

Orientación sentimental

¿Qué creen los adolescentes?

✍ Lic. Élcida Álvarez Carril

«Tú no eres para mí nada más que un jovencito parecido a otros cien mil jovencitos. Y no te necesito. Y tú tampoco me necesitas. No soy para ti nada más que una zorra parecida a otras cien mil zorras. Pero si me domesticas, nos necesitaremos mutuamente. Serás para mí único en el mundo. Seré para ti única en el mundo».

Estas bellas palabras de Antoine de Saint-Exupéry podrían resumir cualquier teoría sobre el amor, el enamoramiento y todos esos sentimientos en los que se embargan con frecuencia los adolescentes. Quizás en esta edad como en ninguna otra etapa de la vida, el ser humano se enfrenta con el «susto del amor»⁽²⁾, al decir de García Márquez y este «susto», que se acompaña hasta de reacciones psicofisiológicas, los preocupa a la vez que lo disfrutan. De estos sentimientos se alejan y se acercan, pero es parte de su desarrollo; estos nuevos estados afectivos van a acompañarlos a partir de ahora para toda la vida. El descubrimiento del amor, las primeras decepciones, las ambivalencias y miedos que acompañan estas experiencias sentimentales hacen que los adolescentes quieran conocer ¿Qué les está sucediendo? ¿Cómo enfrentarse a esta nueva gama de sentimientos? ¿Cómo comprenderse a sí mismos?

Sin embargo, contradictoriamente, a la educación sentimental y espiritual, no siempre se les dedica suficiente tiempo y recursos, pocas veces existen espacios para la cultura sentimental; según el criterio popular se nace con buenos y malos sentimientos y no es necesario cultivar o educar nuestro mundo afectivo.

Los adolescentes ante las nuevas manifestaciones de su sexualidad, tienen tantas preocupaciones por su mundo afectivo, como por el inicio de sus relaciones coitales, no hay que olvidar que estas relaciones se acompañan de sentimientos que pueden ir, desde el miedo hasta el enamoramiento.

Por todo esto consideramos que ante una posición holística de la sexualidad, aquello referido al mundo interior del hombre, su espiritualidad y su forma de

comunicarse con los demás no puede dejarse fuera. Si cuando pensamos en una educación de la sexualidad, dejamos estos aspectos, estaremos quitando aquello que matiza la vida, lo que le da color y calor, renunciaremos al placer de sentir y se deshumaniza la sexualidad.

Los adolescentes que no teorizan al respecto, sabiamente preguntan tanto en los grupos ¿cómo individualmente existe el amor?, ¿cómo saber que estoy enamorado?, ¿se enamoran más las muchachas, que los muchachos?, ¿cómo defenderse de las manipulaciones?, ¿cómo lograr una comunicación afectiva?, ¿qué esperan las muchachas de los muchachos y viceversa, respecto a la relación sentimental?

Cuando se trabajan estos aspectos con los adolescentes, el clima debe ser flexible, dando posibilidades a la creatividad, el tema del amor sugiere poesía, lecturas e intercambios artísticos diversos, es muy importante dejar fluir los sentimientos sin censuras y ayudar a conformar los valores más auténticos en este quehacer.

No pretendemos teorizar, ni dar fórmulas, pero creemos imprescindible, no soslayar en los programas para Educar la Sexualidad, los aspectos referidos al mundo espiritual, de todos modos, cuando lo hacemos, los adolescentes buscan la manera de introducir el tema y esto lo hemos constatado en nuestra experiencia.

Los objetivos trazados al trabajar esta esfera han sido:

- Dar apertura a un espacio donde se hable de amor, sentimientos y placer con responsabilidad.
- Brindar un conjunto de recursos psicológicos que enriquezcan la vida afectiva y que permitan enfrentar las limitaciones que se presentan en esta esfera.

Si de amor hablamos es importante comenzar por el amor propio (autoestima), si no nos amamos, es difícil poder amar a otros. Cuando se trata esta temática, encontramos en los adolescentes preocupaciones por su imagen corporal, lo cual es normal en un cuerpo que cambia, que está sometido a un pro-

ceso de desarrollo. Reforzar la autoimagen es de gran valor a esta edad.

La imagen corporal estereotipada desde lo social (tanto de hombre, como de mujer), influye negativamente en el ideal físico de los adolescentes. Desestereotipar estos modelos, ayuda a la recuperación de la autoestima y autoimagen y posibilita establecer relaciones más humanas.

Cuando trabajamos la expresión de sentimientos, vemos cuán difícil es manifestar verbalmente te quiero, te necesito, deseo verte y, en ocasiones, más difícil aún tomar una mano con temura o deserotizar un abrazo o encuentro físico por el solo placer de expresar un afecto y recibirlo.

La intimidad es temida, se teme al compromiso, se desconfía, se preocupan por la manipulación de los sentimientos, por la infidelidad a lo sentido, se teme, al decir de la zorra de nuestro principito «a tener que llorar». No obstante, el adolescente busca la intimidad, como no lo ha hecho antes. Es en este período de la vida que se descubre el valor de intimar tanto con el propio sexo, como con el otro sexo. Por eso trabajamos como recurso, la asertividad, las diferentes formas y niveles de comunicación y las particularidades de la personalidad que limitan una buena relación íntima.

El amor en sí mismo es abordado, con enfoques diferentes según el sexo. Las muchachas con mayor tendencia a lo espiritual, al romanticismo y los varones con una mayor carga erótica. Esto sólo produce desencuentros que están pautados por los estereotipos sociales, tradicionales, y contra los cuales hay que luchar. Tanto un sexo como otro tiene derecho desde el mayor acto romántico hasta el mayor acto de erotismo sin perjudicar su identidad ni valores o posiciones morales, y es en este sentido que trabajamos con los adolescentes.

Rescatamos en todo momento el placer humano de sentir desde la presencia física del otro, el valor de la piel, del cuerpo, hasta la magia que puede producir, un recuerdo, una pieza musical, la poesía de lo cotidiano donde está insertada la persona amada. Y al decir de nuestra amiga la zorra terminaremos con esta frase: «El trigo que es dorado me hará acordarme de tí. Y amaré el ruido del viento en el trigo» ●

Bibliografía acotada

2. GARCÍA, G.: *El amor en los tiempos del cólera*. Edit. Arte y Literatura 1996.
1. y 3. SAINT-EXUPÉRY A. *El principito*. Edit. Gente Nueva. 1989. pág. 87, 88.

Bibliografía revisada

1. ATUCHA, A.L.: *Sexualidad irreverente*. Edit. Comunicarte 1994. Editorial Adler. 1994.
2. GARCÍA, G.: *El amor en los tiempos del cólera*. Edit. Arte y Literatura 1996.
3. MASTER Y COL.: *La sexualidad humana*. Edit. Pueblo y Educación, Tomado de la versión española.
4. MARTÍNEZ, J.: *El amor y la teoría del apego*. pág. 57.
5. VON WOBESER, I.: *Psicología del amor*. pág. 29.