

Adolescencia época de crisis y proyectos **Lic. Tere Lozano Ramírez**

La edad de la adolescencia es ciertamente una época de grandes conflictos, pero también es el momento del encuentro del joven consigo mismo, con el despertar de nuevas energías y emociones, que le dan grandes oportunidades para descubrirse dueño de sus pensamientos y de su tiempo, de reconocer el cambio en su cuerpo y la revelación tempestuosa de la energía sexual, así como el disfrutar que los quieran y querer.

Es la edad del enamoramiento y de copiar actitudes, hábitos y modas con el fin de ser aceptados por quienes sufren y padecen la misma situación. Pasando en este proceso de lo sublime a lo ridículo, de la aceptación al rechazo de lo ya establecido, con el fin de encontrar y formar su propia identidad.

La escala de valores en los adolescentes está influenciada por las personas que conocen, por libros de otras culturas, por los medios de comunicación, las modas, etc. Por todo esto es necesario que el objetivo de la educación tenga fines y valores concretos. El propósito de ésta es formar hombres capaces de adaptarse con madurez a nuevas experiencias; con pensamiento crítico y habilidades intelectuales para estructurar las nuevas experiencias.

En el centro de todo este planteamiento está la convicción de que el hombre, por naturaleza, está llamado a la realización de valores.

Los valores

Los valores comienzan a adquirirse desde la niñez, cuando el niño va adoptándolos, a través de la educación recibida en la casa, en la escuela y con los amigos. Susan Pick (Presidenta del Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población, A.C.) (IMIFAP) y su equipo de investigadores mencionan que, “al llegar a la adolescencia, los valores aprendidos sufren modificaciones. Usualmente, los adolescentes tienden a cuestionar o rechazar los valores adquiridos en su niñez como una forma de autoafirmar como individuos independientes”. Por lo consiguiente, la crisis de valores durante la adolescencia es un proceso característico del desarrollo humano, es conveniente orientarlo respecto a la importancia de que tengan clara su propia escala de valores, desarrollando y manteniendo una actitud crítica y reflexiva ante las influencias que reciban.

Los valores familiares que se poseen son las guías que regulan la conducta y son el medio de relacionarse con los demás. Debemos señalar que el adolescente, que se valora y se respeta a sí mismo, tiene más probabilidades de ser valorado y respetado por los demás.

Un valor es algo que perfecciona al que lo posee, es algo valioso que lo enriquece y que se está orgulloso de tener.

Cada uno tiene una escala diferente de valores según su propio proyecto de vida. Todo lo que nos acerque a esta meta va a ser valioso para nosotros con lo que rechazaremos todo lo que nos aleje o nos impida llegar a ella. Si no se tiene claro lo que se quiere lograr en la vida y se vive sólo por impulsos, nunca se lograra nada. La vida será un dar vueltas sin sentido en un camino que no tiene principio ni fin. De acuerdo a las metas de cada quien, se va a estructurar la escala de valores en orden de importancia para llegar a ellas. El darle un orden ayuda a situar los valores en el lugar correcto. Si no existe este orden, se tiende a sacrificar los valores superiores por los inferiores.

Hay valores que nos hacen ser mejores y otros que nos hacen ser "mucho mejores". Si lo que se busca en la vida es llegar a ser una persona de éxito, preparada, ordenada, agradable, simpática, con autoridad, etc., lo que se busca es algo valioso y benéfico. Pero hay otros valores que perfeccionan en lo profundo, que hacen crecer como persona, que dan más calidad humana y que dependen solamente de que uno los quiera hacer suyos y ponga esfuerzo en lograrlo. Por ejemplo: la justicia, la honestidad, la valentía, la sinceridad, la modestia, el dominio de mí mismo, etc.

Si una persona tiene todos los valores de salud, belleza, inteligencia, don de mando, etcétera, pero ningún valor profundo, será menos valiosa como persona frente a otra pobremente dotada en cualidades, pero rica en profundos valores humanos como honestidad, simpatía, alegría, generosidad, etcétera. Para que nuestra superación sea profunda, debe estar cimentada en valores sólidos y duraderos y no sólo buscar valores de fachada como el éxito, la belleza, etc. Esto no quiere decir que no debemos esforzarnos por lograr estos otros valores que también nos ayudan, pero sí que los sepamos situar y darle más importancia a los valores profundos.

Los valores superiores son los que dependen absolutamente de nuestra voluntad que es libre, no se heredan ni se adquieren al momento de nacer. Lo que tenemos no es permanente: ahora lo tenemos y mañana no. Lo que somos nadie nos lo puede quitar, es nuestro y es para siempre. El tener una escala de valores adecuada hace que seamos personas valiosas y felices. Es esta la labor que debemos efectuar con mayor ahínco en la adolescencia y a continuación se sugieren algunos medios para lograrlo:

- ✓ **Oración:** de gran ayuda para alcanzar la gracia y la luz necesarias.
- ✓ **Testimonio:** Es la congruencia la mejor herramienta para educar.
- ✓ **Consejo:** Muy necesario para el adolescente y sin embargo no siempre se atreven a pedirlo.
- ✓ **Fomentar conversaciones personales** con los adolescentes sobre temas que a ellos les interesan, para poderlos guiar en el correcto discernimiento.
- ✓ **Hablar con claridad**, con argumentos y razones para que aprendan a elegir lo más conveniente.
- ✓ Guiarles a **hacer opciones de vida**, que los lleve al compromiso como opción de vida.
- ✓ Ayudarlos a **juzgar los hechos** y los comportamientos y no a las personas.
- ✓ Fomentar las relaciones interpersonales basadas en el **respeto y la aceptación** de cada uno.

- ✓ Fomentar el **ejercicio de la voluntad y la razón** para ejercer el autodomínio y la tolerancia.
- ✓ **Ser amigo del adolescente** sin comportarse como adolescente, sino demostrando comprensión y respeto por sus opiniones sin perder de vista lo correcto y lo incorrecto, ser claros y firmes, demostrándoles confianza sin exponerlos a situaciones de peligro.

Conclusión

La adolescencia no es sólo época de crisis, también es la época de proyectos y metas; es un periodo maravilloso en el que todas las cosas son posibles; los jóvenes comienzan a conocerse a sí mismos y la gran mayoría de ellos puede superar los problemas que se presentan, cuando se sienten escuchados amados y aceptados.

Los adolescentes, cuyo comportamiento manifiesta problemas, deben recibir ayuda de inmediato, para que puedan reconocer y confiar en sí mismos para una adecuada transición a la edad adulta.