUCHE DE ROAST BEEF

Ingredientes para 2 porciones

- ✓ 2 panes pita
- ✓ 2 tomates rojos sin cáscara y partidos en rodajas
- ✓ 2 hojas de lechuga
- ✓ 4 tajadas de roast beef
- ✓ 4 lonchitas de queso americano
- ✓ 1 cucharada de crema de leche

- 🍴 Ponga a fuego medio en un recipiente la crema de leche y las lonchitas, revolviendo hasta formar una salsa.
- 🍴 Agregue esta salsa a los panes pita.
- 🍴 Agregue el roast beef, el tomate y la lechuga.

A sabiendas de que escandalizaré a más de uno, en estas líneas querría sugerir que la *adolescencia como problema-que-debe-ser-resuelto* es, en buena medida, un mito o, más correctamente, una creación de los adultos.

La adolescencia como no-problema



POR TOMÁS MELENDO GRANADOS
Filósofo
Director del Máster en
Familia de la Universidad de Málaga
tmelendo@eresmas.net

PARA QUE NADIE SE LLAME a engaño resalto, sin embargo, que lo que considero casi inventado es tan sólo el carácter de problema que atribuimos a esta etapa de la vida; problema que transformamos en tragedia en la proporción exacta en que pretendemos solucionarlo. No pongo en duda, lógicamente, el hecho de la adolescencia en cuanto tal, que es algo obvio. Y me explico:

Para evitarnos sufrimientos inútiles hemos de aprender a verla como una fase imprescindible en el desarrollo global de toda una vida y en el horizonte de ese despliegue. Como me repetía -con expresión típica de Málaga- quien me enseñó hace años a conducir, "mirando al lejos", único modo de no obsesionarnos con esa etapa de transición, de relativizarla y darle su verdadero valor y alcance.

Ciertamente, así enfocada, la adolescencia no haría perder el sueño a ningún adulto. Y, de hecho, de ordinario no nos inquietan las transformaciones morfológicas -cosas que pasan y que se pasan- que experimentan nuestros hijos; más aún, aprendemos a observarlas con agrado y una pizca de nostalgia, anticipando el desarrollo futuro.

Nos preocupan, por el contrario, las dimensiones psíquico-espirituales, no bien definidas aún y en aparente peligro, y ciertas connotaciones que la adolescencia suele presentar hoy día, como por ejemplo, el hecho bastante frecuente de que no llegue a sazonar la esfera psíquico-espiritual: que sea justo esta inmadurez lo que no se pase, sino que se extienda más tiempo del previsto e incluso tienda a instalarse de por vida -no en vano se ha acuñado la expresión perpetuo adolescente-, con el cúmulo de consecuencias desagradables que esta falta de progreso lleva aparejadas.

Y ¿POR QUÉ SUCEDE ESTO?

En el presente existen y faltan elementos que en épocas no muy lejanas estaban más compensados:

1. Existe, por utilizar una expresión que puede resumir la mayoría de las disfunciones de esta etapa, una desproporción entre las grandísimas posibilidades de acción de nuestros hijos y el dominio y la responsabilidad que muestran respecto a sus propias actuaciones; cuestión que cabe concretar en un ejemplo de particular incidencia en nuestros adolescentes y que calificaré -tomando este término en un sentido muy, muy amplio- como un consumismo atroz.

Un hiperconsumo -dirían ellos- que en parte propiciamos los propios padres, como contrapeso a nuestra mala conciencia por no atender a lo que nuestros hijos nos demandan, a veces sin siquiera ser conscientes:

nuestro tiempo, nuestra intimidad... y nuestra exigencia. Y que consideramos mucho más peligroso que el practicado por nosotros mismos como consecuencia de la falta de consonancia entre la capacidad de acción y la responsabilidad del adolescente a que aludí antes.

En general, los adolescentes de clase media o media-alta... o media-baja gozan de instrumentos materiales (dinero, medios de locomoción propios o de amigos, acceso a lugares de diversión, a fincas, hoteles y similares), y de una libertad de movimientos de los que los padres no carecemos, pero tampoco podemos emplear con la ligereza y desenvoltura con que ellos lo hacen: en esto, que algunos llamarían ingenuamente libertad, nos superan por goleada.

Como consecuencia, los adolescentes componen un poderosísimo colectivo, presa fácil de la publicidad y del afán de ganancias de quienes negocian con los impulsos ajenos. El

sona y provocamos en ellos a cambio de que nos dejen en paz.

2. Y *faltan o no existen* en nuestra sociedad realidades básicas e insustituibles para el crecimiento de una persona:

✓ Faltan personas o personajes que encarnen modelos de vida como los que los padres querríamos para nuestros hijos, pero que nosotros mismos estamos lejos de hacer propios, porque nuestros principales intereses se mueven en otras direcciones.

✓ Faltan enseñanzas ambientales (la mal llamada cultura popular) e institucionales (centros educativos de los distintos niveles) capaces de poner freno a lo que los adultos afirmamos como correcto, aunque no siempre lo vivamos.

✓ Faltan leyes y actividades políticas acordes con el perfeccionamiento de la persona.

Y falta un dilatado etcétera, virtualmente más peligroso para quien, como el adolescente, ha

La atención prioritaria al otro, con olvido de uno mismo, constituye la clave de la educación... y de toda la vida humana. La prioridad del tú sobre el yo es la regla de oro de la educación.

adolescente actual posee todos los atributos del mejor consumista: dinero del que no da cuenta a nadie y ganado sin otro esfuerzo que el de pedirlo-exigirlo, a veces con sólo poner mala cara; compulsividad a la hora de comprar, usar y tirar; comparaciones con otros, de las que derivan caprichos descontrolados; e incapacidad de esfuerzo y, sobre todo, de espera.

Y añadido que, a la mayoría de los padres, no nos asusta el consumismo de nuestros hijos, que nosotros mismos -con una mal disimulada hipocresía o, al menos, con una flagrante falta de coherencia- vivimos en primera per-

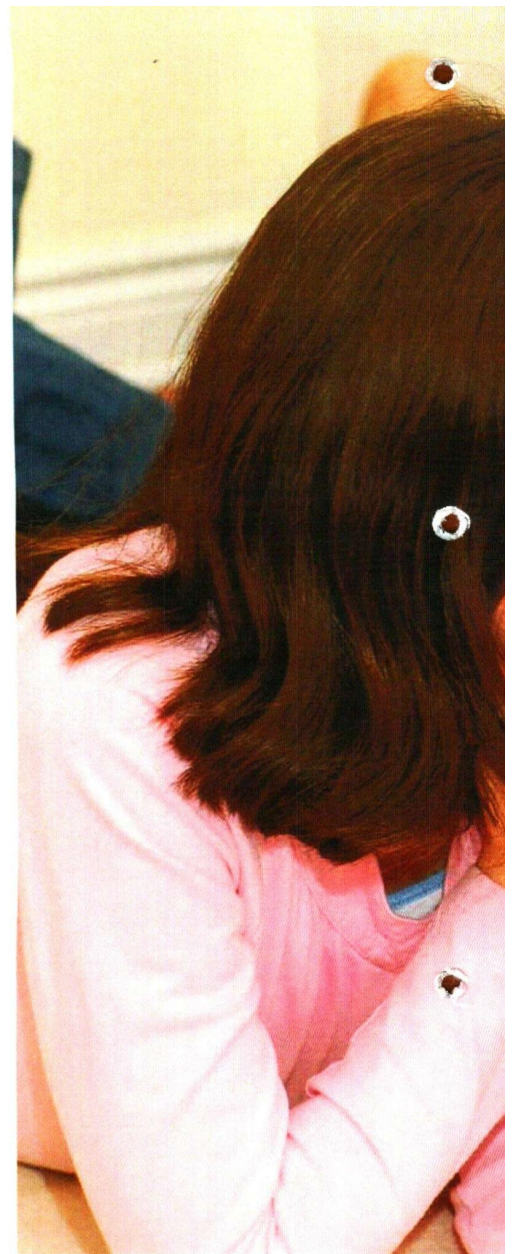
abandonado todos los valores que hasta ese momento lo protegían y que ahora advierte como impuestos y, por lo tanto, rechazables... con el fin, no siempre consciente, de recuperarlos (esos u otros, pero ahora como propios).

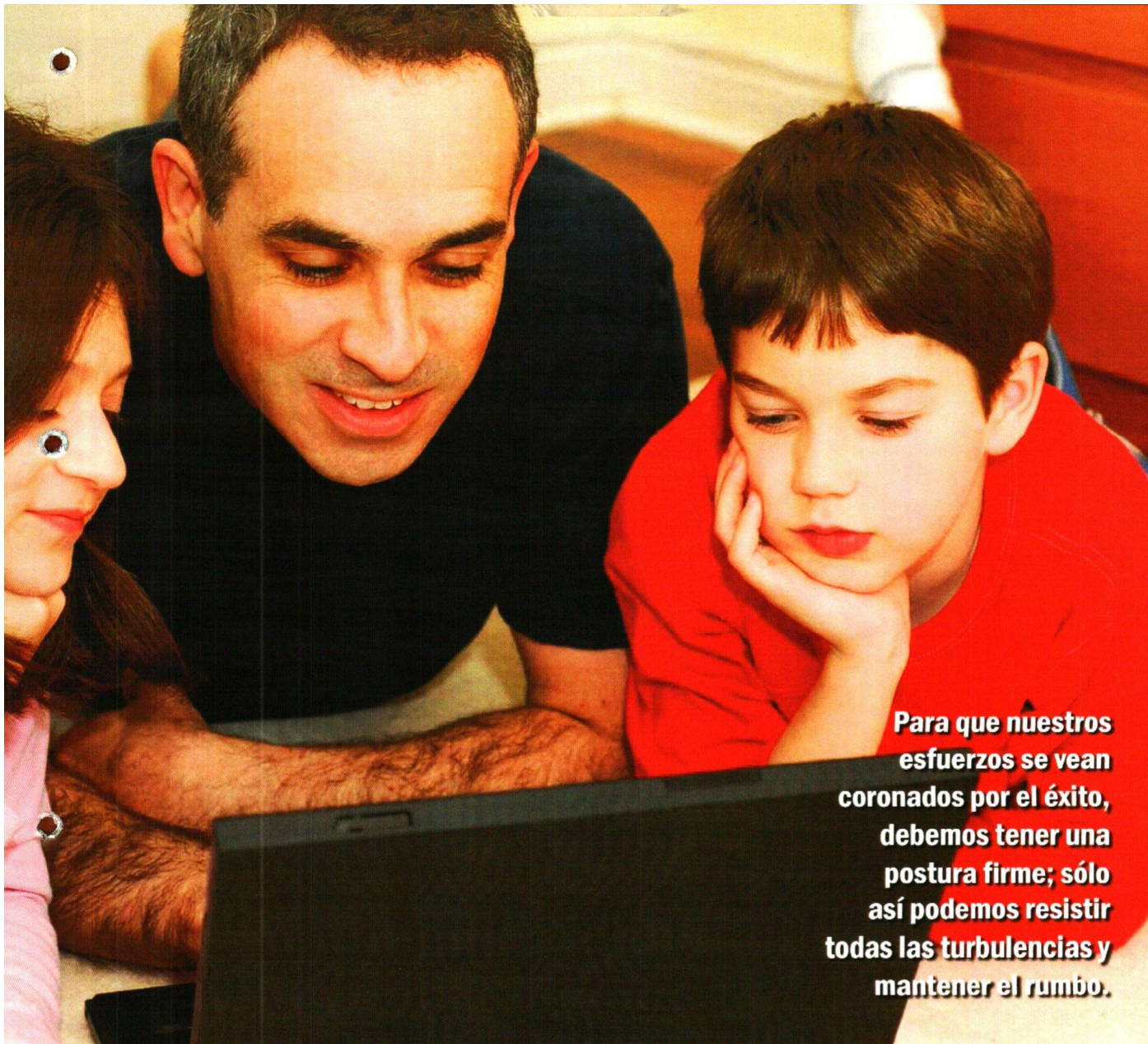
El "suma y sigue" de estos excesos y carencias es que casi toda la educación de los adolescentes deberíamos llevarla a cabo en la familia, en un momento de la civilización en que la presencia de los padres en la propia casa no es excesivamente amplia ni de gran calidad educativa. Pues, bastante a

menudo, los padres -y, en particular, los varones- pasamos el tiempo en el hogar descansando de un trabajo que nuestros hijos no presencian y cuyo valor no pueden, por tanto, apreciar. O, lo que viene a traducirse en: viendo la televisión, navegando por Internet, haciendo cuentas del dinero ganado o que estamos por ganar, organizando los viajes y demás planes de recreo para el matrimonio o la familia o los amigos.

¿Y ENTONCES QUÉ?

Lo que sugiero es armarse de paciencia, de esperanza y





Para que nuestros esfuerzos se vean coronados por el éxito, debemos tener una postura firme; sólo así podemos resistir todas las turbulencias y mantener el rumbo.

de buen humor del bueno, lo que consiste en no tomarse en serio ni a uno mismo ni a los puñeteritos adolescentes por más que sean nuestros hijos o precisamente por serlo. Lo cual no se presenta ni es demasiado fácil porque:

✓ No lo es la paciencia, en una época cuya mayor y tal vez la única novedad verdadera es justo la velocidad.

✓ No lo es la esperanza, en momentos en que -en buena parte porque dejamos que dirijan nuestra mirada sobre todo a lo que no marcha en el mundo- parece que la civi-

lización está al borde del fracaso... igual que los civilizados en ella.

✓ Y menos todavía lo es el buen humor -la relativización de lo relativo, comenzando por mí mismo y acabando por todo lo mío... porque el resto parece que ni siquiera existe-, en una etapa de la historia en que se nos enseña desde muy pequeños a considerar nuestro ego como el ombligo del mundo.

Por eso, y dando por su puesta una confianza inconvencible en cada uno de nuestros hijos, de los tres consejos apuntados

acentuaría sobre todo el del buen humor, estableciendo como norma prácticamente absoluta -que también debe afrontarse con buen humor, es decir, relativizándola- que quien no sea capaz de tomarse a sí mismo en broma muy difícilmente dará su justo valor a cuanto con él se relaciona y, de manera muy particular, a lo que le sucede a sus hijos.

De lo que concluyo, para abordar el problema de la adolescencia, aquí y ahora, dos preguntas clave, bastante comprometidas, que han de dirigirse a los padres y que

de nuevo me hago ante todo a mí mismo:

* Cuando nos planteamos educar a nuestros hijos y, más en concreto, a nuestros hijos adolescentes, ¿realmente perseguimos que ellos acaben siendo como deben o simplemente que no nos den problemas?

Aconsejo pensarlo con calma y con hondura, porque sólo en función de nuestra respuesta, serena y clara, podremos introducir en nuestras vidas un cambio eficaz, también para nuestros hijos.

* Y la otra gran pregunta, dirigida sobre todo a aquellos cuyos hijos aún no han llegado a la edad fatídica es: ¿Cómo son tus hijos durante los diez o doce años, o nueve si lo prefieres, o al menos cinco o seis que preceden hoy a la adolescencia? O, para centrar mejor la cuestión y hacerla más operativa: ¿qué has hecho y qué haces realmente por tus hijos en los años previos?

Porque el sentido común señala y la experiencia muestra que, salvando la libertad -fuente siem-

comenzar a ser realmente libres y responsables y, por tanto, capaces de crecer y de merecer.

Sólo abandonando y rechazando todos los valores que hasta el momento se han vivido desde otros, y que en la adolescencia se descubren como ajenos, puede una persona hacerlos realmente propios.

Y si nuestros hijos no son capaces -cuanto antes, mejor, aunque nos duela el desgarrar- de vivir su vida, con independencia de nuestros dictados, aunque no de nuestros consejos, somos un fracaso como educadores y como padres.

ADELANTE Y ATRÁS

Los interrogantes sobre la adolescencia se bifurcan, por tanto, hacia adelante y hacia atrás.

✓ Lo que importa y sobre lo que tenemos un cierto imperio es lo que transmitimos a nuestros hijos en esos años todavía tiernos en que son tan deliciosos que hacen libremente lo que nosotros les indicamos.

✓ Y lo que importa más todavía y sobre lo que sólo tenemos

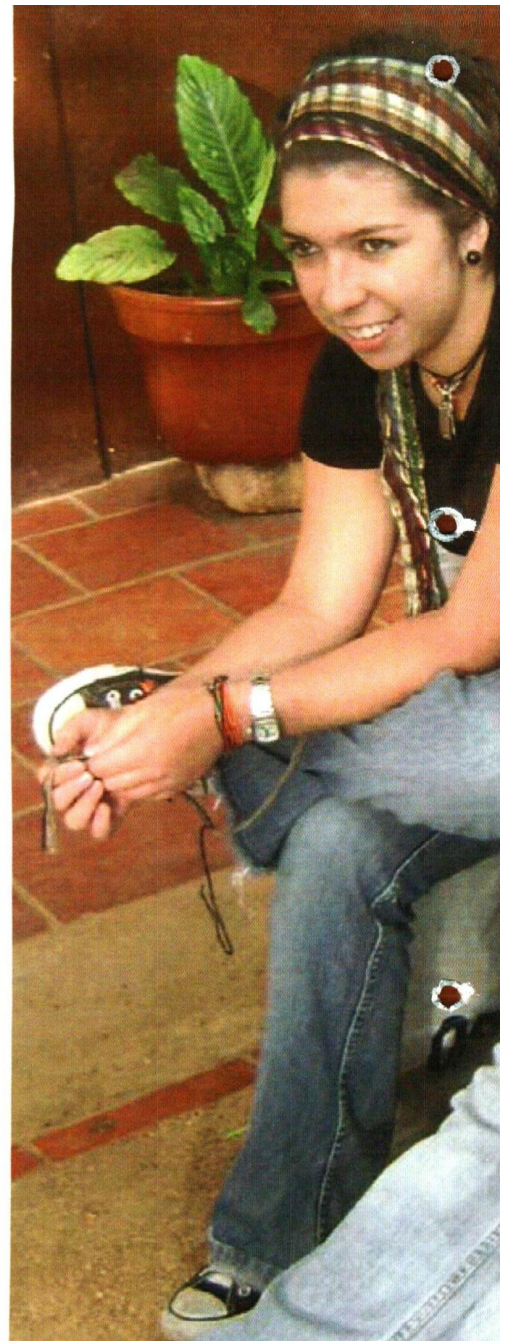
La atención prioritaria al otro, con olvido de uno mismo, constituye la clave de la educación... y de toda la vida humana. La prioridad del tú sobre el yo es la regla de oro de la educación.

pre de sorpresas-, muy probablemente así, como nosotros los hayamos orientado, acabarán siendo nuestros hijos cuando dejen atrás sus dudas e incertidumbres de adolescentes.

Nos puede costar más o menos sangre admitirlo: depende de nuevo de hacia dónde estemos dirigiendo realmente nuestros intereses. Pero la adolescencia hay que pasarla. Nuestros hijos e hijas también. Es inevitable y buena, pues, en esencia; consiste en

un influjo muy relativo es lo que lleguen a ser... una vez pasado el período de turbulencia.

En la práctica, esto quiere decir que la adolescencia hay que trabajarla mucho antes de que llegue. Antes, incluso, de que nuestros hijos vengan a la vida: aprendiendo a apoyar a nuestro cónyuge con la misma entrega y exquisitez absolutas con que respetamos su libertad, y entrenándonos y preparándonos desde entonces para hacer lo mismo con cada uno de



nuestros hijos, que, lo digo por si alguien no lo había advertido, ¡no suelen nacer ya adolescentes!

Nuestros hijos serán normalmente lo que hayamos sembrado durante los años previos a la adolescencia y durante la adolescencia misma. ¿Cómo? De menor a mayor importancia:

✓ Con nuestras explicaciones, que, si siempre deben ser breves, en la adolescencia están de más -y resultan contraproducentes- en cuanto superen las tres



palabras y un número muy limitado de decibeles.

✓ Con nuestro comportamiento, sin hacerlo nunca pesar, sino más bien logrando que nuestros hijos vean la grandeza de nuestro cónyuge.

✓ Con su conducta: la de nuestros hijos. De nuevo con el más radical respeto a la libertad de cada uno, nuestro quehacer educativo sólo será eficaz cuando -con conciencia y autonomía crecientes- el bien que proponemos

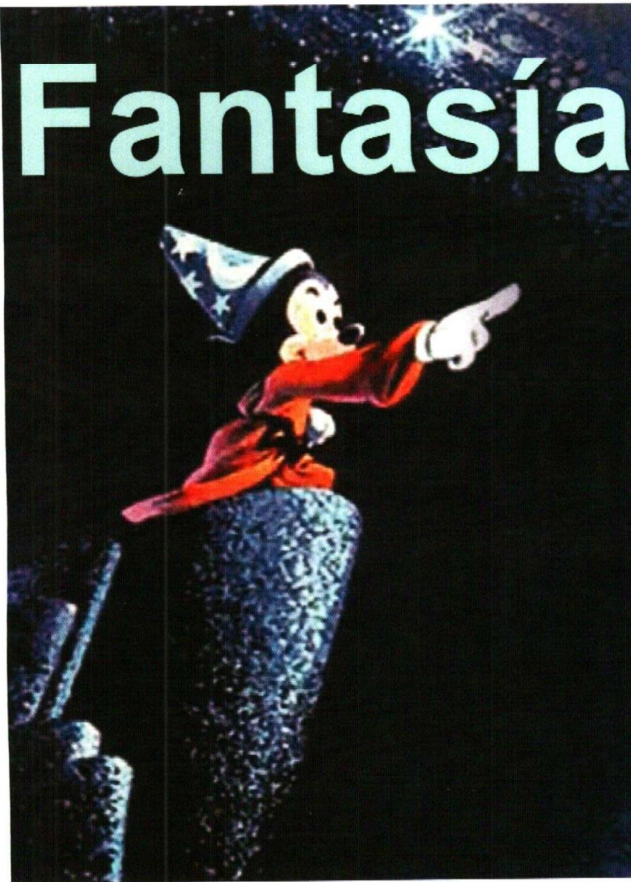
entre a formar parte de la vida vivida de cada uno de nuestros hijos. Cuando lo vayan poniendo por obra, cada vez más libremente: porque les da la gana.

Lo que verdaderamente sembramos en nuestros hijos depende a su vez, en un tanto por ciento elevadísimo, de lo que, en el *fondo-fondo*, pretendamos que lleguen a ser.

En última instancia, acabamos en lo de siempre. No educamos tanto por lo que hacemos -con

lo que pierde importancia que durante un tiempo no hagamos nada-sino por lo que somos o luchamos por ser. Un hijo -¡cualquier hijo o hija!- sólo puede ser educado por un padre o una madre a los que, simultáneamente, quiere y admira y por quienes se siente querido y admirado. Para lo cual no es preciso, sino más bien contraproducente (por falso), ser o creerse un *superman* o una *superwoman*. Basta con que puedan ver en nosotros a un adulto cabal. †††

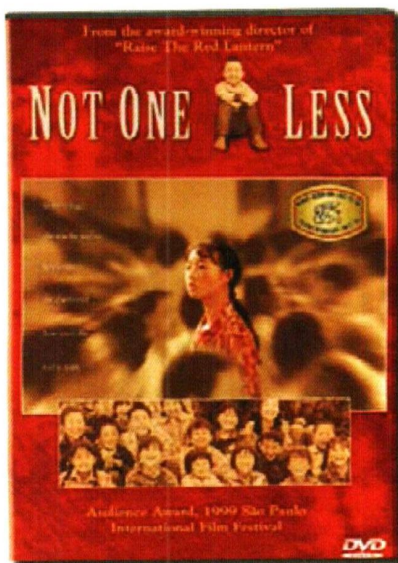
Fantasia



SIEMPRE VALDRÁ LA PENA RESCATAR *FANTASÍA* So, mejor, contar con ella como película de cabecera; presentarle al público infantil los siguientes siete episodios acompañados por ocho obras de música clásica es un absoluto placer:

- ♪ Juego de luces y música -sin figuras- (*Tocata y fuga en Re menor*, Bach).
- ♪ Historia primaveral -flores y hadas- (*El Cascanueces*, Piotr Ilich Chaikovski).
- ♪ El aprendiz de mago -donde Mickey es el aprendiz y arma un tremendo desastre en el castillo de su maestro- (*El aprendiz de mago*, Paul Dukas).
- ♪ La creación del mundo (*La consagración de la primavera*, Igor Stravinski).
- ♪ Inspirada en el Olimpo griego -centauros, dioses, semidioses y faunos (*Sexta sinfonía ("Pastoral")*, Ludwig van Beethoven).
- ♪ Divertimento de baile entre hipopótamos y cocodrilos (*Danza de las horas de la ópera La Gioconda*, Ponchielli).
- ♪ Final. Un demonio despierta y convoca diablos y esqueletos (*Una noche en el Monte Calvo*, Modest Mussorgsky y *Ave María*, Franz Schubert).

Ni uno menos



DIRECTOR: Zhang Yimou.

INTÉRPRETES: Wei Minzhi, Zhang Huike, Tian Zhenda, Gao Enman, Sun Zhimei, Feng Yuying, Li Fanafan.

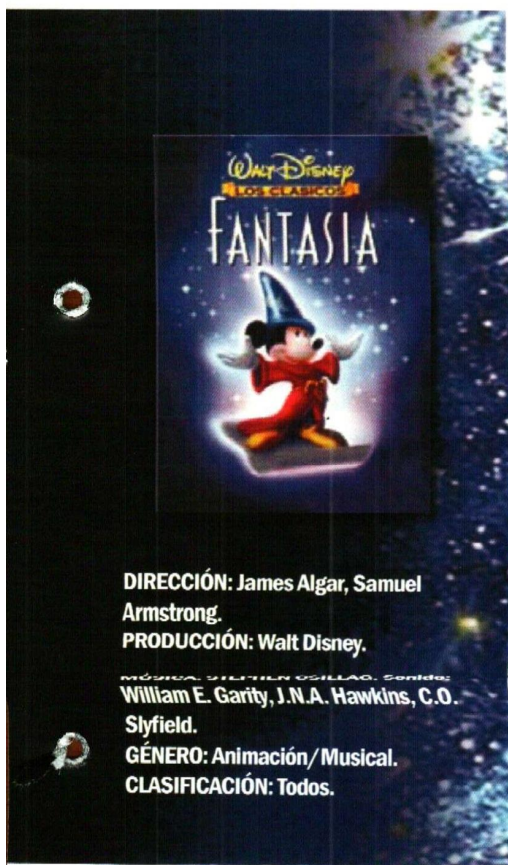
CLASIFICACIÓN: Todos.

DICE ZHANG YIMOU QUE MUCHOS parientes de su madre eran maestros rurales, y que cada que pasaba por una escuela sentía la tentación de mirar por la ventana a los alumnos en plena clase. Y es eso, y no otra cosa, lo que ha hecho en esta bellísima película, ganadora del León de Oro en el Festival de Venecia 1999.

El profesor Gao, maestro de una escuela primaria en Shiquan,

tiene que ausentarse un mes y el alcalde consigue una sustituta, Wei, de tan sólo 13 años. Gao la ve demasiado inexperta, pero debe aceptarla porque no hay quien pueda o quiera hacerse cargo, y para motivarla le pagará 10 yuan extras si logra que a su regreso los 28 alumnos -ni uno menos- sigan asistiendo a clase.

Yimou trabaja con actores no profesionales y no maquilla la realidad social de la China de hoy. La delicada belleza de esta película encierra uno de los homenajes más inteligentes jamás realizados al valor de la ejemplaridad y la tenacidad de los maestros rurales.



DIRECCIÓN: James Algar, Samuel Armstrong.

PRODUCCIÓN: Walt Disney.

MÚSICA: STEPHEN COSSILLAS. **SONIDO:** William E. Garity, J.N.A. Hawkins, C.O. Slyfield.

GÉNERO: Animación/Musical.

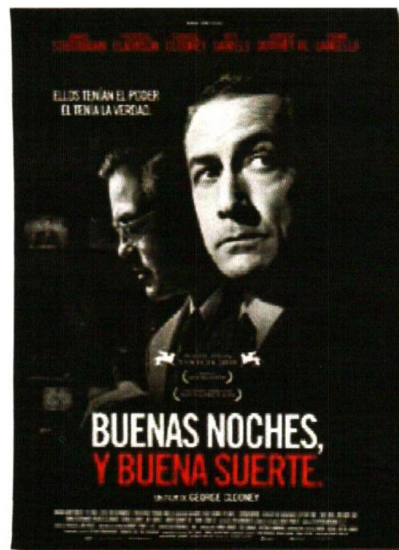
CLASIFICACIÓN: Todos.

Buenas noches y buena suerte

EL ACTOR GEORGE CLOONEY CONFIRMA su talento al otro lado de la cámara. En esta oportunidad, sabiendo bien de lo que habla, elige una historia muy precisa sobre una leyenda del periodismo televisivo, el ganador de cinco premios *Emmy*, Edward R. Murrow (1908-1965).

Después de obtener su licenciatura en oratoria, Murrow se convirtió en periodista de la cadena radial CBS, y pronto fue su jefe de oficina en Londres. Célebre corresponsal de guerra en la II Guerra Mundial, vuelve a E.U., trabaja en radio y luego en TV, y para la Agencia de Información de E.U.

El guión se ocupa del enfrentamiento de Murrow con el senador McCarthy, por un caso investigado por *See it now*, uno de los primeros magazines periodísticos de la historia de la TV, dirigido y presentado por Murrow, y que se ocupó del tema de un militar expulsado del ejército por negarse a denunciar las actividades antinorteamericanas de su padre y hermana, presuntos simpatizantes del Partido Comunista.

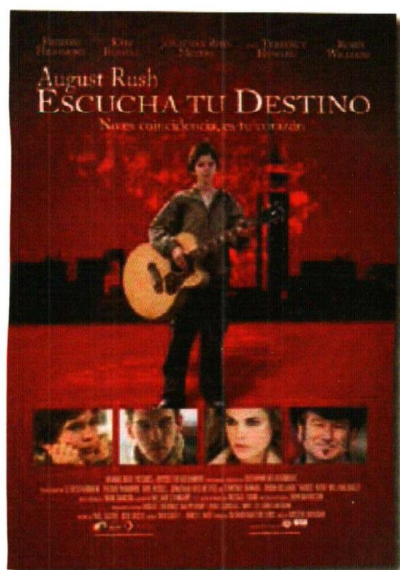


DIRECTOR: George Clooney.

INTÉRPRETES: David Strathairn, Robert Downey Jr., Patricia Clarkson, George Clooney, Frank Langella, Jeff Daniels.

CLASIFICACIÓN: Jóvenes.

Escucha tu destino



DIRECTOR: Kirsten Sheridan.

INTÉRPRETES: Freddie Highmore, Keri Russell, Jonathan Rhys Meyers, Terrence Howard, Robin Williams.

CLASIFICACIÓN: Jóvenes.

UN NIÑO CON UN TALENTO INNATO para la música crece en un orfanato mientras sus padres desconocen su existencia. Su papá, un joven guitarrista y cantante de rock que ha sido separado de su enamorada por un padre autoritario que busca para su hija un futuro prometedor como violonchelista, vive una triste existencia al no encontrar un amor que se le parezca. Entre tanto la madre se convierte en maestra de niños, mujer que busca en

los pequeños a ese hijo que cree haber perdido al sufrir un accidente.

Un buen día, August Rush se fuga del orfanato para encontrarlos y recuperar el tiempo perdido como familia. En su soledad, enfrentando al mundo, descubre la tiranía a través de un oscuro personaje que explota su talento -Wizard (Robin Williams)-; luego conocerá la bondad a través de otros, quienes orientarán su don hasta el final de la historia. De un romanticismo exótico para nuestro tiempo, *Escucha tu destino* es cuento y fábula; algo inverosímil, sí, pero posee una original banda sonora y tiene un planteamiento positivo que incluye un elogio de la fe y de la familia.

El profesor en la trincheras

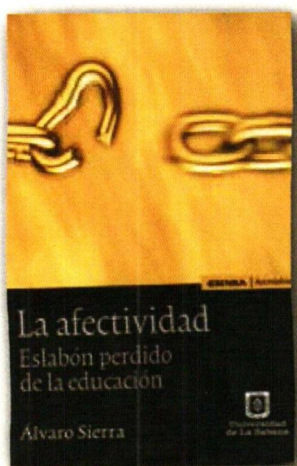
“ESTE TEXTO -ESCRIBE SU AUTOR- pretende ser un diagnóstico de la situación actual de la enseñanza media en España, diagnóstico que no dista mucho del que podría hacerse en otras latitudes.

Para Sánchez Tortosa, escritor y profesor de Filosofía, a los alumnos “les faltan numerosas claves culturales esenciales para entender el mundo y sus manifestaciones”. La ausencia de referentes les lleva a ser esclavos de los tópicos, de lo que se dice en los medios, de lo políticamente correcto. Peor aún, incluso se suscita en ellos un rechazo hacia cuestiones de vital importancia, que los alumnos pueden llegar a considerar como un vicio reaccionario. Por eso define a los alumnos actuales

como “consumistas contra el consumo, capitalistas contra el capital”.

Ambiente que no ha surgido de pronto. Por un lado, la sociedad manifiesta inequívocos síntomas de inseguridad sobre cómo educar a los ciudadanos; por otro, muchas familias han claudicado ante este ambiente y no saben qué hacer con hijos despo-tas. Los profesores ya no se sienten modelo de nada y, además, padecen una crisis de autoridad: “Un aula de secundaria es una batalla campal en la que el profesor queda relegado casi siempre al papel de mero observador de la OTAN sin la cobertura de los cascos azules, al menos hasta que los guardias jurados entren en las aulas, que todo se andará”.

La afectividad. Eslabón perdido de la educación

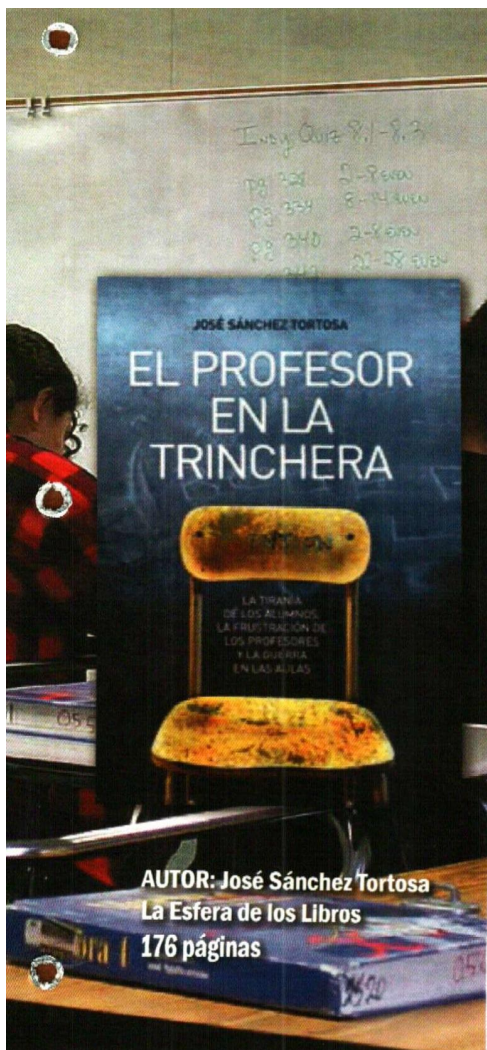


AUTOR: Jesús Álvaro Sierra Londoño
EUNSA - Universidad de La Sabana
200 páginas.

TODA CONSTRUCCIÓN INTELEC-tual humana se estructura a partir de tropezones y desaciertos; excluyendo por supuesto a los iluminados, los enviados de Dios y los devotos de las ciencias exactas, los demás mortales encontramos la verdad sólo después de tropezar en ella; constatamos lo importante cuando lo echamos en falta; reflexionamos sobre lo evidente después de tope-tarnos con la realidad y nos vamos haciendo sabios muy a pesar nuestro y en contra de todos los pronósticos, por aquello de que caminamos hacia la perfección; porque la vida, nues-tros compañeros de viaje y Dios Crea-dor y Padre nos tienen paciencia. Y

justo de esa conjunción de efectos aparentemente desafortunados han surgido estas páginas.

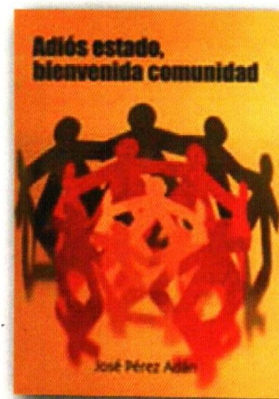
Luego de doce años de prác-tica médica, veintisiete años de matri-monio, doce hijos y tres lustros de ase-soramiento a matrimonios en conflicto creo tener algo que decir respecto de la afectividad como una de las claves para descifrar ese gran misterio que es el ser humano. Estas páginas no van dirigidas a eruditos; menos aún a men-tes rigurosas movidas por el método científico; en cambio, pretenden ser un campanazo de alerta o, si lo prefieren, ladridos importunos de perro guardián que se sobresa-lta frente a lo que inter-pretar como un riesgo inminente.



Adiós estado, bienvenida comunidad

EL AUTOR DE *REPENSAR LA FAMILIA* y de *Cine y Sociedad* trabaja en el Departamento de Sociología de la Universidad de Valencia (España) y presenta para su público lector un texto comprometido desde el principio hasta el final con la familia y con la vida; en él afirma que “el Estado va desgastándose, produciendo más disfunciones que beneficios, dejando paso al auge de las comunidades. Y si el Estado muere es porque no sabemos funcionar en conjunto, y al surgir las comunidades, éstas llevan a cabo las labores que antes llevaba el Estado”. Y, dentro de las comunidades, la más importante es la familia.

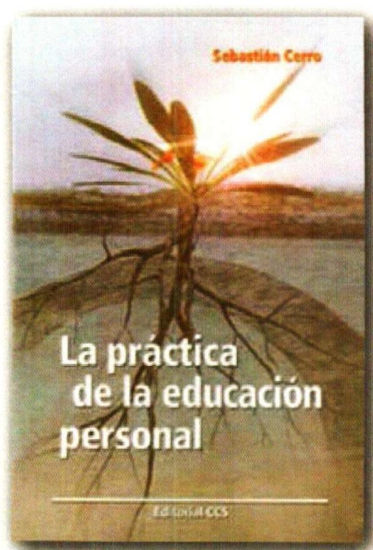
Pérez Adán defiende el reconocimiento público de “todas las comunidades benevolentes”, incluidas las religiosas, y afirma que éstas “deben ser ayudadas por el poder constituido a desempeñar su misión” para no caer en el totalitarismo. “No soy partidario



AUTOR: José Pérez Adán
Ediciones Internacionales Universitarias
152 páginas.

del multiculturalismo sino del transculturalismo, que cada cultura o comunidad saque lo mejor de sí misma y que destierre lo peor que tenga. Hay comunidades peores y otras mejores”. Y agrega que “cuanto más responsables somos, más libertad tenemos”.

La práctica de la educación personal



AUTOR: Sebastián Cerro
Editorial CCS
116 páginas.

CERRO CONOCE BIEN EL MUNDO educativo: ha sido profesor y directivo de un colegio; posteriormente ha asesorado a centros educativos, tanto para la obtención de certificados de calidad como para mejorar en alguna cuestión que preocupaba a los directivos. Fruto del estudio y de la experiencia es este breve libro en el que se explica qué es y qué no es la educación personal, para la cual se requiere conocer bien qué es una persona y disponer de un mínimo de recursos -tiempo y personas preparadas-.

Cerro nos dice que para educar en la excelencia hace falta tener el coraje de ir contracorriente, formando en cualidades esenciales para la felicidad personal como generosidad, honradez y espíritu de sacrificio. Y es preciso actuar por motivaciones trascendentes, que den continuidad al esfuerzo por mantener modos de conducta virtuosos; hay que poner a los jóvenes en contacto con personas valiosas, que educan por contagio en ambientes fértiles para ello, y trabajar en estrecha colaboración con los padres, principales responsables de la educación de sus hijos.



*En buenas
manos.*



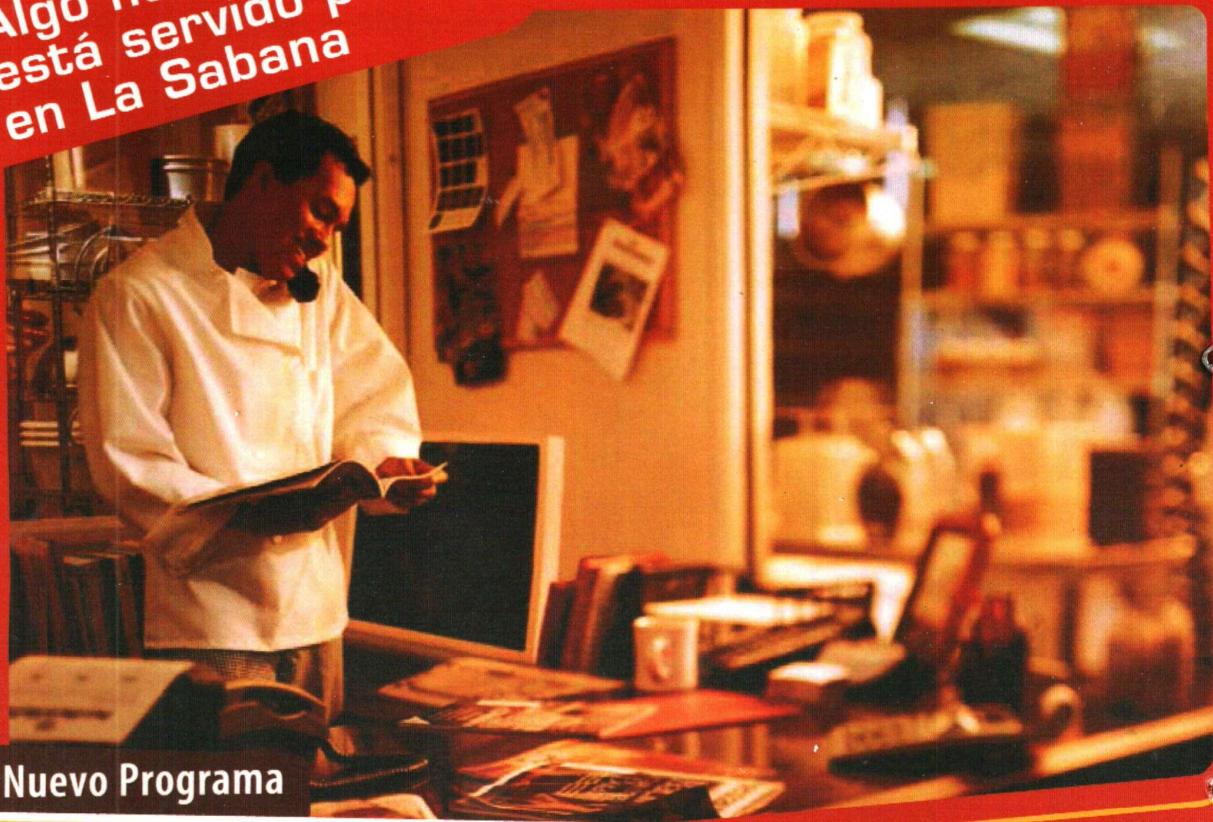
Clínica Universitaria Teletón
UNIVERSIDAD DE LA SABANA

En la Clínica Universitaria Teletón entendemos el cuidado en salud de manera integral. Por eso somos especialistas en brindar a cada uno de nuestros pacientes alivio clínico de excelente calidad científica y profesional, soportado en la tranquilidad que ofrece un trato humano, cálido y muy amable.

Autopista Norte La Caro, Chía
PBX: 861 7777

www.clinicauniversitariateleton.com.co

Algo nuevo
está servido para ti
en La Sabana



Nuevo Programa

Gastronomía

Un enfoque profesional, artístico,
científico, cultural y de gestión

Una carrera que te convertirá en ocho semestres en un profesional universitario muy bien preparado con todos los fundamentos de la gastronomía para investigar, aplicar y difundir la cultura de los alimentos, su tradición y su consumo.



**Universidad
de La Sabana**

ESCUELA INTERNACIONAL DE CIENCIAS
ECONÓMICAS Y ADMINISTRATIVAS

Informes e inscripciones: Tels. 861 5555 / 6666 Ext. 1847 - 1806
E-mail: ciencias.economicas@unisabana.edu.co

www.unisabana.edu.co

Registro Calificado SNIES 53517 Ministerio de Educación Nacional