

El secreto

La cultura, la sociedad y la masculinidad en la educación de hombres adolescentes y jóvenes.



**UNA GUÍA COMPRENSIVA PARA PAPÁS,
MAMÁS Y ORIENTADORES/AS.**

ROBERTO GARDA SALAS



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA
DE LAS MUJERES

Índice

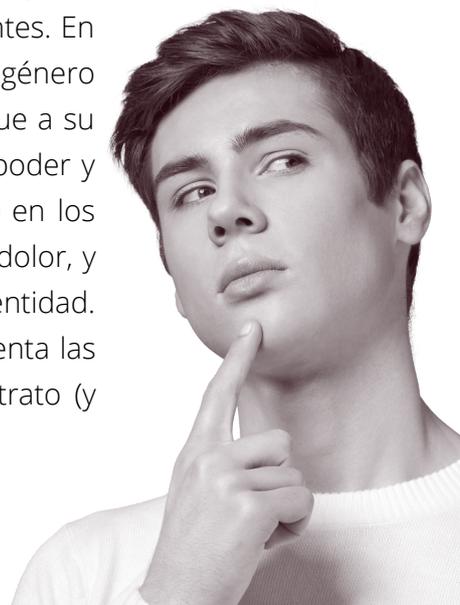
Introducción.	2
I. Los cambios y los hombres jóvenes.	3
II. Masculinidad, juego e identidad.	5
II. El tránsito del poder al dolor (y viceversa) en los adolescentes.	8
IV. La crisis de los padres en la adolescencia.	12
V. Género y clase social en las mamás y papás.	14
VI. El color de piel y la cultura importan.	17
VII.1 Dos de tres habilidades para las mamás y los papás.	19
VII.2 La tercera habilidad para las mamás y los papás.	23
Habilidades cognitivas.	23
Habilidades de comunicación.	24
Habilidades conductuales.	25
Habilidades de expresión y cuidado corporal.	26
Habilidades de expresión y regulación emocional.	27
Habilidades conocimiento de la comunidad.	28
Habilidades para conocer la comunidad.	29
VIII. El secreto.	31
IX. Ejercicios.	34
Ejercicios 1. Autoobservación.	34
Ejercicios 2. Nuestras Respuestas.	35
Ejercicio 3. La regulación de distintos componentes.	37
Conclusiones.	44
Bibliografía.	45
Directorio	46

Introducción

Este cuadernillo propone a las mamás y papás, así como a otros cuidadores y cuidadoras que realicen un acompañamiento de los hombres adolescentes no sólo apegados al amor y al cariño que sienten por ellos, sino además a una metodología y técnicas concretas para enfrentar los conflictos. Eso fue lo que aprendí al educar a mi hija hace varios años -ya es adulta-, pero también al investigar y trabajar sobre y con los hombres y mujeres adolescentes en reclusorios, en escuelas y en diversos proyectos de investigación que incluyeron la comprensión de la violencia sexual en adolescentes, y la experiencia de éstos -y sus familias- ante el embarazo en la adolescencia. Entonces la invitación es dejar la idea romántica de la paternidad, la maternidad y el cuidado (que es profundamente voluntarista) y aprendamos estrategias más rigurosas que nos permitan enfrentar los retos que los hijos presentan. ¿Cuál es el resultado? no sólo que éstos serán más rebeldes ante las injusticias, más nobles ante gente que les ama, y más independientes y seguros para enfrentar los inevitables retos que la vida les presentará. Además, las mamás, los papás y los cuidadores crecerán con ellos y ellas, y se darán cuenta que al realizar este tipo de acompañamiento algo en ellos y ellas ha cambiado, y es es el secreto.

En este cuadernillo se habla de hombres hijos adolescentes o jóvenes, no se habla de mujeres hijas porque se busca focalizar lo que los hombres jóvenes viven entre los 10 y los 21 años de edad aproximadamente, pero podría leerse pensando en ellas y seguramente habrá elementos muy útiles. Asimismo, indistintamente se habla de adolescencia o de juventud debido a que el primer concepto está siendo cada vez más criticado por su carácter adultocéntrico. Sin embargo nosotros lo mantenemos porque creemos que efectivamente implica una etapa de carencia y crecimiento, de vacíos y dudas que de alguna manera se van aclarando en la juventud -que en oposición a ella- se considera más "estable", y la entrada a la adultez. Pero sabemos que esto es muy relativo: siempre adolescemos de algo, siempre somos jóvenes y adultos, y la vejez es relativa. Pero para uso práctico veremos a la adolescencia y la juventud como sinónimos.

El cuadernillo consta de varias partes. De la Sección 1 a la 5 se ofrece una mirada constructorista, multinivel e incluso interseccional de la juventud. En la sección 1 "Los cambios y los hombres jóvenes", se identifican aspectos que influyen la vida de los adolescentes o jóvenes, los cambios biológicos, sexuales y los sociales, y se reflexiona cómo ambos influyen en la vida de los adolescentes. En la sección 2 "Masculinidad, juego e identidad" se ven las demandas de género que éstos viven y la forma en que se imponen conductas de violencia que a su vez son presentadas como juegos y rituales que dejan experiencias de poder y dolor. En la tercera sección, "El tránsito del poder al dolor (y viceversa) en los adolescentes" se reflexiona sobre la ambigüedad que deja el poder y el dolor, y viceversa. Y cómo esa ambigüedad se convierte en constitutiva de la identidad. En la sección cuarta "La crisis de los padres en la adolescencia", se comenta las expectativas que estos tenían y cómo el aferrarse a viejas formas de trato (y maltrato) enriquece o desgasta las relaciones familiares.



En la quinta y sexta partes "Género y clase social en la educación de las mamás y papás" y "El color de piel y la cultura importan", se reflexiona cómo las desigualdades de género, clase social y raza afectan la vida de los jóvenes, y la importancia de la reacción de los padres y cuidadores para guiar el proyecto de vida de éstos. Las desigualdades pueden fortalecer o vulnerar a los jóvenes, pero ello también depende de lo que hace o no quienes los acompañan. En la parte VII.1 "2 de 3 Habilidades para las mamás y los papás" y VII.2 "La tercera habilidad para las mamás y los papás", se ofrecen recursos multicomponentes para abordar los conflictos adolescentes. En la primera hace referencia a la autoobservación, la reflexión y la capacidad de responder a los conflictos que presentan los hijos con base a la intimidad y la confrontación, y evitar a toda costa las respuestas de violencia que maltraten al hijo y a la relación. En la segunda se ofrece a los padres y cuidadores/as recursos multicomponentes (cognitivos, conductuales, comunicacionales, corporales, emocionales, de historia de vida y de la presión social) para lograr una interacción más amplia y comprensiva con las hijas e hijos. Así, se reflexiona sobre estrategias que los padres y cuidadores pueden desarrollar para dialogar, crecer y mejorar las relaciones con sus hijos.

En la parte VIII. "El secreto" se comenta que detrás de la crisis de la adolescencia, en realidad existe una crisis de la adultez, no sólo por la crisis de edad y la conciencia de que "el tiempo pasa" y los adultos envejecen, sino porque el hijo (o hija) adolescentes demandan de los padres una mayor y mejor adultez, y les obliga a dejar viejos hábitos que eran propios de la adolescencia de los padres, y les obliga a crecer para asumir los nuevos retos que los hijos jóvenes demandan. Finalmente, en la parte IX se ofrece una guía de ejercicios para comprender mejor ésta propuesta, y por último ofrecemos las últimas ideas en las "Conclusiones".

I. Los cambios y los hombres jóvenes

La adolescencia ha sido concebida socialmente como un período de cambios biológicos y sociales. Con relación a los primeros, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) indica que estos se producen después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años donde la persona tiene cambios biológicos centrados en el desarrollo de la sexualidad. Los cambios más notorios en los hombres jóvenes son el vello en diversas partes del cuerpo, crecimiento de los testículos y el escroto, cambio en el tono de la voz y crecimiento del cuerpo, entre otros aspectos. Asimismo, surge la atracción sexual por personas del mismo sexo, del opuesto o de ambos, lo cual comienza a definir la orientación sexual del joven. Por otro lado, con relación a los cambios sociales, la sociedad está representada tanto por otros jóvenes como por adultos. El primero está formado por amigos, compañeros de escuela o de la cuadra, etc. el cual llega a adquirir una mayor interés para el joven que el grupo familiar, y los espacios públicos comienzan a ser más atractivos que los domésticos. En ellos, los hombres jóvenes ejercen relaciones de amistad y de poder de distinta manera. Por ejemplo, entre los miembros de un grupo los adolescentes encuentran a los amigos: personas con ideas afines, nuevos intereses y amistades que pueden durar muchos años. Por otro lado, también surgen dinámicas de poder entre ellos, por ejemplo se presionan para consumir alcohol, tabaco u otras drogas y hacer otras actividades que les ponen en riesgo.

Entre los cambios biológicos y los cambios sociales, y entre las relaciones de amistad y de abuso de poder, los jóvenes van construyendo su identidad. Ambas dimensiones se problematizan en los cuerpos de los hombres jóvenes. Tanto la sexualidad y los cambios biológicos por un lado, como el adiestramiento social que se cree debe imponerse a los cuerpos de los hombres jóvenes, por otro lado, coloca al cuerpo como algo relevante. Para los jóvenes el cuerpo se constituye en la matriz con la cual hay que reencontrarse, pues es justo éste el que deja de ser el de un niño para convertirse en el de un adulto, y con ello la sociedad le atribuye nuevas exigencias sociales que le darán por una parte premios y recompensas, y por la otra castigos y sanciones.



El cuerpo de los hombres jóvenes debe ser castigado y tratado con brutalidad para una parte de la sociedad. Ese trato garantiza la dureza, fuerza e insensibilidad para desempeñar los trabajos que se le asignarán -Esto es, el cuerpo pasa a ser parte de lo social porque se le prepara para un rol: el de proveedor. Se esperará de los cuerpos de los jóvenes que sean obreros, soldados, abogados, médicos, etc. que realicen actividades prácticas y racionales en la sociedad. Por otro lado, esto afecta el aspecto biológico y sexual del joven puesto llevará esa misma lógica productivista a la vida sexual y reproductiva. Otros jóvenes e incluso adultos le exigirán rendimiento y arrojo sexual, así como la insensibilidad que a aprendido, la aplicará con las mujeres (lo cual tiene como consecuencia la coerción sexual hacia los jóvenes y la violencia en el noviazgo).

El resultado de esto es que muchos hombres jóvenes tienen experiencias de trauma desde la pubertad y durante la adolescencia y juventud. Si bien muchos fueron cuidados, orientados y protegidos, una gran mayoría no lo puede ser, puesto que las demandas de la sociedad influyen en escuelas, espacios deportivos, la calle y cuadra, la comunidad, el trabajo, etc. todos los lugares de la vida social de los jóvenes tienen instaladas estas demandas de "lograr más y ser mejores". Pero recordemos que al paralelo de ellas hay relaciones de amistad y fraternidad entre jóvenes que hacen de alguna manera llevaderas las exigencias sociales.

En algunos casos hay experiencias de amistad entre hombres que perduraron, y en otros casos éstas derivaron en abuso de los pares por medio de “juegos” y “bromas pesadas”. Entre lo biológico y sexual y lo social los hombres jóvenes van construyendo su identidad, a veces logran una identidad clara y equilibrada que les permite llegar a la identidad, y en otros casos una desestructurada que les inhibe construir un proyecto de vida adulto. En la práctica ningún hombre sale 100% listo para vivir una vida plena y adulta, todos los hombres aún “adultos” tienen cicatrices y fortalezas que surgieron en esta etapa de su vida, algunas de estas cicatrices derivan de experiencias muy dolorosas al ejercer tempranamente su sexualidad y/o convivir en situaciones de riesgo con otros jóvenes; pero también no pocos hombres encontraron en ésta etapa de su vida la sensibilidad y los cimientos que los fortalecieron para enfrentar en la vida adulta diversos retos que de otra manera los hubiera rebasado.

Pero la ambigüedad es más profunda en los adolescentes cuando el mismo grupo de amigos es el que lo cuestiona y le hace dudar al joven de su “virilidad”. Son los amigos los que le exigen demostrar si es “...lo suficientemente hombre”. La práctica de la amistad entre hombres no está relacionada sólo con afecto y ternura, además con la violencia y el maltrato. Los amigos pueden ser cercanos y maltratadores. Eso confunde más, y el resultado es naturalizar y aceptar la violencia como parte del trato entre hombres, así como combinar y mezclar la expresión de afecto con dureza y rudeza.



II. Masculinidad, juego e identidad.

Es el aspecto social uno de los que más desgasta a los jóvenes pero también donde más pueden encontrar recursos para crecer. Desde un enfoque de género, la principal presión que reciben los adolescentes es la de demostrar su virilidad o masculinidad. Estas son una serie de creencias que se les impone a los jóvenes donde se les hace creer que hay una manera ideal y/o única de ser hombre, la cual deben cumplir. Para la masculinidad el hombre que sea “realmente un hombre” debe de jerarquizar las relaciones con las y los demás, y además debe mostrarse superiores e insensible ante las mujeres y otros hombres que demuestren vulnerabilidad o sus sentimientos. Esto es, para las creencias de la masculinidad un hombre siempre debe ser “no femenino”, “no sensible”, etc. pues todo ello se traduce no sólo como un signo de debilidad sino además como una traición al grupo masculino el cual tiene un pacto implícito en el ejercicio abusivo del poder.



Pero las demandas de la masculinidad no son explícitas en la sociedad, son implícitas, y además se presentan de forma simbólica: rituales donde en la forma se les presentan a los hombres como “juegos”. Éste por una parte incluye a los hombres en un “ambiente entre varones”, y por otro lado los entrena en el uso -y abuso- del poder. O sea, se les enseña a los hombres a usar la violencia. El juego expresa intimidad entre varones porque se pertenece a un equipo, se busca un objetivo común y entre los integrantes del grupo se expresa hasta un tipo de “hermandad”. En él los hombres jóvenes se divierten y entablan amistad con otros varones. Pero por otro lado, en el juego se ven estrategias de “ganar al otro”, “competir con otros”, “vencer a otros”, etc. en general se construye la “otredad” como un enemigo. No es divertido -ni es un juego- colaborar con otros o convivir con otros si no se les puede ganar. Este último es el entrenamiento “duro” de los jóvenes. En él se les dice a los hombres: “ser hombre no se trata de divertirse, sino de ganarle a otros”. Entonces el juego también tiene una pedagogía del poder y la violencia: dominar a otros. Ello crea una fuerte naturalización de las prácticas abusivas entre los jóvenes y hacia otras personas.

Con ello se entrena sobre el uso de la violencia como un “juego” pues pegar es jugar, insultar es jugar, jalar el cuerpo o el cabello “es un juego”. Entonces surge entre los jóvenes un quiebre entre las conductas y la manera en que se conceptualizan. Esto es, se ejercitan prácticas de abuso de poder como una forma de “sentirse hombres”, pero no se les menciona por lo que son: “prácticas de violencia”, al contrario se les dice que las conciben como un “juego”, y que incluso puede ser divertido. Este “quiebre” entre lo que se hace y la manera de nombrarlo incapacita o inhabilita a los hombres para identificar sus conductas de violencia con las mujeres y otros hombres. Eso genera una especie de inseguridad o debilidad de la masculinidad, porque se aprende que dañar al otro es “algo menor, un juego”, pero cuando la otra persona -y/o el resto de la sociedad reaccionan- entonces se les hace ver que no lo es y ello cimbra la seguridad masculina pues toda ella se centró en esa idea de que violentar era competir, y que hacerlo era un juego, y que incluso se valía divertirse. Cuando los varones ven -por ejemplo en una violación- que no es un juego lo que hicieron, no sólo se sienten cuestionados por ese acto en sí mismo, sino porque muy en el fondo consideran que toda su educación se les dijo que esa violación no era un acto de abuso de poder, sino que “solo se jugaba”, y en eso tienen razón. Ellos actuaron, lo que se les enseñó, pero la parte del androcentrismo consiste en hacer visible incluso a los mismos hombres esa forma engañosa de concebirse y nombrarse.

III El tránsito del poder al dolor (y viceversa) en los adolescentes.

Por otro lado, detrás de la necesidad de demostrar la hombría por medio del abuso hay dudas y temores que los jóvenes tienen sobre la propia identidad en general, pero sobre su orientación sexual en particular. "¿Seré gay?" es la pregunta que no pocos hombres jóvenes se hacen, y es la misma que los maestros, el papá, los amigos, los hermanos, los vecinos y no pocas mujeres le hacen cuando éste demuestra miedo, inseguridad, dudas, debilidad o ternura en cualquier campo de la vida. Esa es una expresión emocional de debilidad en el imaginario social de la masculinidad y se le relaciona con la orientación sexual. ¿Por qué? Posiblemente porque se cree que al castigar la expresión emocional de la vulnerabilidad se ataca no sólo a ella, sino además al cuerpo concreto físico que lo expresa y además al cuerpo simbólico.

La crítica al llanto de un joven en medio de un partido de fútbol, o la tristeza y depresión de un adolescente ante el rechazo del padre, los pares u otros hombres por su orientación sexual buscan no sólo desacreditar la dimensión personal de expresar el dolor del adolescente, además se ataca la expresión emocional de todos los hombres, que a su vez significa no sólo dolor, sino también rechazo a las demandas de la masculinidad. Las instituciones les dicen al atacarlas "eso no debe hacerse", pero para ello no sólo reprimen, también premian.

Efectivamente, no todo es presión y sufrimiento para los hombres jóvenes. Cada vez que la masculinidad es activada y el padre duda de la orientación sexual de su hijo, y/o que el maestro le exige que no llore y reprima sus sentimientos; o cuando el grupo de pares le exige que aguante la "broma pesada", éste gana en puntos entre los hombres, éste "supera una prueba". Al ser juzgado por otros hombres, y al obedecer cada hombre joven pierde, pero gana al mismo tiempo. Por ejemplo, si el joven rechaza su deseo por una mujer que no cumple las expectativas de la madre y el padre, él en lo individual pierde. Pero si -al contrario- se relaciona con la que el padre o la madre le dicen, entonces gana su aprobación. Y al ganar el hijo será hombrecito, pero lo será a costa de perder. Otro ejemplo, si ante los amigos "aguanta" el beber alcohol también perderá como persona al caer en las adicciones, pero será más "viril" y tendrá poder ante los amigos. Y es la pérdida y ganancia del poder lo que más aprenden los hombres adolescentes en esa etapa de su vida. O mejor dicho, aprenden a perder y verla como una ganancia, porque pierden a nivel individual pero ganan al recibir la aceptación de los pares, y ganar poder.

Algunos pierden mucho, pero ello no significa que no puedan ganar. Otros ganan mucho, pero aprenden que se puede perder. Así se forma un delicado equilibrio socio-emocional donde se aprende a ganar con dolor o perder con satisfacción. Esto es, el dolor en los hombres heterosexuales jóvenes no es -como en la experiencia de las mujeres y de los hombres jóvenes gays- una experiencia que lleve directamente a "perder, perder", aquí es "ganar perdiendo" o "perder, ganado".

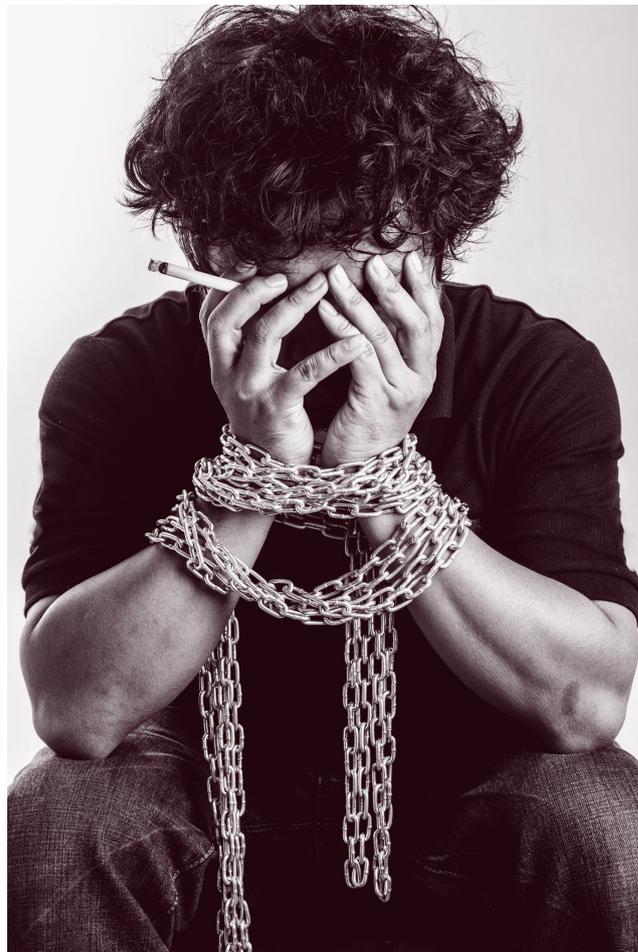
Pero, ¿qué idea de ganar transmite la masculinidad a los hombres adolescentes? “Ganar” siempre implicará cicatrices físicas y/o simbólicas. Esto es, pasa por “marcar” el cuerpo. Un adolescente aprende a ganar “como hombre” cuando vive experiencias dolorosas donde adquiere prestigio social y poder (palabras de aliento del padre, apoyo del grupo de pares, reconocimientos de la escuela o en el trabajo, etc.). El eje central de los rituales de los hombres adolescentes consisten en que deben adquirir prestigio experimentando dolor y poder, si no, no es un ritual masculino. Debe tener de implicar algún grado de trauma que le permitiera al joven común y corriente convertirse en “algo más”, por ejemplo en un “estudiante brillante”, en un “deportista sobresaliente”, en un “hijo ejemplar”, en un “empleado exitoso”, etc. Y ¿quién no quisiera ser parte de ese mundo brillante del poder? No solo los jóvenes, también la sociedad y no pocas familias esperarían que sus jóvenes e hijos fueran parte de él, que sean “personas de bien”.



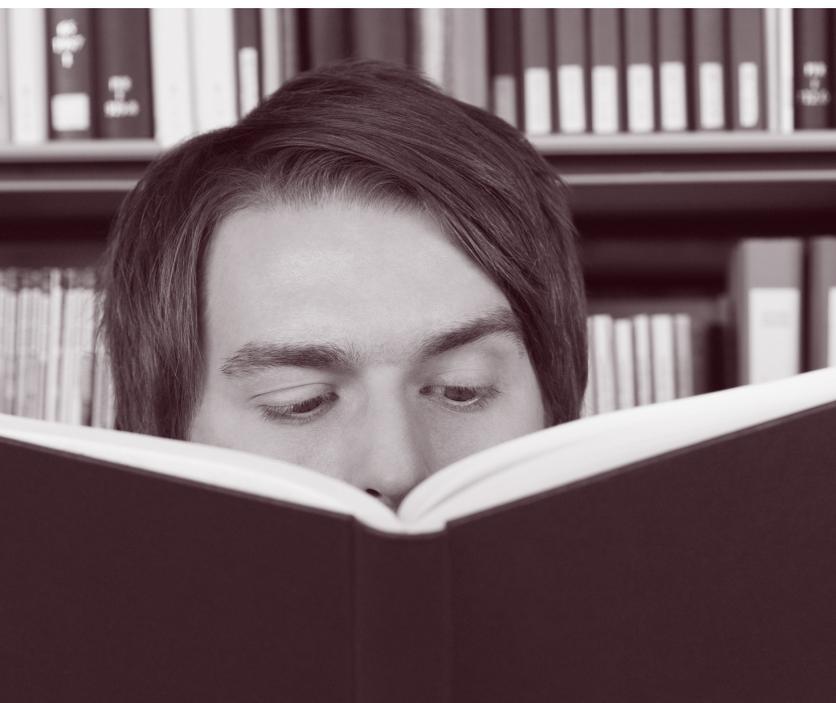
Pero lo que no se ve es que el sistema social y económico espera de ellos mucho más, espera hombres, personas listas para competir, violentar, jugar, y activarse ante el menor impulso, donde el dolor y la sensación de triunfo se combinan de forma extraña en la identidad de los jóvenes. Así lo ideal es al mismo tiempo lo que más les dañará no sólo a los adolescentes, sino además a la sociedad misma, el viaje del dolor al poder y viceversa no es sólo de los hombres adolescentes, también lo será de las familias y la sociedad misma, que al mismo tiempo que enaltece a quienes adquieren poder padecerán sus consecuencias exactamente por esa acumulación de poder, pues el dolor adquirido para tenerlo debe depositarse en algún lugar en la sociedad.

Finalmente ¿les ocurre a todos los jóvenes? ¿todos los jóvenes entran en esta dinámica? Si bien no todos los hombres viven experiencias de trauma, todos experimentan la presión social por un lado, y los cambios biológicos, por el otro. Es difícil decir que todos los hombres jóvenes vivirán esta dinámica de poder y dolor y construcción de la masculinidad, pero también es difícil decir que algún joven no lo vivirá. Algunos adolescentes, quienes se encuentran más en casa y con hábitos más domésticos -y que sólo vayan de la casa a la escuela, y que conviven principalmente con su núcleo familiar- tendrán -posiblemente- menos posibilidades de vivir riesgos. Y por otro lado, quienes convivan más con personas de la calle, y asistan a espacios juveniles podrían vivir dichas presiones y riesgos.

Pero ningún joven vive todo el tiempo en casa -ni es deseable- ni todos los jóvenes viven todo el tiempo en la calle con el grupo de pares -que tampoco es deseable-. Tarde o temprano el joven que es más doméstico, sale con amigos y amigas y ahí conoce a alguien y comienza una espiral que antes no conocía: bebe, sale más fiestas, descuida la escuela, vive situaciones de riesgo en conciertos al tomar algún tipo de droga, y tiene amigos indeseables para los padres. En palabras de adulto “antes era bien portado, ahora no”. Y otro joven que estuvo en esa dinámica de tener una vida de calle con grupos que realizaban prácticas de alto riesgo, al entrar a alguna escuela o conocer a una persona que le inspira un cambio -un maestro, amigo, novia, etc.- deja de tener prácticas de riesgo y poco a poco se focaliza hacia un proyecto de vida más estable. En palabras de adulto, “ha madurado”. Como ya se señaló, todos los hombres jóvenes transitan de prácticas que les generan dolor y malestar a aquellas que les dan poder y prestigio, y viceversa. Ninguno se queda sólo en un aspecto, algunos están un tiempo en uno y después cambian, y viceversa.



Pero, ¿hay hombres jóvenes que crecen fuera de ésta dinámica? Desde una perspectiva médica se quisiera ver a la masculinidad y al machismo como una enfermedad, y es muy común pensar que la “buena” familia, la educación, la religión, la moralidad, las buenas amistades, etc.- pueden “vacunar” contra ella y crean “hombres buenos”. Incluso desde una mirada religiosa se quisiera ver a la masculinidad y sus mandatos como el demonio, y a los “hombres buenos” como aquellos que salen de éste y son “santos”. Pero, ¿quién no conoce casos de sacerdotes que han violado a chicos? ¿O de maestros que han maltratado a sus alumnos? ¿O de padres que maltratan a sus hijos? .



Muchas de estas autoridades maltratan justo porque quieren que sus hijos sean “buenos”, pero ser “bueno” significa que entren a la dinámica de la masculinidad y sus mandatos de poder y dolor. Entonces, la idea de “bueno” implica obedecer las demandas sociales instaladas y los grupos de poder (maestros, empresas, papás, industria del cine, Estados Nacionales, delincuencia organizada, etc.). Entonces la pregunta no es si un joven puede crecer distinto a los mandatos de la masculinidad, sino habría que cuestionar a los hombres adultos que se las imponen a los jóvenes. Habrá adolescentes distintos si hay adultas y adultos distintos.

Y si hay adultos que modelen el rechazar los mandatos de la masculinidad, posiblemente puedan influir para que haya hombres jóvenes que opten por no continuar reproduciendo el machismo. Ahí es donde es relevante el lugar de los padres. Al joven que se encuentre en espacios más coercitivos seguramente le costará más trabajo dejar esos mandatos, porque, al no seguir -por ejemplo- lo que diga el líder de alguna pandilla de jóvenes, posiblemente le cueste una golpiza. Pero si hay un padre, una madre o un cuidador dispuesto a apoyar la negativa de éste a no participar en rituales de la masculinidad de violencia, entonces posiblemente éste joven podrá -pese a la golpiza- superar la demanda del grupo de pares. Lo mismo podría ocurrir con el joven que no sale de su casa -y que por curiosidad descubrió la pornografía-. Posiblemente no le cueste nada googlear "mujeres sexo video" (o algo así)- pero si hay padres y cuidadores que le orientan sobre las mentiras y daños de la pornografía, no sólo podría decidir no hacerlo, sino además comprender porqué no lo hace. Entonces el lugar de los padres y cuidadores es importante porque siempre pueden sugerir a los hombres jóvenes una opción distinta a las órdenes de los mandatos para que ellos elijan. Mantener el mensaje de parte de los cuidadores para no continuar prácticas masculinas, clasistas, racistas u homofóbicas no es determinante, pero vale la pena que el joven también escuche esas opciones. Los hombres jóvenes no lo van a descubrir solos, debido a la fuerza tan naturalizada y aceptada de los mandatos de la masculinidad, siempre se requiere que "alguien de fuera" les haga ver que muchas cosas que se presentan como "naturales" o "normales" en realidad, no lo son.



IV. Las crisis de los padres en la adolescencia

Pero desafortunadamente pocos padres y cuidadores están listos para sobrellevar esta vorágine biológica y social de los jóvenes: ¿qué entra en crisis exactamente en los padres cuando los hijos entran a la adolescencia? En primer lugar hay una crisis que llamaremos relacional. Esta consiste en que el crecimiento de los hijos exige un cambio en la forma de relacionarse con ellos. Ello surge no sólo porque tienen cambios biológicos (literalmente dejan de ser niños y pasan a ser jóvenes), sino porque -como señalamos- cambia el trato social que reciben en sus nuevos contextos (escuela, amigos/as, actividades cotidianas, etc.) quienes les demandan actuar conforme a nuevos mandatos. La principal diferencia entre la infancia y la adolescencia con relación a los padres es que en la primera el niño de forma implícita acepta la dependencia de sus padres, e incluso la agradece; mientras que los segundos demandan su independencia, y pretende negar cualquier manifestación de dependencia económica, emocional o de otro tipo de los padres y los cuidadores.



Ante estos cambios algunos padres se adaptan rápidamente y aprenden a acompañarlos a una nueva etapa, pero otros no, y se quedan con el trato de la infancia y les continúan exigiendo dependencia. Si los padres saben acompañar a sus hijos adolescentes, lograrán facilitar su autonomía a la vida adulta; pero si los siguen viendo como niños, iniciarán una lucha de poder que puede desgastar a ambos. Usualmente lo que se da es una combinación de ambas. A veces los padres quieren obediencia absoluta de sus hijos en algunos temas, pero en otros les dan total libertad y autonomía. Entre saber soltar y acompañar, y/o imponer y tener conflictos la mamá, el papá y/o los cuidadores van aprendiendo a relacionarse con los jóvenes.

Entonces, la primera crisis de los padres es la de cómo tratar a las nuevas personas con las que se están relacionando. Ya no con niños, sino con personas adolescentes y jóvenes. Si los padres ven muy entrañable la relación con el niño, y siguen mirando al pasado, entonces podrán ignorar al nuevo joven que está creciendo, y éste podrá sentirse abandonado y actuar en consecuencia. Para estos jóvenes el grupo de pares adquiere sentido porque en él puede responder a sus preguntas de quién es, que desea en la vida y con quien lo quiere hacer. Para los padres que puedan acompañar y comprender la importancia de la autonomía de los jóvenes podrán mantener un diálogo con estos donde juntos encuentren algunas respuestas a estas preguntas. En los hechos, la mayoría de

los jóvenes se preguntan y reciben muchas respuestas en el ámbito social y familiar, pero de acuerdo a la cercanía o lejanía que sienta hacia los padres y el grupo de pares las opiniones de uno será más o menos significativa. Si hay problemas con los padres, la opinión del grupo de pares será más relevante y viceversa.

La segunda dimensión de la crisis de los padres es la relación con los amigos y amigas. Los hijos comienzan a entrar a la dinámica que ya se comentó arriba, algunas comunidades, escuelas y contextos en general les demandarán menos exigencias de la masculinidad y serán más diversas, inclusivas y horizontales, y en ellas los jóvenes no se preocuparán por demostrarla. Pero en otros espacios las demandas de género serán más severas. En esos espacios los jóvenes deberán demostrar fuerza, violencia y jerarquía, y las creencias de masculinidad serán la norma de todos los días. Ante esos espacios sociales las familias reaccionan. Si los padres son muy tradicionales y creen firmemente que un hombre sólo puede tener expresiones masculinas y machistas el que tenga amigos gays, amigas lesbianas o el que hable libremente de diversas opciones sexuales, puede ser para estos padres algo preocupante. Pero ello ocurre no sólo con relación a la vida sexual, también al proyecto de vida laboral. Por ejemplo, si en una familia hay la tradición de "seguir las huellas del padre" o se les exige a los hijos obediencia irrestricta a esa tradición el hijo que hable de "no hacer nada en la vida", ser "trotamundos" o incluso "dejar la escuela para conocer el mundo" puede ser francamente escandaloso. Pero si además, el hijo se relaciona con compañeros/as que tienen esa misma forma de ver la vida, pues seguramente esa familia tendrá una crisis severa... o mejor dicho, la crisis será de mamá o papá pues su hijo desafía abiertamente sus expectativas.

Lo mismo puede ocurrir con padres muy liberales. Posiblemente la madre es librepensadora y escritora, y le encanta la



bohemia, y el padre artista y profesor de filosofía. Y ambos defienden a capa y espada su independencia, la igualdad de género y nunca trabajarían en corporaciones y menos aún dependerían de empresas "que explotan a las personas". Incluso son tan liberales que tienen amigos de diversas culturas, de diferentes orientaciones sexuales, y en la casa la diversidad, más que una teoría es una práctica. Entonces, posiblemente piensen, que lo "normal" sería que su hijo sea un aventurero que experimentará sexualmente y que recorrerá el mundo antes de la universidad. Pero si el joven piensa que la primera novia que tenga es para casarse, no le interesa experimentar con las "libertades" que le dan los padres y cree que ser contador de una firma es lo mejor que le puede pasar en la vida, y que la mujer debe ser sumisa al hombre, entonces los



padres tendrán un conflicto con un hijo tan “conservador”. Y si a ello se suman amigos/as que tengan esas ideas y valores, pues el liberalismo de los padres chocará con la practicidad de su hijo. Entonces, los hombres jóvenes vivirán los conflictos con sus padres a como éstos vayan interpretando su desarrollo de ellos mismos: para un padre conservador -que espera un hijo macho y viril- será muy difícil convivir con un hijo que desea ser artista, humanista y gay. Para padres liberales, que están con toda disposición a aceptar la diversidad de su hijo, será difícil aceptar a uno que vea la vida desde valores “tradicionales”. Pero hay que dejar claro que el conflicto es de los padres, no de los hijos. Si las familias aceptan las decisiones que va tomando sus hijos sobre su sexualidad y su vida profesional, posiblemente el grado de conflicto sea bajo. Y junto con ello la aceptación de amigos y amigas, y la menor o mayor aceptación a algunas actividades serán situaciones que mejor se puedan sobrellevar. Pero si los padres se confrontan de forma severa con sus hijos, y descalifican sus decisiones, a sus amistades y a sus actividades, entonces tendremos un escenario de alta conflictividad, y posiblemente violencia en la familia.

V. Género y clase social en las mamás y papás.

Entonces, las madres y los padres no dejan de transmitir valores y roles desde las identidades de género y clase social. Padres muy cercanos a valores tradicionales usualmente transmiten valores de género tradicionales: se espera que los hombres sean duros y fuertes, y jueguen roles sociales de proveedores. Padres liberales educan a sus hijos en identidades diversas y no les interesa que sus hijos jueguen ambos roles. En general, los padres de clase baja enseñan una cultura del trabajo más dura. La jornada puede durar desde muy temprano hasta muy tarde incluyendo sábados y domingos. Padres de clases medias comúnmente se centran en los estudios y el trabajo. Y los padres de clases altas educan más en el dinero y la administración del trabajo de otros. Esto son generalizaciones, tendencias, por supuesto puede haber



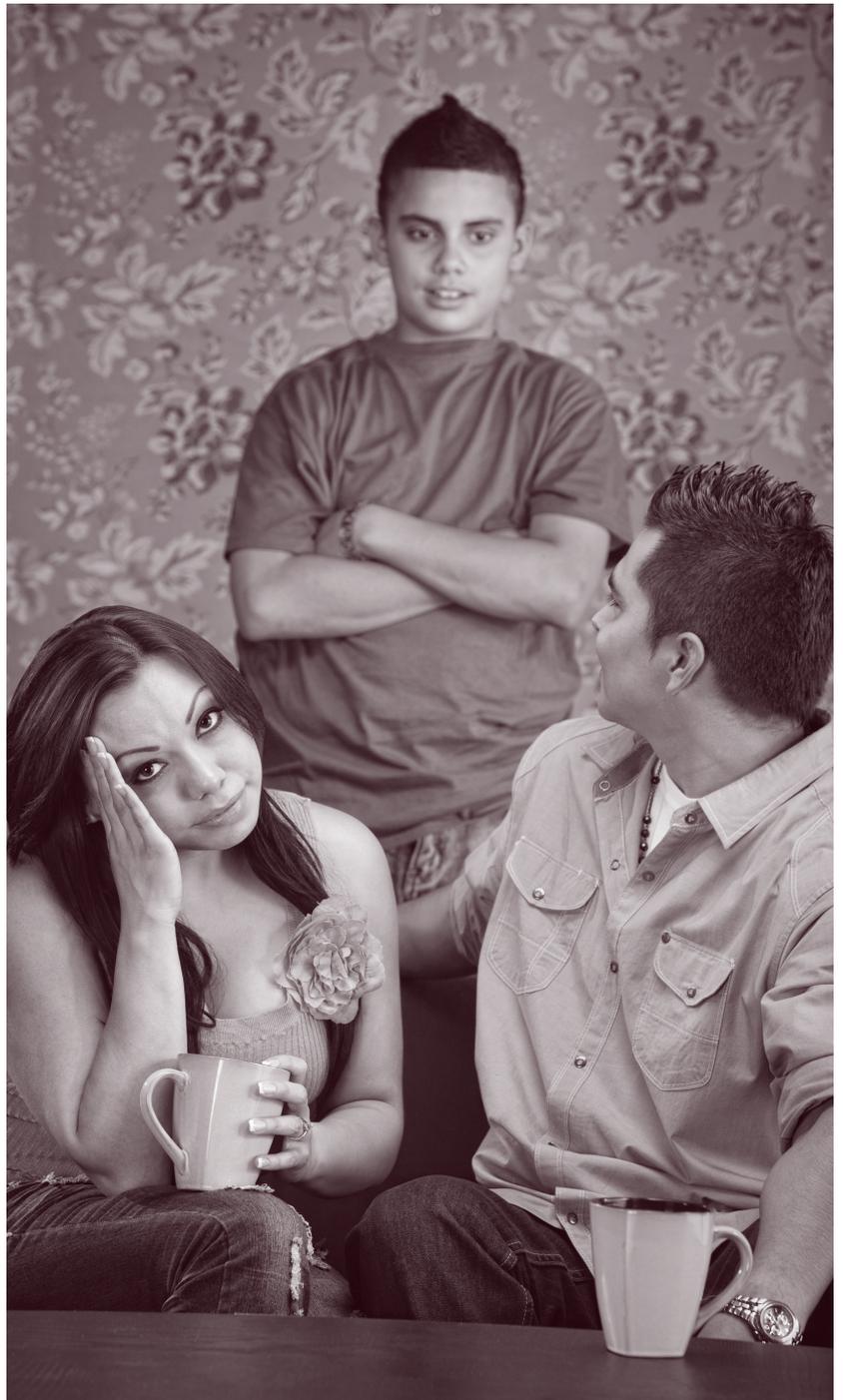
Pero profundicemos en cómo las creencias de género influyen en la educación de los hijos. Desde una perspectiva de género se considera que las madres usualmente tienen una educación que hace que sean más tolerantes a los hijos. Independientemente de que éste sea muy práctico y siga las reglas de la vida, o de que sea un joven perdido en la fiesta, el alcohol y la parranda, muchas madres han sido educadas para ser un repertorio infinito de apoyo a los hijos.



variaciones, pero es lo que hemos observado al trabajar con los padres. La idea que quiero transmitir es que cada grupo social creará que su forma de educar es “la única” y que no hay otras posibles, y ello no es real. Un joven muy humilde puede aprender a administrar mucho dinero con poco trabajo, otro de mayor ingreso puede perderlo todo al no comprender la importancia del “trabajo duro”, etc. Siempre hay múltiples posibilidades y el error de muchos padres es no darse cuenta que sus hijos se dan cuenta que ellos tienen solo una versión de los hechos: aquella que han vivido, pero que ellos - como jóvenes- están abiertos a experimentar más maneras de vivir la sexualidad, el trabajo y la vida en general. Entonces, un segundo aspecto que los padres debieran de tener en cuenta es que los hijos recibirán influencias de otras personas y ello puede influir en la propuesta que ellos les brindan. Lo primero es ver desde dónde educo como padre y/o madre, las influencias de género y clase social que transmito, y en segundo lugar después toca escuchar lo que mi hijo tiene que decir de eso, de aceptación, rechazo y/o franca indiferencia.

Ese afecto hace que estos no se sientan abandonados y se sientan acompañados por la mamá "independientemente" de lo que han hecho con su vida. En oposición a esto, muchos papás se desesperan y no toleran que su hijo sea de una u otra forma. Los hombres esperan que sus hijos sean prácticos como ellos, y que se incorporen al mundo del trabajo aplicándose a sus estudios y después al trabajo. Para muchos hombres los afectos son importantes, pero lo son más el que aprenda a ser proveedor y que aprendan los hijos a ganar dinero. Incluso puede darse el mismo rol de género en ambos padres.

Por ejemplo, que ambos pueden ser muy protectores y afectivos, y pueden transmitir la importancia de la vida emocional y el acompañamiento. En ese caso ambos jugarían un rol muy "femenino". O al contrario, que ambos pueden dedicarse al trabajo y transmitir a su hijo las ideas de que en "la vida hay que ser duros" y ser un buenos proveedores. Entonces estarían transmitiendo valores y roles más masculinos.



¿Qué consecuencias tiene para los hijos? En el primer caso el hijo puede ser muy acompañado, pero podría tener dificultades para sortear las vicisitudes del mundo laboral, pero por otro lado, en el segundo caso el hijo puede ser un joven exitoso en el trabajo, pero muy inestable -e incluso dañino- para las relaciones interpersonales. Entonces los padres debieran darse cuenta desde dónde educan e identificar qué fortalece más a sus hijos ante los cambios biológicos y los cambios sociales que arriba comentamos. Preguntarse, por ejemplo, ¿qué es mejor para mi hijo, estar en una familia afectiva que apoye emocionalmente ante los embates de los cambios físicos y las demandas masculinas del grupo de padres? ¿o es mejor estar en una familia centrada en el dinero y la practicidad del mundo económico donde lo afectivo no tiene tanta relevancia? Cada padre y madre debería de identificar sus valores con relación al dinero y la sexualidad, y escuchar lo que su hijo va decidiendo.

Consideramos que la estabilidad financiera de los hijos es importante porque se evita que ellos puedan involucrarse en situaciones de negocios ilícitos y pueden centrarse más en sus estudios. Además el dinero es un medio importante de socialización entre los jóvenes porque les permite consumir bienes y servicios que a su vez se convierten en parte de su proceso de socialización. Pero por otro lado, la cercanía emocional es muy relevante porque un hijo que sólo maneja dinero y no tiene límites ni una orientación emocional, puede acabar creyendo que el consumo es el objetivo de la vida y se le olvidan otros valores como la afectividad, la solidaridad y la cercanía al otro u otra. Por otro lado, ante la presión de los cambios físicos y biológicos, y la demanda de virilidad del grupo de amigos y otros adultos, fortalece más a los jóvenes la cercanía emocional de los padres. El que haya hombres jóvenes que tengan poca o mucha capacidad de consumo no los hace mejor o peores personas, pero el que los padres tengan cercanía, mantengan la comunicación con sus hijos, sí.

De nada sirve que se les de a los jóvenes celulares de última generación, ropa de marca, viajes y otras cosas que el dinero compra si no se les da afecto. O de nada sirve que se eduque a los hijos en el trabajo duro, en el manejo del dinero y en los logros materiales si nunca hay un abrazo, la expresión de palabras cariñosas o la escucha atenta ante alguna situación que a los hijos les puede preocupar.

Entonces sugerimos que a los hijos se les de una educación más afectiva y emocional antes que una laboral y profesional. Un joven sin dinero pero con autoestima podrá enfrentar mejor los cambios biológicos y las presiones sociales, que un joven con dinero y capacidad de consumo que no tiene estima y la manifiesta con vulnerabilidad o con agresividad hacia sus pares. Los padres que se centran sólo en el aspecto económico pueden preocuparse más que los que cuidan el aspecto emocional porque un chico que es emocionalmente estable podrá sortear con calma y dedicación los distintos embates de la vida, pero uno que tenga inestabilidad emocional será más intolerante ante las inevitables frustraciones de la vida.



VI. El color de piel y la cultura importan

En México, y en América Latina las y los adultos han constuido una sociedad profundamente racista. El color de piel, así como la clase social, importan y significan. La piel clara o la piel oscura, la compleción atlética y apegada a los estereotipos son sobrevalorados en comparación a un cuerpo muy delgado o con gordura. El cuerpo en la adolescencia, su color y forma, más o menos alejada del estereotipo occidental, blanco y anglosajón significan. No importa que vivamos en un país donde la gente es mayoritariamente morena, en donde muchos tengamos raíces indígenas y/o sangre rural y/o afrodescendiente. Por el poder económico que históricamente han tenido las personas de origen europeo ha predominado la idea de que no es deseable ser negro, moreno o de otro "color".

Esas ideas y valores afectan a los adolescentes y jóvenes. Estos pueden vivir rechazos explícitos por su sobrepeso, su delgadez, o su color de piel, o vivir aceptación incondicional. Usualmente los primeros viven una sobredimensión de sus errores (reprobar una materia, llegar tarde a clases, consumir alcohol, etc.) y los segundos una minimización de éstos. La consecuencias no son lineales. Posiblemente el joven moreno que siempre ha sido criticado tenga más carácter ante las adversidades, y siempre "salga adelante", pero posiblemente no y sea una persona deprimida por los traumas del color de su piel. Posiblemente el joven "atractivo" y atlético acabe en el mundo de las drogas y en el fracaso porque nunca conoció los límites que los primeros sí vivieron, y toda la permisividad que vivió no le permitió llegar a algo. O tal vez no, y supo aprovechar los privilegios que recibió, y tuvo una profesión exitosa.

En este sentido es que la cultura importa, y mucho. La cultura será entendida como esos valores, rituales, hábitos y costumbres que los padres y/o cuidadores/as transmitan a los hijos. Habrá culturas más apegadas a tradiciones liberales y otras más conservadoras, unas más incluyentes y tolerantes con otras, y otras más excluyentes e intolerantes. Creemos que lo importante que es los padres hagan sentir a sus hijos la importancia de sus tradiciones y valores, pero sin caer en una "cerrazón" en el sentido de que "es mejor o superior" a otras culturas. Algunas familias son más incluyentes, y aceptan personas de diversas religiones, colores de piel, lenguajes y hábitos alimenticios en su seno, otras no.

Ante los ataques de personas que reproducen el racismo y el odio hacia otras lenguas y colores de piel distintos a los suyos es importante que se revalore lo propio pero sin reproducir el odio que llega a recibirse. Es posible que algunas personas sostengan ideas del supremacismo blanco, donde se piensa firmemente que las personas anglosajonas son superiores a otras razas. ¿cómo responder a eso? Pensamos que no es adecuado educar a los hijos para creer que lo "superior" es el mestizaje indígena y europeo que ha dado origen a América Latina, y en particular a la cultura mexicana. Creemos que lo idóneo es educar a los hijos en la idea de que el orgullo por una cultura no puede fundamentarse en la exclusión de otras, sino más bien en la admiración, conocimiento y disfrute de otras culturas. Y hacerles ver que la cultura no es algo estático, sino que se va modificando con el tiempo. Que al tener amigos y amigas de origen asiático o europeo, o al convivir con personas de África, la diversidad y la mezcla enriquecen a las sociedades. A esto le llamamos "culturas juvenil", la cual enriquece la vida de los jóvenes por su diversidad y las posibilidades culturales que abre.

Esto adquiere relevancia porque los adolescente y jóvenes forman grupos con base a diversas diferencias y similitudes. Por ejemplo, se agrupan con base a su edad, a sus hábitos de consumo, a su color de piel, al barrio donde viven, a la música que les gusta, a la escuela a la que asisten, etc. El formar grupos es muy común en los jóvenes. Pero como comentamos arriba los hombres jóvenes además se organizan en grupo para "sentirse hombres" y combinan presiones de género de virilidad -fuerza, poder y dolor- con características de raza. En ese sentido es común que se organicen en grupos de jóvenes "negros", "latinos" o blancos. Que a su vez -al diferenciarse por su poder económico- habrá grupos con más poder adquisitivo entre los mismos grupos latinos, que se diferenciarán de los grupos latinos más populares y pobres, los cuales a su vez se diferenciarán de quienes son de clase media.



El problema no es la organización de los jóvenes en grupos. El problema consiste en que al organizarse para demostrar que son "muy hombres" y vivirles -demostrar que tienen poder- hacen de otros grupos sus enemigos. Entonces, la grupalidad de los hombres jóvenes no brilla por su inclusión, valores democráticos y prácticas igualitarias, al contrario abundan conductas de violencia, ataque, sometimiento, violencia e incluso uso de armas para demostrar a otros grupos quienes son más fuertes, duros y "hombres". Esa es el riesgo que los padres y cuidadores deben de tener en cuenta.

Incluso, es común que una vez que están organizados en esos grupos puedan ser cooptados por grupos políticos del Estado, delincuenciales o de otro tipo que los someten para sus propios fines. Cuando ello ocurre los jóvenes comienzan a ejercer y vivir situaciones de mayor riesgo y/o violencia extrema. Ante ello usualmente dejan a las familias, son usados como "carne de cañón" y la vida es corta.

Por eso las respuestas de los padres y cuidadores/as debe ser muy meditada cuando el joven comienza a vender drogas, usar símbolos nazis, esconder o usar armas, consumir drogas, participar en robos, etc.

Para ellos estas son pruebas de virilidad, de hombría, y le da aceptación del grupo, no ve el riesgo. Las mamás, los papás y los cuidadores deben tener un discurso pedagógico sobre las consecuencias que tienen para ellos pero además para la familia. La comunicación se vuelve central, pero además debiera de existir una mayor involucramiento con los hijos hacia la escuela, actividades artísticas, el trabajo, etc. pues está en juego el proyecto de vida del joven.



VII.1 Habilidades de autoobservación y de respuesta para mamás y papás.

Como dijimos arriba, el objetivo que este manual tiene en mente es lograr la autonomía de los adolescentes y jóvenes. Y en ese camino se esperaría un autoconocimiento del joven sobre quién es y lo que desea y espera de la vida, y que actuará en consecuencia. No es solamente una idea de sí, sino de él con relación a las otras personas y la comprensión de cómo comportarse ante diversas situaciones que la vida le va presentando. En ese camino construyen habilidades para comunicarse con sus pares y sus padres, elaboran ideas de su cuerpo, de su familia y su comunidad y de cómo resolver los conflictos. acaba identificando lo que quiere y no quiere, y lo que puede y no puede hacer, y sus consecuencias. Pero ello requiere del acompañamiento de los padres y/o cuidadores.

Para realizar éste acompañamiento sugiero desarrollar tres habilidades. La primera habilidad es la de autoobservación, la segunda es la de estar atentos a tres formas de responder a los conflictos con los hijos, y finalmente las habilidades de regulación en distintos ámbitos de los padres. ¿En que consiste la habilidad de autoobservación? Es importante que los padres se miren a sí mismos, y reflexionen sobre lo que han transmitido a sus hijos. Por ejemplo, con relación al dinero y los recursos económicos y que se den cuenta cuánto tiempo le dedican al trabajo en sus vidas, y la manera en que ello afecta a sus hijos. Asimismo, que estén atentos a la calidad de la relación afectiva con sus hijos y reconocer si ésta es de calidad, fuerte e íntima. Al igual que se les pide a los hijos que tengan un futuro laboral exitoso y que a su vez sean emocionalmente empáticos y sensibles, se les pregunta a los padres, ¿y cómo son ustedes en esos aspectos? ¿Los hijos aceptan los horarios que tienen del trabajo, valoran sus logros y comprenden sus fracasos? ¿Los hijos tienen un vínculo afectivo fuerte con ustedes, o es un vínculo dañado y débil? Les sugerimos "mirarse con los ojos de los hijos" porque ellos son muy críticos con sus padres, al mismo tiempo que amorosos. Por eso la mirada de los hijos importa.

Pero además de esas habilidades de autoobservación sobre el trabajo y al uso del dinero por una parte, y los afectos y la comunicación por la otra, es importante que los padres evalúen como andan en su vida sexual por un lado, y su vida social por otro. ¿Son los padres muy liberales sexualmente hablando, tanto que abruman a su hijos con información? O al contrario, ¿son tan conservadores en lo que a los temas de la sexualidad se refiere que terminan por cerrar cualquier tipo de comunicación y reflexión sobre éste tema?. En su vida social ¿son tan abiertos y permisivos con los amigos y amigas que la familia se ve desplazada en determinados momentos y ello implica que algunas amistades tengan más autoridad que algún miembro de la familia ante algunas situaciones? ¿Los límites a las amigas y amigos son difusos e inciertos y ello pone en riesgo a los hijos? O es la familia tan cerrada que no hay vida social, que el hogar más bien parece un "castillo de la pureza" donde nadie puede entrar, relajar el ambiente y proponer algo distinto?.

Así, la autoobservación implica reconocer que todo lo que los padres hacen en éstos ámbitos implica no lineal sino paradójicamente a los hijos. Por ejemplo, tal vez la mamá no es afectiva pero aprende a relacionarse muy bien con el dinero, ¿qué tipo de hijo creará? ¿uno que no sea afectivo y que genere dinero? ¿O al contrario, uno que promueva más la vida afectiva que la importancia del dinero?. Ambas posibilidades son reales. Si el hijo es muy dependiente de la madre posiblemente replique el rol que ella le enseña, pero si es más autónomo posiblemente lo rechace y actúe en oposición a ella. O tal vez cree una tercera opción que sea un híbrido entre el afecto y el dinero. Lo mismo ocurre con el padre, ¿un padre exitoso económica mente genera un hijo que sabe hacer dinero, o al contrario crea uno que es dependiente económicamente del dinero? Y si es económicamente exitoso, será emocionalmente ausente o justo por no saber hacer dinero será un hijo emocionalmente cercano y amoroso con el padre? Tampoco lo sabemos, todas las posibilidades están abiertas.

Debido a esto hay que acabar con las expectativas lineales con los hijos. La autoobservación permite mirarse y mirarlos y comprender lo que hacen (cercano o lejano a nuestro ejemplo). Permite entender la decisión de ellos. Si hay padres que se autoobserven posiblemente algunos hijos opten por ésta habilidad, y así ellos también puedan verse con sus ojos, con los de los padres y con los de otras personas y podrán comprender porqu el mundo reacciona como lo hace ante algunas de sus conductas, y ello se llama empatía.

Autoobservarse implica reflexionar, y ello permite darse cuenta que no hay recetas para educar a los hijos. Tal vez alguien se pregunte "Si no hay recetas, ¿entonces tiene caso preocuparse por los hijos? ¿Si posiblemente él haga lo que le digo que no haga, vale la pena decirle algo?"

O al contrario "Si hace lo que se le dice que haga, ¿es eso bueno? ¿No se está criando un hijo demasiado dependiente de mí como madre o como padre?". Como puede verse no hay una respuesta que satisfaga al 100% porque en la maternidad y paternidad de hijos jóvenes nunca habrá una satisfacción a ese nivel, puesto los hijos siempre van a decidir cosas que van a agradar y son cercanas a los valores de los padres, y cosas que no van a hacerlo y no son cercanas a sus creencias. Entonces, la reflexión permite que los padres regulen y moderen sus reacciones y aprendan a disfrutar aquello que les agrada, y comprendan y acompañen a a sus hijos a pesar de que hagan cosas que no les agrada. Entonces la autoobservación es una habilidad relevante para los padres.



En segundo lugar están las habilidades de respuesta. Estas consisten en tres respuestas que usualmente dan a los hijos y que marcan las relación con ellos. Una son las respuesta de intimidad, otras son las de confrontación y la tercera opción, son las respuestas de violencia hacia los hijos. Estas respuestas de los padres las hemos aprendido al trabajar con ellas y ellos. Algunas mamás o papás nos dicen: “Es que hace lo que quiere en casa, lo consentimos en todo lo que quiere y aún así nos insulta”. Esto sería un claro ejemplo de exceso de intimidad.

En otros casos nos han dicho: “Bueno, la verdad es que cuando mi hijo me ha retado, le he tenido que dar sus cachetadas, porque ¿cómo me va a retar a mí que soy su padre? Debe respetar”. Lo cual es un bien ejemplo de respuestas violentas de los padres. O finalmente nos han dicho “Sí, a veces no tenemos dinero ni para comer, pero siempre hemos mantenido mucha comunicación con nuestro hijo. Yo a veces hablo con él cosas de su novia y me confía dudas que tiene de sus hermanos, y con su papá platica sobre la escuela, y lo que le gustaría ser en el futuro”. Esto último, es un buen ejemplo de confrontación.

En el trabajo con mamás y papás hemos observado como hay padres que son cercanos, íntimos, afectivos, etc. a sus hijos. Esas conductas fortalecen el vínculo emocional con los hijos, en estas conductas se les da amor y ello transmite mucha seguridad a los hijos, pues éstos saben que tienen un amor incondicional que les aceptará independientemente de lo que hagan. Pero el dar sólo intimidad, afecto y cariño puede crear hijos sobredimensionados, hijos mimados que aprenden a que se les da todo sin esfuerzo. Ello crea el fenómeno de hijos que se vuelven tiranos en casa y quieren tener el control de todo, incluso de los padres. El contrapeso a la intimidad es la confrontación o la violencia. Nosotros no optamos por la violencia, pues un padre que es muy íntimo y que de repente genera daño, abuso y control, revienta el vínculo afectivo que construyó. Un hijo que es violentado acaba por darse cuenta que el amor que recibe en la intimidad no es tal, sino que es parte de un ciclo de arrepentimiento de los padres donde se sienten culpables por maltratarlo. La violencia de los padres hacia los hijos adolescentes puede ser tan severa que lastima lo más profundo de estos, y ello acaba por expulsarlos de la casa, o por impulsarlos al suicidio o consumo de drogas. Entonces lo padres que opten por la violencia están dañando severamente a sus hijos. Por ello sugerimos que el equilibrio a la intimidad sea la confrontación.

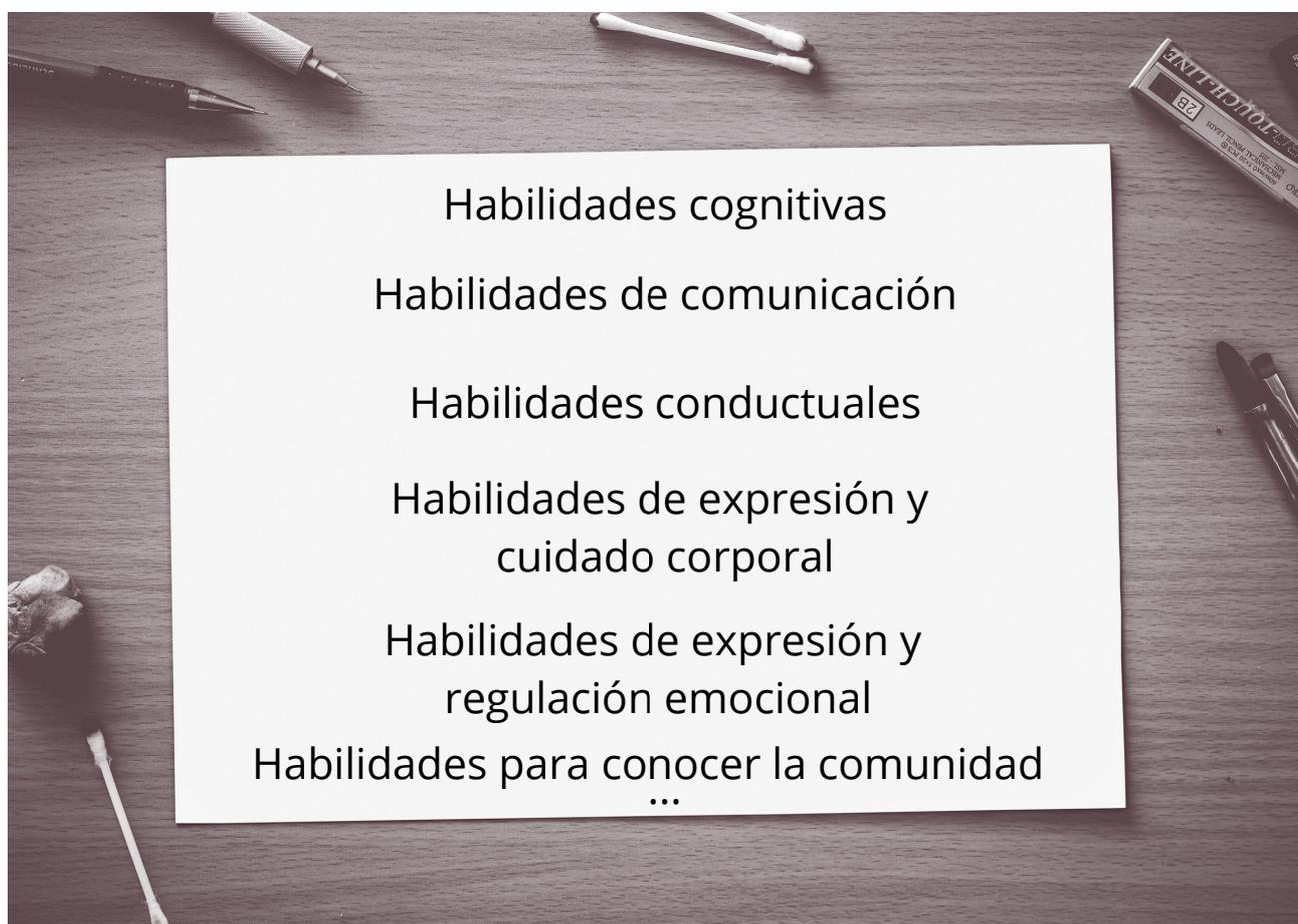
Confrontar es dialogar, es hacer preguntas por muy incómodas que éstas puedan ser para conversar sobre algo que los padres han visto y que les preocupa. Confrontar es dialogar con los hijos en una plática no cómoda porque los hijos usualmente no la quieren establecer -porque saben que se les va a confrontar-. Entonces es tener el temple de no sentirse enojados, insultados, descalificados a pesar de que el hijo insulte, descalifique y se enoje. Un padre o madre que sabe librar esos obstáculos que pone el hijo llegará a dialogar con él.



La confrontación es preguntar, escuchar y enseñar a los hijos a preguntarse y reflexionar sobre sus actos y las circunstancias en las que vive su juventud. La confrontación construye jóvenes inteligentes porque se les enseña a pensar. Por ejemplo, cuestionarse si los amigos que ha elegido son los que el realmente quisiera; cuestionarse realmente porque se enamora de la joven que ha elegido; preguntarse sobre si la carrera o trabajo que ha elegido es lo que realmente quiere; preguntarse sobre si el conflicto con el maestro o el patrón, valen la pena como para preocuparse tanto. Cuestionarse sobre la orientación sexual que ha elegido, preguntarse sobre el consumo de drogas o conductas de riesgo, etc. La confrontación es un diálogo no cómodo, pero necesario que da como resultado que los hijos se sienten acompañados por los padres. Se sienten orientados por éstos. Se sienten cuestionados pero también informados por más opciones que a veces no veían. Confrontar es abrir a puntos de vista que posiblemente no habían meditado sobre algo. De esta forma, consideramos que entre la intimidad y la confrontación se genera un acompañamiento importante para los hijos, y que la violencia lo que hace es dañar y en algunos casos romper la relación.

VII.2 Habilidades de regulación para mamás, papás y cuidadores.

Finalmente, en tercer lugar, ¿qué habilidades les sugerimos a las mamás y los papás para acompañar a sus hijos en la adolescencia? ¿Qué más se requiere para aceptar lo que no agrada y no sobredimensionar lo que sí? Ya vimos que la reflexión y el mirarse a uno mismo como mamá y papá en sus valores y proyecto de vida es importante. Tener claridad sobre lo que uno cree en torno a la sexualidad, las y los amigos y amigas y el dinero importan porque modelan un ejemplo para el joven. En segundo lugar vimos que la intimidad es buena, el saber estar con los hijos y convivir sin nada más, divirtiéndose acompañándose es algo que une, pero que a ello hay que añadirle la confrontación para hacer reflexionar sobre problemas o preocupaciones que puedan plantear. Evitar a toda costa la violencia. En tercer lugar les ofreceremos siete habilidades a las mamás y los papás de hijos adolescentes. Estas son 7 habilidades que cada uno debería de observar y regular al dialogar, convivir y/o relacionarse con los hijos. Las habilidades implican recursos cognitivos, comunicacionales, conductuales, emocionales, corporales, de historia de vida y presión social que influyen en el momento de la interacción con los hijos. Veamos a continuación en que consisten.



Habilidades cognitivas

Es importante aprender a identificar lo que se piensa sobre los hijos. Padres que piensan usualmente mal de ellos, tratarán en consecuencia así a sus hijos. Por ejemplo, si creen que es un inadaptado, un vago o que “no llegará a nada en la vida” entonces de una forma u otra transmitirán esas ideas. Por ello es importante auto observarse y escucharse y darse cuenta de cuándo se piensa en términos tan negativos y detener esas ideas. Tampoco sirve tener ideas sobredimensionadas e irreales de ellos. La idea no es creer que “será el mejor”, “será único” y que “nadie es como él” porque se esta formando a una persona intolerante con los defectos y problemas que inevitablemente tendrá en la vida. Si bien es cierto que las “ideas positivas” pueden hacerlo sentir valorado, si no son acordes con las experiencias que el va viviendo serán irreales y la madre o el padre pierden credibilidad. Por ejemplo, si un hijo no sabe jugar futbol, y los padres insisten en que “es un excelente jugador”, pero tanto el entrenador como los compañeros del equipo lo evitan porque no lo es, entonces están incrementando la frustración del joven y evitan que continúe buscando su real afición.

Entonces sugerimos expresar a los hijos ideas que lo hagan sentir valorado, pero también ideas realistas que les hagan sobrellevar situaciones adversas como reprobado alguna materia, vivir una expresión de fracaso en un deporte, aceptar una pérdida amorosa, etc. Consideramos que entre ideas de valoración y realistas se podría encontrar un buen equilibrio que al joven le permita pensar, aceptar y luchar en la realidad. Las ideas negativas como “eres un estúpido”, “nunca harás nada bien”, “saliste igual de inepto que tu padre/madre”, etc. son violencia, y no ayudan.



Habilidades de comunicación



Todo proceso de comunicación implica un emisor y un receptor, y el tono, claridad y calidad emocional del mensaje importan, y mucho. Si el estilo de los padres al comunicarse es amenazante, vertical y autoritario, posiblemente ese esquema reproduzcan los hijos con sus parejas, amigos, familiares, maestros, etc. Si es uno omiso, donde no se usan palabras y no se expresan ideas y/o emociones, y tampoco se invita al diálogo, también puede ser reproducidos por éstos. Proponemos a los padres usar una comunicación que se abra a la escucha y que exprese ideas y sentires de forma regulada. Escuchar no es solo oír, implica dialogar con el hijo para que pueda ofrecer sus ideas de forma que el adulto/a pueda comprenderlas, y por ello se debiera de preguntar no con la idea de controlar, sino de apoyar para que el hijo desee expresar. Y al expresar se comprende mejor lo que se quiere decir. Por otro lado, comunicar implica expresar lo que piensa, siente y/o en lo que cree el padre o la madre. No es un eterno sermón sobre lo que uno piensa o cree, ni tampoco una apertura emocional sin control donde el padre o madre acaban presentándose como víctimas de “las malignas conductas de los hijos” o acaban hablando de todos sus traumas en su vida, NO. Consiste en elegir el momento, las ideas y frases adecuadas donde uno explica lo que quiere decir y explica porque lo dice. No tiene que ser muy extenso, pero tampoco tiene que ser muy breve. Es lo adecuado para lo que se observa. Entre la habilidad de escuchar y explicar cada mamá y papá podrán construir un puente con los hijos.

Habilidades conductuales

Cuando interactuamos con los hijos las conductas que hacemos los padres son relevantes. Si al estar con ellos en un momento de tranquilidad me la paso trabajando o haciendo quehacer en la casa, dirigiendo mis conductas hacia otros intereses que no demuestren que me interesa estar con ellos, tarde o temprano los hijos sacaran sus celulares o se irán a sus cuartos para realizar actividades que también sean de su interés.

Si al estar con ellos, las conductas se dirigen sin invadirlos pero tomándolos en cuenta, entonces podrán sentirse acompañados y posiblemente no acudan a sus habitaciones y/o teléfonos celulares, no se aislarán. Si además organizo y planeo actividades para "pasarla juntos" en una tarde, en un paseo o en una actividad común como pasear a la mascota de la casa, entonces ellos aprenderán la importancia de la interacción en cosas sencillas, pero significativas. Ir al centro comercial, sentarse a ver una película en el cine, salir con la familia y/o amigos sin haber tenido realmente momentos de interacción e intimidad con los hijos pasar momentos "de distracción", pero creemos que no son significativos para ellos. Más vale caminar juntos a la farmacia o la tienda de la esquina y aprovechar el momento para comentar lo agradable que es estar juntos que un día en el centro comercial sin decir una palabra y dándole rienda suelta al consumo. Paseos a museos, a lugares turísticos, a aventuras en un parque o bosque, ir a la playa o a un pueblo para conocer los alrededores de la ciudad siempre son actividades relevantes que implican interacción. Conductas como amenazar, imponer, amedrentar, lastimar, etc. solo alejan a los hijos y hacen que estos busquen en otros espacios y otros grupos donde se sientan acompañados.



Habilidades de expresión y cuidado corporal

El cuerpo es el eje de la identidad de los jóvenes. Por ello se tatúan, hacen deportes, bailan, viven su sexualidad e incluso consumen drogas o se exponen a situaciones de peligro. Porque el cuerpo es la matriz de su identidad, y éste les dice quienes son en una época en la que no lo saben. "Al menos soy este cuerpo" dirán los jóvenes, y por ello requiere expresarse en la ropa, el peinado, en el uso de determinadas palabras y frases, etc. porque al hacerlo se expresan y "se dicen" frente a los padres. De alguna forma el cuerpo de los adolescentes les dicen a los adultos "no soy como tú". Esto es, "si tú eres serio, yo no lo seré", "si tú eres aburrido, yo no lo seré", "si no tienes tatuajes, los tendré", "si no vas a bailes, yo sí", etc.

Es importante leer los mensajes que los jóvenes dan con sus cuerpos, y no sobre-reaccionar ante ellos, más bien saber acompañarlos y comprender que muchos "estilos", "modas" y/o formas de expresarse pasarán y sólo algunos aspectos perdurarán. No se trata de adultos/as que puedan estar en una relación tan horizontal que caigan en el "tú te pones un tatuaje, yo también", o "tu consumes drogas, yo también". Creemos que no,

Por otro lado el cuerpo significa placer. Ese es el principal descubrimiento en la juventud. Y el placer es lo más olvidado por



las adultas y adultos. ¿Porqué? Porque el mundo del trabajo se fundamenta en el displacer, en la productividad y en la cisificación del la alegría en el dinero y el consumo. Para muchos adultos es más placentero un buen salario que una conversación con sus hijos. Pero afortunadamente la juventud recuerda que eso es un engaño.

La tarde con los amigos, el escuchar una pieza musical, el consumir alguna substancia sin riesgo, hacer el amor con alguien que me atrae, sentirme reconocido por pares, la emoción de un beso o sentir la mirada de alguien no tiene precio, y el dinero no puede comprar esas experiencias. Si bien por el placer puede haber situaciones difíciles como un embarazo, como el consumo de drogas peligroso que daña la salud, o el abandono de la escuela y el esfuerzo en un trabajo, los padres podrían buscar un equilibrio entre todas las posibilidades que da el cuerpo. Padres que son guías se informan sobre drogas, sexualidad, la música y los deseos de los jóvenes, y les orientan para que elijan lo que les permita crecer.

Habilidades de expresión y regulación de emociones

La idea de la expresión de los sentimientos es muy relevante. Si los adultos pueden regular lo que sienten, seguramente ese modelaje será relevante para los hijos. Pero si una madre o un padre se desbordan frecuentemente en la tristeza o ira, seguramente el hijo podría seguir ese ejemplo. Si la madre o el padre guardan silencio ante situaciones graves, posiblemente también el hijo siga ese ejemplo. Si el padre o la madre al conversar usan frases como "Me siento..." o "Mis sentimientos son...", o ejercitan preguntas como "¿Cómo te sientes con...?", "Debe ser triste sentirse así...", o "A veces yo me enojo también con algo similar...", etc. entonces se estará mostrando que hablar de emociones no es sólo ni de mujeres ni de roles femeninos, sino que es algo importante pues se expresa lo que se siente frente a una experiencia o situación que es significativa.



Junto con la comunicación, las conductas, los pensamientos, el cuerpo y las emociones van de la mano. Comunicar los sentimientos es importante (como vimos arriba), pero también actuar de acuerdo al momento emocional de alguna situación lo es. Expresar cercanía a través de los cuerpos también implica un mensaje emocional importante, y pensar en lo que otra gente siente también adquiere relevancia para cualquier persona. Entonces, las emociones no son sólo se viven y reconocen, además se viven en múltiples planos que tienen como resultado el que el joven sienta a los padres cercanos y cálidos, o lejanos y fríos. La experiencia emocional que se expresa de forma regulada (ni se desborda, ni se oculta) siempre da pie para que el interlocutor exprese lo que siente de forma también regulada. Hay que tomar en cuenta que a veces son las mujeres quienes más se expresan al punto de desbordarse, y son los hombres quienes menos lo hacen y suelen guardar lo que sienten. El trabajo para las mamás es expresar

de forma regulada (ni se desborda, ni se oculta), y ello siempre da pie para que el interlocutor exprese lo que siente de forma también regulada. Hay que tomar en cuenta que a veces son las mujeres quienes más se expresan al punto de desbordarse, y son los hombres quienes menos lo hacen y suelen guardar lo expresar regulando, y el trabajo para los papás es el mismo. Ambos tienen tareas opuestas, pero posibles. Sin embargo, podrá haber mamás que no expresen y sean muy duras, y padres más expresivos al punto que desbordan sus emociones. También para ellos el trabajo es respirar y expresar lo que sienten, y si no pueden hacerlo, su trabajo es ir a terapia, destrabar lo que está atorado -y que es un obstáculo para establecer la comunicación con sus hijos- y reconocer las emociones que sienten y las que tienen sus hijos.

Habilidades sobre la historia de Vida

Es importante que los padres tengan en cuenta las narrativas que existen en la familia, tanto de momentos y situaciones difíciles, como de momentos agradables e incluso heroicos que se han vivido en la familia. Por ejemplo, superar un obstáculo, haber tenido una aventura, etc. En las historias familiares que se transmiten a los hijos se va formando la identidad del grupo familiar. Y ello es muy relevante en el momento de la adolescencia porque les da pertenencia a los hijos. En toda familia hay tíos, tías, primos, primas, hermanos o hermanas que han hecho cosas significativas, conocer y transmitir esas historias es relevante porque además educa a los hijos sobre lo que puede hacerse en la familia. Algunas madres o padres pueden usar las historias de la familia de forma moral, en un sentido de "eso no se tiene que hacer, pues ya ven lo que le pasó al tío Pepe por andar de alcohólico" o "eres igual que tu abuelo, él no es nadie y tú tampoco lo serás...". Estas frases amedrentan a los jóvenes, y les devalúa su imagen de sí. En lugar de ello, sugiero que la historia de las familias sean reflexionadas en un sentido de aprendizajes. Por ejemplo, "¿Por qué creen que el tío Pepe bebía? ¿Qué aspectos hay en contra y cuáles a favor de lo que vivió?" o "¿Que sienten hacia el abuelo? ¿Que creen que hizo en la vida y porque habrá sido así?".



De alguna forma, cuando los hijos comienzan a interactuar con los grupos de hombres masculinos las narrativas familiares se contrastan con las de otros y con las del grupo de hombres. En los grupos de pares hay líderes que construyen una historia de grupo con la idea de atraer a los nuevos integrantes. En ella se presentan usualmente los aspectos de fuerza, dureza e incluso violencia. Si los hombres jóvenes no tienen historias propias, épicas personales y familiares, fácilmente pueden ser seducidos por las historias de esos grupos. En cambio, si tienen historias familiares y personales significativas podrán generar contrapeso a aquellas historias de virilidad. De esa forma, la narración y reflexión en las familias sobre lo que ésta ha logrado fortalece a los hijos ante un mundo que quiere absorberlos y convertirlos en máquinas de reproducción de mandatos de la masculinidad.

Habilidades para conocer la comunidad

La comunidad es un imán para los jóvenes. En oposición a la familia donde hay límites y reglas, las cuales conviven con los afectos y la educación, así como el techo y el abrigo, la calle representa para los jóvenes libertad y una aparente ausencia de límites. Cada adolescente va interactuando con distintos grupos en la calle, y con base en ellos toma decisiones que les permiten crecer y adquirir experiencias gratificantes, y/o viven situaciones de riesgo que a veces pueden costarle el ingresar a la cárcel e incluso la vida misma. El entorno es muy relevante y siempre sugiero que los padres lo conozcan: ir a los lugares donde están los hijos, interaccionar con las personas cercanas, conocer de día y noche los espacios es importante, porque en ellos se pueden dar situaciones positivas y negativas, y se espera que las madres y padres estén listas para actuar ante ambas.

Conversar con los hijos sobre lo que se hace en el espacio público es importante. Sobre todo porque éste es ante todo uno dominado por adultos que buscarán en los adolescentes peones y/o compañeros para sus propios objetivos. Pueden haber hombres que organicen



equipos de fútbol u otro deporte y que quieran integrar a los adolescentes de forma "sana". Pero pueden haber narcomenudistas, tratantes de niños, etc. que buscan involucrarlos en las drogas o en la trata de personas. Entre ambos extremos hay una gran diversidad de opciones que implica que los padres estén presentes y se involucren conociendo a quienes sus hijos van conociendo.

VIII. El secreto

Finalmente, deseamos compartirte algunas reflexiones de lo que hemos aprendido con mamás y papás, y lo que hemos concluido sobre esta etapa o momento de crecimiento de los hijos adolescentes. Hemos observado que muchas mamás y papás con hijos adolescentes viven esta etapa de su vida como un largo y tortuoso túnel, donde sólo esperan que pase y concluya. Otros padres disfrutan más ésta etapa de sus hijos e hijas, se divierten y en general mantienen una visión optimista independientemente de la difícil o fácil situación que presente su hijo. ¿Por qué unos reaccionan de una manera y otros de otra forma? ¿Por qué en una misma relación de pareja el padre es tan comprensivo y cercano y la madre tan amenazante y desbordada, o viceversa?. Porque la manera en la que cada quien enfrenta la adolescencia de su hijo tiene que ver más con sus vivencias personales, que con las de su hijo. Esto es, que la adolescencia de los hijos no son lo que nos ponen en problemas, sino nuestras experiencias pasadas donde no resolvimos cosas y que ante el inevitable crecimiento del niño obliga a la madre y al padre a crecer y ser más adulto.



Por tanto, hemos aprendido que el dolor que sienten las madres y padres se debe más a su propio crecimiento que al de sus hijos. Que la adolescencia de los hijos es para que los padres dejen de ser tales, y entren a la adultez. Por ejemplo, si hay una mamá soltera que nunca se hizo plenamente responsable de su vida económica, entonces la adolescencia de su hijo la obliga a serlo. Y ese "empujón" del hijo duele más que el hecho de que su hijo tenga problemas -por ejemplo- con la escuela.

O si un papá es alcohólico y sus hijos llegan a ser jóvenes, ello lo obliga para que deje el alcohol y se haga más responsable de sus hijos. Entonces, la renuncia al alcohol es lo que le duele más a ese padre que los problemas propios de los hijos. Entonces, insistimos que la adolescencia de los hijos es para que los padres dejen de serlo y asuman plenamente su adultez. Un adolescente o joven no puede educar a otro, requiere alguien con más experiencia y que pueda aconsejar, acompañar y guiar. Esa sería la idea no adultocéntrica de una adulto o adulta. La idea adultocéntrica sería la de un papá o mamá (o "cuidador/a") que debe ser obedecido en cada orden e instrucción. Estos esperan sumisión del hijo. Un "adulto" que usa el poder de esa forma en realidad es un niño pequeño y berrinchudo que tiene mucho miedo y quiere tener el control sobre todas las cosas, o es un adolescente o joven inseguro que se atemoriza ante lo nuevo. Por eso son papás, mamás, maestros/as, etc. autoritarios y violentos, porque tiene miedo y son inseguros. Y ese es el fundamento del adultocentrismo, pero también de toda relación jerárquica machista, racista, clasista, etc.

Al contrario, adultos o adultas que crecen con sus hijos aprovechan cada reto que éste le pone para mejorar, mirarse, reflexionar y crecer. Y al hacerlo su hijo lo mira y se da cuenta que puede elegir otras opciones. La mamá y el papá asentados en su adultez también tienen miedo y son vulnerables, pero no violentan a sus hijos, suman esfuerzos con ellos para enfrentarlos. Ante la adversidad, la afrontan y superan. Esas son prácticas no jerárquicas ni adultocéntricas.

Entonces, el secreto de una paternidad o maternidad no adultocéntrica de hijos adolescentes radica en permitir que los hijos sean a su vez maestros de las mamás y papás, y que éstos últimos se permitan caminar por donde no lo habían hecho antes. Por ejemplo, si la madre y el padre son muy tranquilos y están usualmente en casa, tal vez un hijo que salga más y viva más de noche les puede enseñar las distintas facetas de la vida nocturna. Lo más fácil es descalificar lo que el hijo dice y vive e ignorarlo desde la idea de "superioridad" adulta, pero entonces los padres no crecerán. Y la adolescencia de los hijos es para que los padres crezcan. Si un hijo es viajero, le agrada acampar y salir con los amigos a la aventura a distintos lugares, ello puede ser ejemplar para padres que nunca salen de casa. O al revés, si los padres salen mucho posiblemente un hijo que le agrada estar en casa les permite revalorar el tiempo en casa y la convivencia doméstica. En ambas posibilidades hay más de un escenario posible, pero en algunas los padres no crecen y no aprenden cosas nuevas, y en otras sí y se dejan llevar por el ejemplo del joven.



Entonces el secreto es que la adolescencia la requieren no solo los hijos, sino también la mamá y el papá. De alguna forma es una etapa, período o momento en que toda la familia se sacude, se rompen los hábitos que había con el niño, se abren nuevas posibilidades y riesgos y todo mundo debe de replantearse qué hacer, como vivir y como relacionarse con personas que son las mismas que antes, pero que son totalmente nuevas. Y la adolescencia es la novedad en la vida de las personas. Es lo nuevo para los jóvenes, para las jóvenes, para la mamá y el papá y para el resto de la familia y amigos. La adolescencia y la juventud son la muerte de lo anterior, indican una pérdida profunda sobre algo que ha dejado de ser para pasar a otro momento. No solo cambia del niño al adolescente y joven, también los padres pasan de ser padres jóvenes a adultos y a envejecer. Y posiblemente ese aspecto es el que "mueve" o cuestiona mucho a algunos padres: que están envejeciendo y les cuesta trabajo aceptarlo.

Y el envejecer, en una sociedad con tanto rechazo a las personas adultas mayores, a las viejas y viejos, da miedo a muchos padres. Los adultos/as quisieran serlo siempre porque da poder y privilegios, pero inevitablemente el tiempo avanza y para no pocos padres el crecimiento de sus hijos e hijas es un indicador de que "el tiempo se acaba". Los hijos e hijas con su crecimiento devuelven a los madres y padres la importancia del tiempo. Les dicen que no hacer las "cosas que tenías que hacer por estar perdiendo el tiempo en pleitos de pareja, en adicciones como el alcohol o drogas, en trabajos insatisfactorios, en pleitos con la familia, etc. te lleva inevitablemente a una vida insatisfactoria". Y eso es lo que les duele a muchos padres con la adolescencia de sus hijos, no hacer lo que se tiene que hacer. No tener el valor de dejar una relación violenta, no tener el coraje de tratar de sacar un negocio propio, no haber ahorrado más, viajar más y en general atreverse más. Porque al igual que los adolescentes que están descubriendo y construyendo su identidad, los adultos también están en ese proceso. De alguna forma la adolescencia de los hijos e hijas hace visible las dolencias y ausencias que los adultos tienen y les obliga a enfrentarlas. Por eso duele la adolescencia, no es por los hijos es porque la madre y el padre también tienen que crecer con ellos. Al final, los jóvenes de antes no son tan distintos a los de ahora.



IX. Ejercicios

Ejercitemos lo visto, a continuación encontrarás unas sencillas y profundas instrucciones para apoyarte a mejorar los temas desarrollados durante este manual. Para realizarlos requerirás hojas blancas o un cuaderno, y lápiz o pluma.

Ejercicios 1. Autoobservación

En este ejercicio comprenderás de que forma tu trabajo, amistades, afectan el tiempo que pasas con tu hijo.

Instrucciones: Imagina que la siguiente tabla se encuentran todas las actividades de una semana normal de trabajo. En total son 168 horas (24 horas por 7 igual a 168). ¿Cuántas horas pasas en general:

- Trabajando en oficina o realizando trabajo en casa.
- Realizando labores domésticas.
- Conviviendo con tus amigos/as
- Durmiendo
- Realizando otras actividades personales
- Conviviendo con mi(s) hijo(s) joven(es)
- Otras actividades

Actividades	Horas a la semana
Trabajando en oficina o realizando trabajo en casa.	
Realizando labores domésticas.	
Conviviendo con tus amigos/as	
Durmiendo	
Realizando otras actividades personales	
Conviviendo con mi(s) hijo(s) joven(es)	
Otras actividades	
Total	

Una vez que la has llenado escribe de qué te das cuenta. Por ejemplo, el Señor Raúl hizo el ejercicio y encontró que tenía el siguiente orden en su gráfico:

- Trabajar en oficina: 80 horas
- Realizando labores domésticas.: 10 horas
- Conviviendo con tus amigos/as: 20 horas
- Durmiendo: 30 horas
- Realizando otras actividades personales: 5 horas
- Conviviendo con mi(s) hijo(s) joven(es): 10 horas
- Otras actividades: 13 horas

Como resultado se da cuenta que se la pasa trabajando y convive poco con su hijo, y que tampoco se dedica tiempo a él. Ahora te toca tu turno.

Ejercicios 2. Nuestras respuestas

El objetivo de este ejercicio es que identifiques la manera en la que respondes a los conflictos con tus hijos. Como arriba se señaló, hay respuestas en con conflictos con los hijos de intimidad, de confrontación y de violencia. Veamos un ejemplo para que pueda ilustrarse cómo realizar este ejercicio.

El Señor Andrés estaba en su casa preocupado porque su hijo no llegaba. Eran las tres de la mañana, su esposa le decía que fuera a dormir, que seguramente su hijo se había quedado en la casa de un amigo. Andrés le marcaba a su hijo de 18 años, y éste no le contestaba. Cuando llegó lo insultó, le dijo que no estaría tolerando su rebeldía y estuvo a punto de pegarle pero su esposa lo evitó. Luis -el hijo de Andrés- trató de explicar lo que ocurrió, pero no lo dejó hablar su papá. Como consecuencia el hijo tomó una mochila y salió de casa. Ahora -un día después- tampoco saben dónde está.

Este ejercicio pide estar atento a las respuestas que se dan a los hijos. ¿Cómo respondió Andrés? ¿De forma íntima, confrontando o con violencia? La respuesta sería con violencia debido a las amenazas, intento de maltrato y dificultades para comunicarse de Andrés con su hijo. El hecho de que el hijo se haya ido de la casa, también refleja esa violencia. Entonces ¿Cuál sería la respuesta idónea?. Por ejemplo una respuesta íntima ¿Cómo hubiera sido?. Por ejemplo, al llegar Luis sale Susana, su mamá. Calma al papá y le dice "Ya llegó, deja de preocuparte y enojarte" Luis trata de dar una explicación, pero se lo impide y lo manda a dormir. Andrés se queda enojado, en silencio se va a la cama. Al día siguiente, Luis vuelve a salir en la noche. Ahora no llegó a las 3 de la mañana, llegó a las 6.

¿Como hubiera sido una respuesta donde se confrontara? Susana ve a Andrés muy molesto. Y le propone hacer un plan para cuando llegue Luis. Andrés acepta. Susana le señala: "Te veo muy enojado, por favor no maltrates a Luis, dejemos que llegue y duerma. Mañana hablamos con él". Andrés ve el teléfono, se da cuenta que le ha marcado a su hijo 30 veces, y que por eso está muy enojado, le dice a ella: "ME preocupa que no haya llegado. Pero creo que jhe exagerado en el número de veces que le he marcado. Estoy de acuerdo contigo, que llegue y se duerma. Mañana le preguntamos que ocurrió", pero te pido que tampoco lo premiemos con abrazos y fiestas, hay que tener una actitud seria. Susana acepta. Cuando llega Luis ambos le dicen "que bueno que llegaste, duerme es tarde". Luis se retira a su cuarto. Al día siguiente en el desayuno le preguntan que ocurrió, él explica. Ellos identifican que estuvo a su alcance y que no. "Nada te costaba responderme la llamada hijo" le dijo Andrés. El joven reconoce que debe llevar dinero para poderse mover, pero que también se sintió hostigado por las llamadas de su papá: "Como siempre me regañas al llamarme, preferí no contestarte". Los padres le comunican que en 15 días no podrá salir, pues debe hacerse responsable de su seguridad y la responsabilidad de su familia. Luis se quedó serio, pero entendió la consecuencia.

Ahora reflexiona sobre un conflicto con tu hijo y medita que respuesta diste. Escríbela en una de las tres opciones. Después escribe las otras dos opciones posibles. Identifica las consecuencias de responder de cada manera.

1.- Escribe el conflicto con tu hijo

2.- Elige el tipo de respuesta que diste identificando su consecuencia, violenta, íntima o confrontativa.

3.- Escribe una forma de respuesta que no hayas dado (violenta, íntima o confrontativa).

4.- Escribe la última forma de respuesta que no diste identificando sus consecuencias (violenta, íntima o confrontativa).

5.- Escribe de qué te das cuenta con el ejercicio.

Ejercicio 3. La regulación de distintos componentes

Cuando hay conflictos con los hijos hay que continuar con la capacidad de autoobservarse, pero a diferencia de lo que señalamos arriba, la autoobservación buscará identificar lo que ocurre en mí en distintos ámbitos, y a partir de ellos elaborar una nueva respuesta que sea más a fin a mis creencias y al respeto de los derechos de los jóvenes.

Pongamos otro ejemplo. Fernanda llegó a su casa, ese día había salido temprano porque no tuvo mucho trabajo. Al llegar escuchó ruidos en el cuarto de Ignacio, su hijo de 13 años. También escuchó risas. Fue a la habitación y al abrir la puerta bruscamente se encontró a su hijo con un amigo sin playeras ni pantalones. Ambos estaban en la cama con visible excitación. Se sintió mal, le comenzó a doler el pecho y pensó que eso no le estaba pasando y que no quería que su hijo fuera gay. Guardó silencio, su cuerpo tembló de coraje, y se quedó inmobilizado, no supo que responder. En un acto de mucho enojo salió y regresó a la recámara con un cinturón. Los jóvenes ya se habían puesto la ropa y los correteó por la habitación tratando de pegarles. Se sintió ridícula, pero no supo que decir o hacer. Su hijo trató de explicarle, pero ella no escuchaba le soltaba cinturonzos sin mucho convencimiento del daño y le decía groserías a su hijo como "¡Eres un chico sucio, eso no se hace en mi casa!" también le decía "¡No quiero jotos aquí...!". Al final, corrió al amigo de Ignacio y encerró a su hijo en su habitación llorando. Ella acabó también llorando en su sala, lamentando que su esposo hubiera muerto.

Identifiquemos los siete componentes que forman parte de los ejercicios de regulación: pensamientos, comunicación, conducta, expresión y cuidado corporal, expresión y regulación emocional, historia de vida y conocer a la comunidad. Si Fernanda tuviera un cuaderno y conociera este método ¿Que escribiría? Veamos (escribiremos como Fernanda):

Aspectos cognitivos y/o de pensamientos.- Pensé "Algo había ocurrido en el cuarto de Ignacio" "No sabía que él era gay", "Por tantas horas de trabajo he descuidado mi relación con él". Pensé "Su padre siempre me dijo que odiaba a los gays" y "Vivo una desgracia".

Aspectos de comunicación.- "Al principio guardé silencio, pero después le dije '¡Eres un chico sucio, eso no se hace en mi casa!' y '¡No quiero jotos aquí...!' ". No lo escuché, aunque sí trato de darme una explicación".

Aspectos de conducta.- "Fui al cuarto y abrí bruscamente la habitación de mi hijo. También fui a la habitación a buscar el cinturón, y le pegué y lo perseguí en su cuarto para castigarlo con el cinturón. Corrí a su amigo de la casa, y al lo empujé para que se quedara en su cuarto".

Expresión y cuidado corporal.- "Me dolió el pecho al verlo con otro chico. Mi cuerpo tembló de coraje, y me quedé inmobilizada, no supé que responder"

Expresión y regulación emocional.- "Al principio guardé silencio, después sentí enojo, ridícula y acabé llorando en mi sala. Me sentí sola".

Ambito de historia de vida.- "Identifiqué que me sentía sola, que extrañaba a mi esposo. Pero si profundizo no era a él a quien extrañaba. Sucede que yo siempre fui una adolescente muy sola, y mis papás no estaban conmigo porque trabajaban, y me di cuenta que eso me estaba ocurriendo".

Ámbito de conocimiento de la comunidad.- "Para mi el extraño era ese joven, él representaba a la comunidad, y no, no lo conocí, sólo lo corrí de casa".

¿Que pudo haber hecho la Señora Fernanda ante ésta crisis? Mi sugerencia es que pudo haber regulado cada uno de los ámbitos que hemos desarrollado. Por ejemplo, una vez que ya identificó y escribió su forma de reaccionar en cada ámbito puede escribir cómo le hubiera gustado haber actuado respetando los derechos de su hijo, ejerciendo intimidad y confrotando a su hijo (y sin violencia). Pudo haber escrito algo como lo siguiente:

Aspectos cognitivos y/o de pensamientos.- "Pude haber pensado 'Escucho ruidos en el cuarto de Igor, le preguntaré que sucede' 'Ahora veo que está con otro chico ¿será gay o solo estará experimentando con su sexualidad? Bueno, pues creo que comenzaré a leer para comprender bien que implica. pude pensar 'Esto no es una desgracia, bájale tres rayitas Fernanda... ¡pero me agarró por sorpresa!' ".

Aspectos de comunicación.- "Pude haber hablado de mi malestar diciendo '¿Sabes hijo? Creo que será bueno que platiemos esto al rato, porque no es acordado' o pude haber sido más empática, cerrar la puerta sin decir nada y haber pensado "Al rato, cuando se vaya su amigo, platicamos".

Aspectos de conducta.- "Pude haber actuado saliéndome del cuarto, y respetar la intimidad de mi hijo". Ir a la computadora y al internet para comenzar a leer más sobre la sexualidad de los adolescentes".

Expresión y cuidado corporal.- "Pude haber respirado, relajarme, y esperar que acabaran. Estar tranquila cuando salieran del cuarto"

Expresión y regulación emocional.- "Pude haber reconocido mi sorpresa, y no exagerar mi enojo y serenarme hasta hablar con Ignacio".

Ambito de historia de vida.- "Pude haber pensado que es mejor que no hubiera estado mi marido, porque era un tipo muy violento. Y recordar lo que aprendí en mi familia de origen, las personas valen por lo que son, no por su orientación sexual".

Ámbito de conocimiento de la comunidad.- "Pude haber esperado y conocer al joven cuando salieran del cuarto".

Como podemos ver la manera de regular de Fernanda ofrece una manera de ver distinto la sexualidad de su hijo. No sobre reacciona ni provoca una situación de violencia. Más bien se prepara para negociar, fijar límites y conocer más sobre la sexualidad de los adolescentes. Gritar, castigar y maltratar a su hijo no le va a servir de nada. Esa es la idea que deseamos transmitir con la regulación de los distintos ámbitos que proponemos para trabajar.

Ahora haz el ejercicio con base a una experiencia personal:

1.- Escribe un suceso conflictivo con tu hijo, uno en donde hayas ejercido maltrato y/o violencia.

2.- Escribe lo que pensaste durante el conflicto.

3.- Escribe lo que comunicaste durante el conflicto.

4.- Escribe lo que hiciste durante el conflicto.

5.- Escribe lo que sintió tu cuerpo durante el conflicto.

6.- Escribe los sentimientos que surgieron en el conflicto.

7.- Escribe qué te recuerda de tu historia de vida el conflicto con tu hijo.

8.- Escribe de que manera la comunidad (amigos, compañeros de escuela, otras personas fuera de la casa) influyeron en el conflicto.

Ahora te toca construir alternativas a cada uno de los aspectos que escribiste ¿Como podrías haber pensado, actuado, comunicado, sentido, etc para lograr una mejor relación con tu hijo y haber abordado sin violencia la situación conflictiva? Veamos:

1.- ¿Que pudiste haber pensado que fomentara ideas de apoyo a él y a ti?.

2.- ¿Como pudiste haber comunicado para comprender la situación de tu hijo, o para expresar sin agredir lo que deseabas decir?.

3.- ¿Que pudiste haber hecho en lugar de violentar, y que haya permitido actuar con más igualdad?.

4.- ¿Como pudiste haber regulado lo que tu cuerpo sentía ante el conflicto?.

5.- ¿Que pudiste haber hecho con tus mociones sin maltratar a tu hijo?.

6.- ¿Que momentos en tu historia de vida pueden ser de inspiración para dar un trato más igualitario a tu hijo en ese conflicto?.

7.- ¿Como hubieras haber podido relacionarte con las otras personas de la comunidad (amigos/as de tu hijo, compañeros/as de escuela, u otras personas que influyeron en el conflicto- para comprender mejor su dinámica y abonar a una solución más igualitaria?.

Finalmente ¿De que te das cuenta con este ejercicio? ¿Que aspectos puedes cambiar de forma más fácil y en cuales tienes dificultades?.

Conclusiones

Esta guía es comprensiva porque les propone a los padres y cuidadores/as comprender diversos aspectos que están involucrados en la vida de los hijos jóvenes. Al comprender se entiende, y al hacerlo los padres y cuidadores podrán conocerse mejor ellos y ellas mismas/os ante el crecimiento de los adolescentes. El acompañarlos es una aventura, sean estos "hogareños" o "de calle", obedientes o rebeldes. Hacerlo implica que las madres y los padres crezcan y se confronten con sus propios miedos, dudas y situaciones para las cuales no están listos. La juventud de los padres está marcada por procesos de socialización distintos y nuevos riesgos y certidumbres diferentes. Pero indudablemente los padres se encuentran listos para acompañar a sus hijos en su propia adolescencia si tienen la voluntad y el arrojo de cambiar y vivir esa aventura.

Los hombres adolescentes tienen riesgos relacionados a la violencia de masculina distintos a los que enfrentan las mujeres. Estos viven demandas para reproducir la masculinidad y aunque inicialmente lo viven como situaciones de opresión y vulnerabilidad, la misma masculinidad y el patriarcado en general crean estrategias de recompensa dirigidas a los hombres para acepten el juego de la masculinidad.

Muchas mamás y papas no saben nada sobre la masculinidad, creen que sus hijos entran a la adolescencia y juventud de forma neutral, en un campo y espacio que no les demandará nada distinto a lo que vivieron en la infancia. Pero no es así, la sociedad les tiene preparados una serie de presiones y demandas que tensarán hasta lo más íntimo las relaciones del joven consigo mismo y pondrán a prueba la relación entre los hijos y los padres. Si los padres son ingenuos y no se preparan, todos los nuevos riesgos los adjudicarán a los cambios biológicos y emocionales del joven. Pero si escuchan más a sus hijos y se preparan leyendo sobre el significado del ser hombre joven en sociedades machistas, comprenderán que la sociedad tiene una fuerte influencia en los nuevos problemas y oportunidades que sus hijos varones les presenten.

Deseamos que este cuadernillo sea una guía que les permita a las mamás y papás comprender mejor a sus hijos e hijas adolescentes. Que no se tomen a pecho todos los conflictos y problemas que inevitablemente vivirán con ellos. En realidad el cuadernillo pudo haber sido un libro más extenso y amplio, pero decidimos algo breve y muy puntual porque a veces el estrés y la tensión que implica tener hijos adolescentes no permite que las personas se concentren en la lectura por largos períodos. Les invitamos a consultar materiales de Hombres por la Equidad, A.C., varios tratan de la construcción social de la masculinidad en hombres jóvenes. Creemos que esas otras lecturas podrán enriquecer las ideas que con un gran afecto les compartimos a las mamás y a los papás.

Bibliografía

Aguilar A. Fernando y García Roberto (Coords.), Cultura y jóvenes en México. Miradas diversas, CONACULTA-DGVC, Vol. 25, México, 2011.

Fexia Carles, "De las bandas a las culturas juveniles", en revista Estudios sobre las Culturas Contemporáneas, vol. V, núm. 15, Universidad de Colima, Colima, México, 1994.

<https://www.redalyc.org/pdf/316/31601507.pdf>

Fexia, Carles, Culturas juveniles como perspectiva para analizar juventudes (1993-2018), Revista Última Década, Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales, Chile, 2018.

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22362018000300089

Garda Roberto (Coord.), Hormonas, razones y violencias. ¿Qué pasa con los adolescentes y sus familias en el México contemporáneo?, Hombres por la Equidad, A.C. – Indesol, México, 2007

https://www.academia.edu/34798467/Conflicto_violencia_e_intimidad_en_las_familias_con_hijos_e_hijas_adolescentes_en_la_Ciudad_de_M%C3%A9xico

Garda Roberto, "La paternidad fue tejida, no construida", en Letra S, 5 Junio, México, 2019.

OMS, Desarrollo en la adolescencia, 2021. Link:

https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Muchas gracias por leer este cuadernillo, esperamos que encuentres en estas páginas claves que te permitan reflexionar sobre ti mismo y tu realidad. Te dejamos a continuación un pequeño directorio de otros servicios a los que puedes acceder si necesitas más apoyo, recuerda que no estás solo.

Apoyos UNAM

Programa de Atención Psicológica de la UNAM
55 50 25 08 55

Defensoría de los Derechos Universitarios
55 56 22 61 64
55 56 22 62 25
55 56 22 62 26
55 56 22 62 28

www.defensoria.unam.mx
defensoria@unam.mx

Coordinador proyecto: Gabriel García Mellado

Autor Mtro. Roberto Garda Salas

Organizaciones Civiles

● CORA. Centro de Atención y Capacitación Integral A.C.
<https://www.cora.org.mx/>
Tel. 55 5559 8451

● Adolescentes SC
<https://www.allbiz.mx/adolescentes-s-c>
Tel. 55-5543-5519

● Mexfam
<https://mexfam.org.mx/>

● Hombres por la Equidad, AC
joveneshxe@gmail.com
Tel. 5511077797

Hombres por la Equidad, AC
Ciudad de México, México 2020

www.hombresporlaequidad.org
hombreshxe@gmail.com
Facebook: hombresporlaequidad

«Este programa es de carácter público, no es patrocinado ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes. Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos. Quien haga uso indebido de los recursos de este programa en la Ciudad de México será sancionado de acuerdo con la ley aplicable y ante la autoridad competente»

El Secreto

La cultura, la sociedad y la masculinidad en la educación de hombres adolescentes y jóvenes.



Hombres por
la Equidad a.c.