



PRE Y ADOLESCENTES

¿A QUÉ LE TEMEN?

SON, POR DEFINICIÓN, ETAPAS DIFÍCILES, Y SI A ELLO SUMAMOS VIVIR EN UNA SOCIEDAD EXITISTA Y EXPUESTA AL EXTREMO DEBIDO A LAS REDES SOCIALES, TODO SE POTENCIA AÚN MÁS. NUESTRA GENERACIÓN SUB18 ESTÁ CRECIENDO CON GRANDES MIEDOS; DE NOSOTROS DEPENDE CAMBIARLO.

Por: Valeska Silva Pohl.

Durante la pubertad la confianza de los niños se desploma. Un estudio reciente de una marca de higiene femenina reveló que la mitad de las adolescentes se sienten paralizadas

por el miedo a fracasar, temor tan intenso que pueden dejar de tomar importantes oportunidades, desafíos o probar cosas nuevas.

De acuerdo a este informe denominado “Confidence & Puberty”, el 80% de las adolescentes siente la presión de actuar agradando a otros intentando la perfección, lo que las lleva a tener temor al fracaso. Y el 75% está de acuerdo con que las redes sociales contribuyen a este sentimiento. Sin embargo, perseverar ante el fracaso es clave para aprender y adquirir nuevas habilidades, por lo que pasa a ser obligación nuestra, de los adultos, el entregar herramientas que empoderen a nuestros hijos y les enseñen a aceptar el fracaso, utilizándolo para construir su confianza, seguir creciendo y continuar adelante con sus sueños e intereses.

¿Qué está afectando la confianza y autoestima en nuestros adolescentes? El Observatorio Niñez y Adolescencia, ONA, organización que funciona desde 2012, incorporó desde el 2014 entre sus indicadores de monitoreo el concepto de “Autonomía Progresiva”, que hace referencia al autocuidado en el resguardo de su propio bienestar físico y emocional, fundamentado en el artículo 5 de la Convención de los Derechos del Niño. La Autonomía Progresiva implica una decisión, una postura ante determinadas situaciones, y la capacidad de formarse una opinión que no esté influenciada ni decretada por otros. De cierta forma, requiere de libertad e independencia suficiente para tener la voluntad que permita tomar una postura o formarse una opinión, al menos sobre los asuntos que tienen que ver consigo mismo. La idea de este concepto es la autodeterminación y el autocontrol, pero desde un punto de vista práctico. La separación o distanciamiento de otro que somete y subordina va dando espacio para el ejercicio de la propia identidad.

Lo cierto es que hay ciertos indicadores que podrían afectar el autocuidado y autoestima; entre los más importantes, el bullying, la violencia y la autoestima académica, especialmente en el entorno donde los jóvenes pasan la mayor parte de su tiempo, el colegio.

En su cuarto informe 2016, el ONA considera

el “Clima de Convivencia Escolar”, refiriéndose a las percepciones y actitudes que tienen estudiantes, docentes, padres y apoderados respecto a la presencia de un ambiente de respeto, organizado y seguro en el establecimiento educativo. Algunos conceptos del informe:

* 61,9% de adolescentes mujeres se ha sentido discriminada en el último año en su establecimiento educacional, versus un 65,8% de hombres.

* Las principales razones por las cuales se discriminan los adolescentes son la personalidad (41,1%), alguna característica física (33,2%) y las notas (29,2%)

* Respecto a la violencia entre pares, sea física, psicológica, social (aislamiento, humillación) o electrónica, un 41% de los estudiantes hombres declara haber sido víctima de alguno de los tipos de violencia mencionados. En el caso de las mujeres el porcentaje es de un 37,1%.

Estas cifras demuestran que los estudiantes están insertos en ambientes con mala convivencia; el que más de la mitad de las adolescentes se haya sentido discriminada se relaciona directamente con su autoestima y confianza en sí misma.

EL ÉXITO Y LA FELICIDAD


Para la terapeuta y psicóloga Johanna Narr, temas como miedo al fracaso y a equivocarse, más que una problemática frecuente en consulta es un problema de base. “Y no sólo de niños y adolescentes, sino incluso de los adultos. En los adolescentes se percibe más concretamente porque ellos se encuentran en una etapa de desorganización, de crisis vital y de búsqueda de identidad; basan toda su valoración personal en torno a los éxitos o fracasos que van experimentando. Es una realidad súper dura que en el fondo nos hace mirarnos a nosotros mismos –los adultos y padres de esos adolescentes– y pensar en las razones por las cuales estos chi-

cos no tienen una confianza básica que permita experimentar distintas situaciones de fracaso o triunfo sin que la situación ponga en cuestionamiento su autoestima y valoración personal”. Para Narr, la explicación de esta problemática es simple. “Tiene que ver con que estamos en una sociedad que ha impuesto el término ‘exitoso’ como algo universal y una cuestión objetiva a la que se debe aspirar. Y la vemos a diario en conceptos como: se debe tener cierto desempeño académico, ciertas aptitudes para el deporte, cierta cualidades...”

61,9%
DE ADOLESCENTES
MUJERES SE
HA SENTIDO
DISCRIMINADA
EN EL ÚLTIMO AÑO EN
SU ESTABLECIMIENTO
EDUCACIONAL,
VERSUS UN
65,8%
DE HOMBRES.

En resumen, ser alguien que se relaciona bien con sus pares y a quien todos ‘quieran’. Le estamos diciendo al adolescente que para que valga como persona debe cumplir con ciertas condiciones externas a él, que tienen que ver con modificar el medio que lo rodea”.

El hecho que los padres suelen ver a sus hijos como un “proyecto de persona” es algo central para la especialista. “Como si ya no lo fueran mientras son menores de edad. Y bueno, por lógica, ese proyecto debe ser exitoso. Es súper complejo darnos cuenta de esto ya que se supone que detrás del éxito está la felicidad, entonces muchas reglas, condiciones y expectativas de los padres se justifican en que están impuestas para que sean felices... Y no es así; la felicidad debe ser encontrada por cada uno dentro de sí mismo”. Esto es algo que no se promueve en las familias ni en las salas de clases, pero que tiene una importancia vital: cada niño, niña o adolescente debe encontrar su propio camino para ser feliz, y si lo encuentra, como consecuencia de eso, se sentirá una persona exitosa. “Lamentablemente nuestra sociedad promueve el amor condicionado: que seas lindo, inteligente, que te destaquen por sobre el resto. El mensaje es ‘eres querible y merecedor de amor de acuerdo a lo que hagas, y no a lo que eres’”. Hombres y mujeres se ven afectados por igual, pero nuestra sociedad tradicionalmente machista acentúa esta situación con las mujeres, y desde que son pequeñas. “Basta con ver cómo reaccionamos si un pequeño es víctima de agresión; si es hombre y un compañerito le pega, no es raro que se le diga ‘defiéndete’, ‘pégale de vuelta’, ‘no dejes que te pasen a llevar’. Y ante la misma situación en una niña probablemente el consejo sería ‘no le hagas caso’, ‘piensa que debe tener problemas en la casa’, ‘ponte en su lugar, quizás está sufriendo’. Entonces, el modelo de la ‘niña buena’ y del ‘niño fuerte’ se refuerza desde pequeños, permitiendo al niño que se centre en sí mismo y a la niña estableciendo la idea de que lo que les pasa a los otros es más importante, que priorice ayudar a los demás, desarrollando así un nivel de empatía que muchas veces es la base para una escasa valoración personal”.

El consejo de Johana Narr es no tener miedo de demostrar a nuestros hijos cuán queribles y perfectos son, con sus defectos y virtudes, verbalizar que tienen permiso para equivocarse, y que si sacan un aprendizaje de esa equivocación estaremos tan orgullosos como si no se hubiesen equivocado. Los adultos tenemos una gran tarea: cambiar nuestro sistema de valores, y que los niños sientan que lo que más nos importa en la vida es que la disfruten y que sean felices a su propio modo, coincida o no con lo que nosotros creemos que le haría feliz. 

* Las tres principales ganancias luego de un fracaso son el aumento del conocimiento, la fuerza y la confianza. Por eso es muy relevante que nuestra sociedad anime a los jóvenes a seguir adelante, incluso cuando no alcancen el éxito en forma inmediata.

* El Observatorio Niñez y Adolescencia se constituyó como una alianza entre organizaciones de la sociedad civil y el mundo académico, con el propósito de ser una instancia reconocida de reflexión, generación de conocimientos y promoción de políticas públicas a favor de los niños, niñas y adolescentes. Su labor principal es desarrollar un sistema de monitoreo de la implementación de la Convención de Derechos del Niño a través del seguimiento de indicadores de derechos (observados desde cifras públicas y oficiales), los que dan cuenta de la situación de la niñez y la adolescencia en Chile.