



# Alimentando la Chispa

Iluminando el Futuro  
de los Alumnos de Secundaria

Betty Staley

Northern California  
publishers & authors  
BOOK AWARD  
WINNER

Betty Staley nos trae lo verdaderamente relevante del desarrollo humano de los once a los catorce años ... acoge esa edad con fulgor, comparte su sabiduría, experiencia, intelecto, humor y anécdotas personales que nos recuerdan que las luchas del adolescente avivan las llamas del adulto. Si alguna vez nos preguntamos al mirar a un adolescente: ¿qué está pensando? Staley nos trae la respuesta en *Alimentando la chispa*. La neurociencia, la investigación pedagógica y el desarrollo del niño se enfrentan a las exigencias sociales de nuestro tiempo, y ayudan a iluminar el impacto que sufre la juventud de hoy.

– Mechelle Horning, Directora de  
*Alice Birney Waldorf Public School*

... Para mi, la influencia más significativa que cualquiera pueda ejercer sobre el niño, está basada en una relación de profundo entendimiento del desarrollo humano ... *Alimentando la chispa* nos da una vital visión de una etapa poco comprendida y a menudo subestimada, un periodo de intenso crecimiento social, emocional, físico, biológico y espiritual ... Este libro de Betty, como los demás, es para mi una fuente de referencia constante. *Alimentando la chispa* es una guía práctica para maestros y padres, está firmemente anclada en el “porqué” del desarrollo del niño de secundaria.

– Jeff Lough, MS, , MS, psicólogo escolar certificado

# **Alimentando la chispa**

**Iluminando el futuro  
de los alumnos de secundaria**

**Betty Kletsky Staley**



*Impreso gracias al apoyo del Fondo Curricular Waldorf  
(Waldorf Curriculum Fund)*

Publicado por:  
Waldorf Publications en el  
Instituto de Investigación de la Educación Waldorf  
(Research Institute for Waldorf Education)  
351 Fairview Avenue, Suite 625  
Hudson, NY 12534

Título original: *Tending the Spark: Lighting the Future for Middle School  
Students*

Título en Español: *Alimentando la chispa: Iluminando el futuro del los  
alumnos de secundaria*

Autor: Betty Kletskey Staley

Editor: Patrice O'Neill Maynard

Traductor: Siobhan Bowers

Diseño: Ann Erwin

Copyright © 2019 Waldorf Publications

ISBN # 978-1-943582-26-6

# Índice

Prólogo .....	7
Capítulo 1: ¿Cuándo surgió la escuela secundaria? .....	15
Capítulo 2: La brecha de vulnerabilidad .....	25
Capítulo 3: Preparando la mente civilizadora .....	44
Capítulo 4: El desarrollo del carácter .....	51
Capítulo 5: Los tres esenciales .....	66
Capítulo 6: El mundo de los varones en secundaria .....	77
Capítulo 7: El mundo de las niñas en secundaria .....	93
Capítulo 8: La transformación de la vida de sentimientos .....	108
Capítulo 9: El pensar de los 11 a los 14 años .....	119
Capítulo 10: Dentro de la escuela .....	136
Capítulo 11: La tecnología en la secundaria .....	155
Capítulo 12: Los alumnos de secundaria aman sus aparatos ....	167
Capítulo 13: Los alumnos de secundaria como consumidores ..	185
Capítulo 14: Los padres también son personas .....	195
Palabras de cierre .....	215
Bibliografía .....	217
Agradecimientos .....	221

## **Dedicatoria**

Este libro se lo dedico a mis nietos:  
Ben, Adam, Louisa, Katherine, Charlie y Misha

# Prólogo

Desde la década de los 90, hay excelentes libros que hacen alusión a la pérdida de la infancia en la sociedad, a los fenómenos que hacen que los niños y niñas crezcan demasiado rápido, a las influencias de la tecnología, la publicidad y el materialismo. ¿Por qué otro libro? ¿Qué ha cambiado?

La edad de los niños de secundaria, aproximadamente de once o doce a catorce o quince años, es un tiempo intermedio. Ya no son niños y aún no son del todo adolescentes. La pubertad se presenta más precozmente que antes, en promedio a los doce años las chicas empiezan a menstruar y los chicos experimentan sueños húmedos o emisiones nocturnas.

Al mismo tiempo, están viviendo importantes cambios neurológicos. Las investigaciones neurocientíficas llevadas a cabo en la década de 1990, han demostrado cómo se ven afectadas diferentes partes del cerebro por las rachas de crecimiento: las neuronas, la mielinización y el desarrollo del lóbulo frontal en los jóvenes de secundaria. Comienzan alrededor de once años en las niñas, y doce en los niños, estas rachas de crecimiento y de poda en el cerebro y en el cuerpo físico afectan la forma en que los jóvenes piensan y entienden. El crecimiento en esta época, y el desarrollo del lóbulo frontal a mediados de la adolescencia inicia a los jóvenes al camino hacia el funcionamiento ejecutivo o la madurez.

Como Frances E. Jensen, neuróloga internacionalmente respetada, escribe en *The Teenage Brain* (El cerebro adolescente):

Los lóbulos frontales son el asiento de nuestra habilidad para generar perspicacia, juicio, abstracción y planificación. Son la

fuelle de la autoconciencia y nuestra capacidad para evaluar los peligros y riesgos, por lo que usamos esta área del cerebro para elegir un curso de acción sabiamente. ... La conectividad hacia y desde los lóbulos frontales es la más compleja y es la última en madurar completamente. Esta “función ejecutiva” se desarrolla así lentamente: ciertamente no nacemos con ella.

De hecho, el cerebro de los adolescentes sólo está a un 80 por ciento del camino hacia la madurez. Esa brecha de veinte por ciento, donde el cableado es más delgado, es crucial y explica en gran medida por qué los adolescentes se comportan de maneras tan desconcertantes: sus cambios de humor, irritabilidad, impulsividad y explosividad; su incapacidad para concentrarse, cumplir compromisos y conectarse con los adultos; y sus tentaciones a consumir drogas y alcohol, así como la manifestación de otros comportamientos de riesgo. (Jensen, pp. 36–37)

Daniel Siegel en “Brainstorming” escribe,

Cuando comienza nuestra adolescencia, ocurren cambios aún más dramáticos en esta región frontal ... Es así que la zona frontal está involucrada tanto en la formación de nuestros propios procesos mentales internos, en el pensamiento y la toma de decisiones, y en los procesos sociales como la empatía y el comportamiento moral. Así que cuando hablamos de cambios en el cerebro adolescente, vemos que muchos de estos importantes cambios implican niveles crecientes de integración, que ocurren especialmente en la corteza. Esta mayor integración cortical permite que habilidades tan diversas como el control cognitivo, la regulación emocional, el pensamiento esencial, la autocomprensión y las funciones sociales cambien y surjan a lo largo de la adolescencia. (p. 88)

Elkhonon Goldberg, neuropsicólogo clínico y neurocientífico cognitivo, describió el crecimiento prefrontal de la adolescencia media



“que nos permite elevarnos e ir más allá de las limitaciones, restricciones y deficiencias del sistema neural anterior”. (Pearce, *The Biology of Transcendence* [La biología de la trascendencia], p. 47) Goldberg siguió con su exploración de los cambios en el cerebro a lo largo de su vida en *The Wisdom Paradox* (La paradoja de la sabiduría), 2005.

Después de los dieciséis años, los adolescentes se encaminan hacia la edad adulta, aprenden por experiencia propia y siguiendo a sus modelos o personas ejemplares, aprenden cómo manejar estos cambios, cómo asumir la responsabilidad y cómo asumir su papel como miembros de la comunidad.

Dado que los adolescentes de la escuela media o secundaria sólo han alcanzado parte de su madurez emocional y neurológica, no es de extrañar que su comportamiento por momentos sea errático y confuso. Todo parece nuevo y excitante, pero les falta discernimiento para identificar las prioridades o controlar los impulsos instintivos recién experimentados.

El artista del siglo XIX William Blake diseñó una litografía titulada “Los ángeles buenos y malos luchan por el alma del niño”. Sin dramatizar demasiado, la sensación que desprende esta imagen es como estar en medio de una batalla con poderosas fuerzas negativas específicamente dirigidas a esta edad—a través de la sexualización y la violencia en las películas, la sobrecarga de información en Internet, los videojuegos, los teléfonos celulares y los anuncios, así como la inundación de publicidad y consumismo.

Todas estas influencias negativas tienen un objetivo común: reducir el potencial espiritual del ser humano al de un animal, una máquina, una interacción de productos químicos o una computadora. Pero eso no es lo que es un niño.

A lo largo del libro la frase “alimentar la chispa”—se refiere a las más altas cualidades humanas que todo niño tiene en potencia. Cada niño lleva la chispa del espíritu, la promesa de bondad, belleza y verdad que se despliega en cada etapa de la infancia.

Proteger esta chispa es una tarea seria que asumimos como padres y maestros, y nunca debemos olvidar esto. El ataque es a todas las edades

de la infancia, pero la apertura de los niños de la escuela secundaria los hace especialmente vulnerables a perder lo más alto de los ideales humanos—y el sentido de autoestima que acompaña a estos ideales. Cada niño de la escuela media tiene el potencial de ser un sanador, un moldeador, un portador de humanidad. Lo que ocurre en los años de la escuela secundaria influirá profundamente en su futuro.

A lo largo de la historia, la fuerza de la comunidad, del grupo, fue dando forma al individuo. La sabiduría se encarnó en las tradiciones que guiaban cada etapa de la vida. Confiábamos en esas tradiciones porque percibíamos una sabiduría más profunda dentro de ellas. Con el paso de los siglos, la gente ya no tenía acceso a conocimientos más elevados, las tradiciones dejaron de tener sentido, y sólo se seguían por costumbre.

Desde el siglo XV, al comienzo de la era moderna, las sociedades occidentales pusieron cada vez más énfasis en el individuo y menos en el grupo. El papel del individuo se fortaleció más y más hasta llegar al siglo XX, donde la desconexión de la comunidad se volvió severamente problemática. El historiador Franklin Baumer llamó al siglo XX “la era de la ansiedad, el absurdo y la alienación”. Esto se ha intensificado a medida que nos adentramos en el siglo XXI. Bajo la influencia de los valores occidentales, el individualismo también se está volviendo más común en las culturas orientales, y algunas de estas problemáticas son ahora frecuentes allí.

Lo que ha sido una expresión adulta del individualismo se ha extendido a los adolescentes y a los estudiantes de secundaria y ha debilitado su conexión con la familia. Además, el ritmo de vida se ha acelerado a medida que los adultos viven estresados y luchando por satisfacer las necesidades de los niños. Los individuos se sienten más libres para decidir sus propias creencias y sus propios valores. Hay libertad para elegir la propia comunidad, la propia ocupación, la situación familiar, e incluso el género.

Investigadores, profesores, sociólogos y psicólogos han identificado que en los últimos cincuenta años el aumento del individualismo entre los niños se ha convertido en algo común. Incluso

los niños pequeños están eligiendo lo que quieren hacer, comer, o cuándo quieren ir a dormir. Esto se intensifica a medida que los niños llegan a la edad de la escuela secundaria.

Para los adultos, el individualismo es positivo, fomenta la creatividad, las nuevas iniciativas, y nos ayuda a encontrar un camino que funciona siempre y cuando mantengamos una conexión con nuestra comunidad. La dificultad surge cuando los niños se vuelven demasiado individualistas antes de haber establecido raíces en su familia y comunidad, hay una tendencia al aislamiento, al egoísmo y a la falta de compasión. Sólo saben lo que ellos quieren y lo que a ellos les satisface sin reconocer las necesidades de los demás. Esto puede funcionar por un tiempo, pero el calor humano y la conectividad son necesidades humanas profundas para la salud social.

### *GRANDES CAMBIOS EN LA SOCIEDAD*

Tres grandes cambios: la tecnología, las grandes empresas y los cambios en los estilos de enseñanza y de crianza, han afectado el desarrollo de los niños de la escuela media.

El uso inapropiado de la tecnología le ha robado a los niños el tiempo necesario para el juego sano, experiencias en la naturaleza y tiempo para la reflexión. La tecnología como herramienta, que tiene tantos aspectos positivos cuando se usa bien, ha llevado a los niños a enfrentarse cara a cara con imágenes e información más allá de su capacidad de comprensión. Son capaces de participar en actividades como el acoso por Internet, el intercambio de fotos por smartphone, el envío de mensajes de texto, los videojuegos y la pornografía. Los padres ocupados han recurrido a la tecnología como niñera y entretenimiento de los niños, como lo han hecho los niños de secundaria que han sido seducidos por el atractivo de la pantalla. El efecto a largo plazo del uso frecuente de las pantallas sólo está empezando a conocerse ahora.

Las grandes empresas están ganando mucho dinero con la publicidad dirigida a los estudiantes de secundaria que están ansiosos por entrar al mundo de los adolescentes. Usando sofisticadas técnicas, aseguran la lealtad a la marca del “mercado tween”, jóvenes entre diez y

trece años que aún no pueden diferenciar la realidad de la ficción. Las grandes empresas, que no están interesadas en las leyes del desarrollo de los niños y adolescentes, tratan a los niños como productos de los cuales obtener beneficios.

Los padres y los maestros han perdido la confianza en su propia autoridad para tomar decisiones basadas en el desarrollo saludable del niño. Debido a que temen que sus hijos no tengan éxito en el mundo adulto, eligen enfoques y métodos que ejercen presión sobre los niños y niñas cada vez más temprano. Son tratados como jóvenes estudiantes de bachiller, aunque aún no tienen la capacidad de manejar esas responsabilidades. El estrés de las familias y los maestros que tratan de frenar la vida para beneficiar a sus hijos sigue siendo abrumador.

Hay un aumento notable de enfermedades infantiles, ansiedad y problemas de aprendizaje y un gran número de niños que toman medicamentos. La cultura popular, los carteles, la televisión, las películas, la música y los videojuegos están llenos de imágenes sexuales. Hay bastante más agresión y violencia en torno a los niños hoy en día. Sin embargo, a pesar de todas las influencias negativas de la tecnología, las grandes empresas y los cambios en los estilos de crianza, los niños son niños con su deliciosa apertura y entusiasmo por la vida.

Es este momento crítico de los años de la escuela media en que los niños se preparan para la “mente civilizadora”—un término del neurocientífico Elkhonon Goldberg que hace referencia a la época en que los estudiantes de secundaria se están formando para saber si serán víctimas de sus instintos biológicos o si podrán dominar sus instintos y desarrollar la compasión y la empatía, la chispa que se encenderá en sus vidas adultas.

Los estudiantes de secundaria todavía manifiestan cierta inocencia sobre la vida. Tienen ideales y quieren que el mundo sea un lugar pacífico. Son abiertos, entusiastas y creativos. Aún no se han limitado a lo que pueden o no pueden hacer. Con profesores o padres que estimulen sus intereses y los guíen, no hay limitaciones a lo que intentarán lograr. Todo es posible. Sin embargo, debido a la etapa de

desarrollo de su cerebro, hacen cosas que a menudo no tienen sentido.

En mis viajes, oigo la misma pregunta de los padres: ¿Qué podemos hacer para combatir las abrumadoras influencias de la cultura popular? Es como si un extraño no deseado hubiera entrado en nuestros hogares y ya no tuviéramos nosotros el control.

Hay algunos niños de secundaria que viven esta desconexión entre sus actos y su capacidad de entender el mundo. Eric, un alumno ejemplar de séptimo grado, estaba de excursión. Pero, parado al lado del camino, tomó una piedra y la lanzó a un autobús escolar. Afortunadamente, no le dió al autobús, y el conductor, sin darse cuenta, siguió adelante. Pero Eric se quedó paralizado, mirando su mano, como si quisiera preguntarse: “¿Esta mano me pertenece? ¿Acabo de hacer eso?” Estaba aturdido por este impulso que parecía salir de la nada.

Isabel estaba molesta con Jocelyn por no invitarla a su fiesta. Para vengarse, decidió enviar una foto de Jocelyn de una época en la que se habían sacado juguetonamente fotos seductoramente la una a la otra. Cuando se descubrió que había sido Isabel y le preguntaron, su respuesta fue: “Bueno, no creí que fuera gran cosa. De todas formas, ella tenía que haberme invitado a su fiesta”.

Lenny fue a un partido de béisbol en el coche de la madre de un compañero. Le molestó el olor corporal de la madre y le dijo que él conocía un jabón muy bueno que ella podía usar. Cuando veía a la madre en el patio de la escuela, la rodeaba tapándose la nariz y diciéndole a sus compañeros que hicieran lo mismo. Cuando le pidieron una explicación, dijo: “Sólo intentaba ayudarla, pero no me escuchó”.

Felipe le pidió a una de las niñas de séptimo grado que le enviara fotos de ella desnuda. Prometió que las borraría. Ella estaba enamorada de él y quería gustarle, así que las envió. Luego él las reenvió a todos sus amigos. Ella se quejó, “Pero él dijo que las borraría”. Ella no podía entender por qué él había traicionado su confianza.

Los niños de secundaria han luchado con problemas de desarrollo durante mucho tiempo, algunas cosas no han cambiado. Sin embargo, debemos darnos cuenta de que debido a las poderosas influencias que

afectan a los niños, la vida ha cambiado, lo que hace que los niños de esa edad sean más vulnerables y necesiten más nuestro apoyo.

Este libro intenta examinar lo que sabemos sobre el desarrollo infantil gracias a los investigadores educativos, incluyendo lo que Rudolf Steiner aportó en sus ideas sobre el desarrollo y de la educación Waldorf; lo que hemos aprendido de la investigación en neurociencia; y cómo los cambios en la sociedad están afectando a los niños de la escuela secundaria. Tomando en cuenta todo esto, espero que nos lleve a reflexionar qué podemos hacer al respecto.

Siempre me ha interesado el desarrollo infantil y llevo cincuenta años como educadora, principalmente en escuelas secundarias y bachilleros. Mi experiencia en el aula ha sido principalmente en escuelas Waldorf (un movimiento educativo internacional basado en las ideas de Rudolf Steiner). Fui parte de la adaptación de la educación Waldorf a las escuelas públicas, particularmente en centros urbanos. Además, he trabajado con maestros de escuelas públicas y otras escuelas privadas durante más de veinte años y he compartido sus preocupaciones, luchas y compromiso. También he trabajado con maestros en reformatorios adaptando métodos educativos Waldorf a jóvenes que han tenido problemas con la ley en escuelas especiales y centros de menores.

Hay aspectos del desarrollo infantil que son universales, y hay aspectos que son únicos en poblaciones particulares. Con la llegada del Internet y la globalización, aspectos particularmente problemáticos en Occidente se manifiestan ahora en todo el mundo. En esta época de globalización, la preocupación por los niños en edad de escuela secundaria es mundial. En este libro, exploraré la Brecha de vulnerabilidad y usaré la imagen de alimentar la chispa para preparar “La mente civilizadora”.

*Nota del traductor:* El término “niño de escuela intermedia, o media, o secundaria” se usa a lo largo del libro. Se refiere a niños y niñas de 11 a 14 años.

## CAPÍTULO 1

# ¿Cuándo surgió la escuela secundaria?

Los jóvenes de la escuela media o secundaria generalmente se pueden agrupar en edades de once a catorce años. Ya no son niños pequeños, todavía no son adolescentes. Este tiempo intermedio es un desafío para ellos y para los adultos a su cargo. Comprender cómo ha cambiado la vida para este grupo puede iluminar en nosotros cómo despertar en ellos capacidades humanas superiores.

En siglos e incluso décadas pasadas, este grupo no estaba separado del resto de los años de niñez o infancia. Dos factores han influido en ellos para crear la situación que vivimos hoy: el primero es *biológico*; el segundo, *cultural*. Las fuerzas sociales y culturales, en particular la cultura “pop”, se han convertido en una poderosa influencia en nuestras vidas.

Al observar estos períodos de cambio en la vida de un joven, vale la pena recordar nuestra propia adolescencia y las influencias culturales que influyeron en nuestras vidas.

Si observamos los cambios desde 1900 hasta el presente, son bastantes más cambios que en los últimos siglos, y esto nos puede ayudar a entender esta cuestión. A principios del siglo XX, la pubertad se vivía a los dieciséis años aproximadamente; hoy, aparece rondando los doce años. Antes de la Revolución Industrial, los niños trabajaban en granjas con sus familias. Una vez que los niños comenzaron a trabajar en fábricas, se les separó de sus familias y pasaron a formar parte de la fuerza laboral.

En la década de 1920, las niñas alcanzaban la pubertad por ahí de los catorce años. Los roles se separaban por género y los desafíos para

los adolescentes eran encontrar un trabajo, casarse jóvenes y formar una familia. Para funcionar en una sociedad industrial no se necesitaba nada más que educación básica; lo único necesario era un conocimiento general de aritmética, lectura y escritura. Era común entrar a trabajar después de los catorce años. Durante la década de 1930 se produjeron varios cambios importantes. La Gran Depresión en los Estados Unidos de Norteamérica hizo que los jóvenes de 14 años que trabajaban en las fábricas dejaran el empleo para que los adultos desempleados hicieran esos trabajos. Los jóvenes desempleados se matricularon en escuelas secundarias, éstas proliferaron. A fines de la década de 1930, y por primera vez en la historia de la educación estadounidense, la mayoría de los jóvenes de 14 a 17 años estaban matriculados en la escuela secundaria. A partir de este fenómeno, comenzó a formarse una identidad de grupo separada. La Segunda Guerra Mundial fue la experiencia que definió la década de 1940. Durante la guerra, los niños y los jóvenes contribuyeron al esfuerzo bélico. Se reclutaron hombres jóvenes. Después de que terminó la guerra, los jóvenes fueron vistos como una parte valiosa de la comunidad. La palabra “teenager” (adolescente) apareció por primera vez impresa en un artículo de revista en abril de 1941. (Jensen, p. 16)

En los Estados Unidos, los años de la posguerra fueron optimistas y la sociedad era estable y próspera. Por supuesto, las minorías todavía luchan por ganar estabilidad y reconocimiento económicos. En los años de la posguerra, la experiencia de un individuo se definió por los efectos localizados de la guerra. Por ejemplo, ¿fueron ellos y su país ganadores o perdedores? ¿Se libraron batallas en su propio terreno? ¿Fueron asesinados miembros de la familia? ¿Fueron devastados sus pueblos o ciudades?

En la década de 1950 surgió la cultura adolescente. Los adolescentes tomaron conciencia de sí mismos como un grupo separado a través de su música, imagen y estilo. La música típica incluía canciones sentimentales, que celebraban el amor y la familia, y eran disfrutadas tanto por jóvenes como por adultos. La televisión se estaba



volviendo común en la mayoría de los hogares y había varios canales disponibles. Los niños veían *Howdy Doody*, y los adolescentes veían y bailaban al son de *American Bandstand*. Por primera vez, a los jóvenes se les permitió quedarse con el dinero que ganaban y se hicieron de poder adquisitivo. Recién en este momento se desarrolló el mundo de la publicidad que comenzó a enfocarse en este grupo.

Se produjo un gran cambio en la escena musical. Cuando Elvis Presley apareció en el programa de Ed Sullivan el 9 de septiembre de 1956, girando y cantando “Hound Dog” (Perro de caza), fue como si un rayo hubiera caído. Los adolescentes tomaron el rock’ n’roll como su música. Copiaron su peinado y su moda, creando una cultura adolescente popular por primera vez. La sexualidad ahora estaba a la vista. Los padres se sintieron amenazados por esta música salvaje y desconocida, pero los adolescentes abrazaron su distanciamiento del mundo adulto. Con el tiempo, muchos padres llegaron a disfrutar y a cantar la música de Elvis. Como dijo John Lennon, “... antes de Elvis, no había nada”.

Los principios y mediados de los cincuenta fueron mis años de escuela secundaria. Aunque éramos una familia pobre, yo podía quedarme con el dinero que ganaba de niñera y usarlo para comprar ropa. Mis amigas y yo leíamos detenidamente la revista *Seventeen* que nos servía de guía para encontrar nuestro estilo. Por ejemplo: No mezclar cuadros y rayas. No usar la camisa fuera de los pantalones o faldas. No usar zapatos toscos con faldas. Usar una crinolina almidonada debajo de la falda.

La respuesta de los padres a la cultura adolescente fue dictar reglas, reglas y más reglas. Cuanta menos aprobación daban los adultos, más formaban los adolescentes una cultura subversiva. La tensión aumentó. Los padres señalaron a las “chicas buenas” y a las “chicas malas” y se nos advirtió que no formáramos parte del grupo equivocado.

La década de 1960 fue la era de los adolescentes. Había prosperidad, dinero y empleo. La generación Hippie y la cultura de las drogas estaban a toda máquina, y todas las reglas y expectativas

sociales fueron puestas en tela de juicio. *Hair: El Musical Tribal Estadounidense de Rock y Amor* que mostraba desnudez, sexualidad, uso de drogas ilegales e irreverencia hacia la bandera estadounidense, fue trascendental. La audiencia quedó atónita por la escena de desnudos y por el elenco racialmente integrado. La emoción fue similar a la causada por la reciente producción de *Hamilton* en Broadway.

Sin embargo, el optimismo, el desenfreno y el comentario social que prevalecieron en la primera parte de la década de 1960 cambiaron radicalmente con los asesinatos del presidente John F. Kennedy, Martin Luther King, Jr. y Robert Kennedy, así como con la guerra de Vietnam, que se prolongó hasta 1975. Los jóvenes vieron con sus propios ojos estos asesinatos en los televisores en sus salas de estar.

Una nube gris cayó sobre la generación adolescente. Se habían criado en el heroísmo de la “generación más grande”, que había salvado al mundo del nazismo. Los adolescentes protestaron en contra de la guerra de Vietnam, pero el final de la guerra no les trajo la sensación de triunfo que esperaban. ¿Fue una guerra o no lo fue? ¿Quiénes fueron los héroes? ¿Quiénes eran los enemigos? Con esta falta de claridad, ya no podían confiar en sus mayores. Con el escándalo de Watergate y la renuncia del presidente Richard Nixon en 1974, un sentimiento de desconfianza impregnó a la población juvenil.

Cuando estos jóvenes se convirtieron en padres, estaban confundidos. Habían vivido un colapso de las reglas y de la estructura social. ¿Cómo iban a criar a sus hijos ahora que la sociedad tradicional estaba pasada de moda? Se debatían entre poner límites a sus hijos y darles la libertad por la que ellos mismos habían luchado. Sus hijos estaban aún más confundidos. Querían ser rebeldes como lo habían sido sus padres, pero ¿contra qué? La mayoría de sus padres les dejaban hacer lo que quisieran. Sus padres estaban atrapados en la generación del “yo” y estaban ocupados buscando su propia realización, dejando a sus hijos solos, permitiendo que fueran solos a sus casas después de la escuela para valerse por sí mismos hasta que sus padres regresaran del trabajo. Los valores familiares cambiaron a valores individuales. Las

personas podían elegir lo que quisieran: su propia religión, identidad sexual, comida, diversión o tipo de vida.

Había televisión en la mayoría de los hogares, los comerciales o anuncios eran pegadizos y, a menudo, eran más memorables que los propios programas. Con la llegada de la televisión pública, vino Barrio Sésamo 1969, y los niños desde entonces hasta hoy han podido crecer con sus personajes sin ser bombardeados por anuncios publicitarios.

Durante la década de 1970, la definición de “adolescente” comenzó a referirse a niños más jóvenes, y se acuñó el término “teeny bopper” (o mini adolescente). La libertad que se le había dado a los adolescentes ahora se le dio a los niños y niñas de diez, once, doce y trece años. Los padres se volvieron más inseguros de su papel como autoridad en la vida de sus hijos.

Con el auge de la televisión por cable, las familias podían elegir entre docenas de canales. Asistí a la Conferencia Internacional de Diseño en Aspen, en la que uno de los fundadores de Nickelodeon (un programa para niños que comenzó en 1979) describió cómo se creó el programa, con la intención de traer imágenes saludables a los niños, que no mostraran violencia ni sexo. Sin embargo, los jóvenes de diez años en adelante no veían Nickelodeon. Era demasiado infantil y demasiado lento. A medida que los productores trabajaban con grupos de sondeo, se dieron cuenta de que tenían que acelerar los movimientos y agregar elementos que atrajeran a los niños que también serían los compradores de los productos de sus patrocinadores.

La televisión por cable también posibilitó la visualización de eventos deportivos en el hogar, desde los cuales los niños y adolescentes pudieron emular el físico, las acciones y las actitudes de los deportistas.

Como maestra en ese momento, era difícil para mí contar con los padres para apoyar la estructura, la disciplina o los valores comunitarios. Los niños y los adolescentes vestían lo que querían, aunque la mayoría de sus estilos de vestimenta eran imitaciones de los jóvenes adultos. Este era el momento de deshacerse de los sujetadores, usar jeans sucios y rotos, y sentir una sensación general de ira sin objetivo. Las reglas se

consideraban vestigios de los valores de la clase media y la disciplina estaba mal vista.

En la década de 1980, las familias estaban bajo estrés debido a las continuas batallas entre los adolescentes y los padres. El mundo del adolescente estaba lleno de sexo, drogas, videos y rock 'n roll. Si los padres querían ejercer o recuperar el control, tenían dificultades porque los adolescentes ahora tenían una cultura propia fuerte y los padres se sentían impotentes como guías. El materialismo y el entretenimiento penetraron todas las áreas de la vida, y vestir la marca adecuada era más importante que los valores de los padres.

En 1984, el célebre psicólogo David Elkind se lamentó: “No hay lugar para los adolescentes en la sociedad estadounidense de hoy, ni en nuestros hogares, ni en nuestras escuelas, ni en la sociedad en general”.

No se reconocía la importancia del proceso paulatino de madurez de los adolescentes. Todo se movía muy rápido en los 80 y los adolescentes tenían que estar preparados para lidiar con lo que se les viniera encima. Los padres estaban ocupados con sus propias vidas y no tenían tiempo. Aunque los medios de comunicación y los comerciantes se habían mantenido alejados del mercado de los preadolescentes, reconociendo su vulnerabilidad, ahora se dedicaron a ellos directamente, aprovechándose de su inmadurez para discernir lo que les resultaba atractivo o no. La idea era que a través de la publicidad estos preadolescentes se sintieran atraídos a unirse a la cultura popular, a estar a la moda y a vestirse con lo último. El video, “Merchants of Cool” (Mercaderes de lo *cool*), describe las formas inteligentes en que la publicidad desarrolló la lealtad a la marca al explotar las vulnerabilidades de esta temprana edad que, más que nada, busca ser aceptada y “cool”.

Con la introducción de las grabadoras de vídeo caseras, los jóvenes grababan programas, y alquilaban películas. Los padres no podían mantenerse al día con el contenido de todos los videos disponibles para poder aprobar lo que veían sus hijos. Las fiestas de cumpleaños a menudo incluían películas que los padres no hubieran llevado a sus familias a ver al cine. Los adolescentes jóvenes podían ver videos escandalosos a escondidas.

La clave aquí es que en la década de los 80, la sociedad ya no entendía la adolescencia como una época de transición de la niñez a la edad adulta, una época frágil en la que la madurez emocional de los adolescentes aún no dirige sus acciones. En cambio, los adolescentes eran tratados como adultos, con todas las responsabilidades y la libertad de encontrar su camino. Además, la sociedad no distinguía entre adolescencia temprana, adolescencia media y adolescencia tardía. Cuando los niños cumplían trece años, eran bienvenidos al mundo adolescente.

Sin embargo, es después de los dieciséis años cuando los adolescentes tienen las habilidades mentales para integrar sus roles, sus habilidades, sus gustos y aversiones, y sus actitudes hacia la familia, la religión, la sociedad y posibles profesiones. A la generación adolescente de los 80 no se le dio tiempo a desarrollar su propia identidad y, al mismo tiempo, se enfrentaron a un conjunto poco claro de valores adultos. Los individuos determinaban sus propios valores y había muchas opciones. La estructura familiar se estaba disolviendo, el divorcio se había convertido en algo común. Los adolescentes, a menudo desgarrados por difíciles batallas de custodia, tenían que asumir la responsabilidad de los adultos. Tener el tiempo necesario para un desarrollo saludable dejó de ser una posibilidad.

La década de 1990 fue la década de la información. Con la introducción del Internet, la información sobre el SIDA, el cáncer, el racismo, la homosexualidad, los derechos de las mujeres y el embarazo precoz, los niños y niñas a partir once años se sintieron abrumados y les costó procesar todo esto.

Las quejas de los padres sobre el contenido de películas y videos llevaron a la creación de clasificaciones TV-14, programación considerada poco apta para niños menores de catorce años. A medida que continuaron las quejas, se sumaron los contenidos clasificados V de violencia, S de sexo, L de lenguaje grosero y D de diálogo sugerente. Se consideró que a los catorce años los chicos eran lo suficientemente maduros para manejar el sensacionalismo, la violencia y el sexo. En

1996, los padres sumaron el V-chip para prevenir digitalmente que sus hijos vieran programas de televisión con clasificaciones poco apropiadas.

Con el auge de la computadora u ordenador, los jóvenes veían muchos programas que sus padres les habían prohibido en la televisión, hasta que se crearon chips disponibles para evitar el acceso a cierto material a través de las computadoras.

Con el cambio de siglo, en el 2000, las niñas llegaban a la pubertad a una edad promedio de doce años. Los eventos del 11 de septiembre, de las Torres Gemelas en Nueva York, definieron a esta generación, y las redes sociales en Internet, los mensajes de texto y los videojuegos se volvieron su droga preferida. Aquí se abrió el portal al mundo de la pornografía y la violencia.

Sin las habilidades sociales y emocionales para lidiar con este ataque, los preadolescentes podían ser vulnerados por mensajes en Internet de personas que ni siquiera conocían, podían perpetrar acoso cibernético o convertirse en víctimas de él. Se volvieron adictos a sus dispositivos, experimentando dificultades para prestar atención en la escuela, para respetar a los adultos, saber usar su tiempo sabiamente y desarrollar relaciones sociales saludables. La publicidad influyó enormemente en la cultura; ser cool era la intención clave de los preadolescentes, el nuevo nombre que se le dio a este grupo de edad.

Así como los padres de los años 60 se sentían amenazados por el rock 'n' roll como una fuerza subversiva en la vida de sus hijos, los padres de hoy se sienten amenazados por los sitios de Internet a los que los niños acceden sin supervisión y por el descuido de sus hijos hacia la interacción familiar y escolar.

En el transcurso de cien años, los niños han pasado de estar integrados en la familia a pertenecer a una cultura separada y ajena. Este grupo de niños de 11 a 14 años ha adoptado un comportamiento adolescente sin las habilidades para manejarlo. Al mismo tiempo, los padres se han acercado más a sus hijos, buscando que estén seguros y cuidados. Los propios padres, sin embargo, han sucumbido a

la seducción de la tecnología y se han convertido en esclavos de sus teléfonos inteligentes o smartphones. Aunque estén presentes físicamente con sus hijos, sus mentes a menudo están en otra parte. Todavía viven la sensación de querer agradecer siempre a sus hijos, y tienen dificultades para establecer límites.

La influencia del dinero disponible, el mercado de adolescentes y pre adolescentes, las películas para adolescentes, la ropa, el lenguaje y la tecnología han creado un abismo entre adultos y pre adolescentes. Sienten que los adultos no los comprenden o no tienen tiempo para ellos, por lo que confían más en sus compañeros. Están rodeados de fuerzas externas que no pueden comprender ni gestionar. Todavía no son capaces de discernir cómo encontrar su camino. Los jóvenes adolescentes pagaron el precio más alto por estos cambios vividos. Y estos son los niños a los que nos referimos como estudiantes de secundaria.

Sin embargo, el problema va más allá de la tecnología, el marketing, los cambios en la música o la revolución sexual. El cambio histórico en la vida de nuestros jóvenes ha ido acompañado de un cambio en la vida de los padres. Según el sociólogo alemán Norbert Elias, este cambio en la segunda mitad del siglo XX resultó en una actitud en la que los europeos occidentales y los estadounidenses “se sentían menos cómodos con cualquier tipo de diferencia de poder en las relaciones sociales”. (Katz, p. 24) A medida que los derechos humanos se extendían a grupos previamente privados de sus derechos, la legitimidad de cualquier tipo de autoridad se volvió sospechosa. Los padres y maestros perdieron su posición de autoridad al alejarse los jóvenes de ellos como modelos, se dirigieron a sus compañeros en busca de reglas básicas de comportamiento y valores culturales. Esto ha resultado en lo que el Dr. Leonard Katz llamó la “cultura de falta de respeto”.

El Dr. Katz ha ejercido durante más de veinticinco años como médico de familia y psicólogo y ha viajado por el mundo para aprender cómo los niños y los padres están cambiando. Lo que ha descubierto

es que, durante las últimas tres décadas, ha habido una transferencia masiva de autoridad de padres a hijos. Aunque ve algunos aspectos de este problema en países de todo el mundo, lo que él llama “el colapso de la crianza de los hijos” ha sido especialmente cierto en América del Norte, y con mayor fuerza en los Estados Unidos.

La situación la describe con más detalle el Dr. Neufeld, un psicólogo canadiense que recientemente se jubiló después de cuarenta años de trabajar con niños y adolescentes. Ha observado un cambio fundamental en la forma en que los niños viven el apego. Antes, el apego principal había sido a sus padres.

Por primera vez en la historia, los jóvenes buscan enseñanza, modelos y orientación, no de la madre, padre, maestros u otros adultos responsables, sino de las personas a quienes la vida nunca colocó en el papel de padres: sus compañeros. Los niños son criados por personas inmaduras que no pueden guiarlos hacia la madurez. Se están criando unos a otros. (Katz, p. 29, citando a Neufeld y Maté, *Hold on to Your Kids*, [Sujeta a tus hijos], p. 7)

Por lo tanto, ha habido un cambio en la naturaleza básica de las relaciones.

Este libro intenta explorar los años de la escuela secundaria, cómo han cambiado los jóvenes, cómo ha cambiado la sociedad y qué podemos hacer para alimentar la chispa de las capacidades superiores anímicas de cada niño.



## CAPÍTULO 2

# La brecha de vulnerabilidad

Hace veinte años pronuncié un discurso de apertura en Dornach, Suiza, sobre los cambios en los niños, particularmente en occidente. Los maestros de las escuelas europeas y estadounidenses decían que sus jóvenes estudiantes estaban cansados, letárgicos, había disminuido su capacidad de atención, no estaban dispuestos a esforzarse, no tenían la voluntad fuerte, sentían que la vida les debía algo y dependían de fármacos para lidiar con el TDA (Trastorno de Déficit de Atención) y el TDAH (Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad). Los maestros enseñaban menos contenidos cada año porque los niños no lograban aprender lo que había aprendido la generación anterior. En ese momento, las preocupaciones se centraban en la falta de ritmo en el hogar, la falta de límites y expectativas, la pasividad nacida de ver televisión y las expectativas académicas poco realistas. Aunque la situación era peor en Estados Unidos, el problema existía más allá. La situación no era un secreto. Psicólogos e investigadores escribieron libros como *The Disappearance of Childhood* (La desaparición de la niñez) y *All Grown up and No Place to Go* (Ya mayores y sin dónde ir) de Elkind, *Children without Childhood* (Niños sin niñez) de Winn, *Nature Deficit Disorder* (Trastorno de déficit de naturaleza) de Louv, etc., se dieron charlas y conferencias, talleres etc.

Hubo un momento en el que el TDAH se consideró como un fenómeno principalmente estadounidense, sin embargo, el conocimiento, diagnóstico y tratamiento de este desorden ha ido en aumento en otras naciones. Cada vez más, en todos los

países se diagnostica a niños de edad escolar, y los números son sorprendentemente similares en todo el mundo. (Hinshaw: *TDAH, Lo que todos deben saber*, p. xviii)

En la actualidad, hay más problemas de salud mental en la población infantil y se emplean más medicamentos para tratar problemas educativos o de aprendizaje. Los niños no sólo están cambiando, sino que muchos padres también están experimentando cambios, tales como no estar emocionalmente disponibles, ser dependientes digitalmente, no poder o no querer establecer límites claramente definidos, no poner atención a la nutrición y el sueño, pasar menos tiempo en la naturaleza, resistirse a permitir que sus hijos se aburran o vivan la gratificación aplazada. No se trata de culpar a los padres, sino de comprender lo que significa ser adulto en una época de redefinición cultural.

Los niños toman la decisión de comer cuando quieren, deciden qué alimentos deben servirse, se van a dormir cuando quieren y exigen entretenimiento. Son autocomplacientes, distraídos y se sienten con derecho a todo. La presión educativa para lograr estándares poco apropiados a las etapas de desarrollo exige acelerar lo que se supone que los niños deben saber y deja a muchos niños sin confianza en sí mismos y con sentimientos negativos hacia la escuela y hacia el aprendizaje.

La vida está cambiando en muchas áreas: la maduración física se acelera, las presiones sociales obligan a los jóvenes a crecer demasiado pronto. Los cambios en los estilos de crianza, así como problemas ambientales como los productos químicos, la contaminación y las hormonas en la carne, privan a los niños de un desarrollo saludable. Algunos de los cambios pueden solucionarse cambiando nuestros hábitos y estilos de crianza. Otros se ven afectados por la tecnología, en particular los videojuegos y las redes sociales, y otros pueden verse afectados por sustancias que son menos fáciles de controlar, como los estrógenos ambientales y otras sustancias tóxicas.

Sin embargo, los jóvenes de la escuela secundaria continúan siendo interesantes, divertidos e idealistas a la vez que exploran el nuevo mundo en sus cuerpos, sus emociones y sus mentes. A pesar

de los aspectos negativos y la tentación de sentirse melancólicos ante todo lo que va mal, hay mucho que celebrar en los jóvenes de hoy. Como adultos, tenemos la responsabilidad de ser flexibles, abiertos, dispuestos a mantener límites y, sobre todo, de poder darle a los niños tiempo y amor.

### ¿QUÉ HA CAMBIADO HOY?

La mayoría de las investigaciones muestran que la conclusión de la pubertad en las niñas ha cambiado desde principios del siglo XX. (Véase Greenspan y Deardorff, *The New Puberty* [La nueva pubertad], p. xii; Leonard Sax, *Boys Adrift* [Niños a la deriva]; Sax, *Girls on the Edge* [Niñas al borde], págs. 99–100; y Siegel, *Brainstorm* [Tormenta en el cerebro], p. 25)

En 1900, al vivir los cambios puberales y neurológicos alrededor de los dieciséis años, los adolescentes comenzaban a experimentar la función ejecutiva, aprendían a utilizar nuevas capacidades emocionales e intelectuales para manejar los cambios hormonales. Alrededor de 1920, la edad promedio de la pubertad era de catorce años, dejando una brecha de dos años entre la pubertad y la función ejecutiva. Sin embargo, desde el año 2000, la edad promedio de la pubertad es alrededor de los doce, dejando un lapso de cuatro años entre la pubertad y la función ejecutiva. Esta es la nueva normalidad.

A este período de cuatro años lo llamo la Brecha de vulnerabilidad, una época frágil en la que los jóvenes corren el riesgo de verse fuertemente afectados por influencias culturales, emocionales y biológicas sin tener la capacidad emocional e intelectual para manejar lo que está sucediendo dentro de ellos.

### ¿CÓMO SE VEN AFECTADOS LOS VARONES?

La actitud general de que las diferencias de género eran insignificantes fue cuestionada gracias al campo de investigación del cerebro. Michael Gurian en *Boys and Girls Learn Differently* (Los niños y las niñas aprenden de manera diferente) 2001 y Leonard Sax

en *Why Gender Matters* (El género sí importa) 2005, argumentan que la diferencia de género influye sobre las actitudes, los estilos de aprendizaje, la agresión, el comportamiento en el aula y la interacción social.

Los niños varones, de diferentes maneras que las niñas, se han visto afectados por cambios en la familia, la escuela, la dinámica social y por factores ambientales. La vida familiar ha vivido cambios importantes, en particular la ausencia de los padres. Ya no está el hombre más importante en la vida de un niño. En algunos casos, el padre puede estar técnicamente presente, pero está tan ocupado viajando por trabajo que apenas tiene relación con su(s) hijo(s). En otros casos, el padre está ausente ya sea por divorcio, muerte o porque nunca ha sido realmente parte de la familia.

Cuando trabajé en una escuela correccional para niños delincuentes, descubrimos que el niño cuyo padre estaba en prisión tenía un sentido más fuerte de identidad propia que el niño que nunca había conocido a su padre, o que su padre había desaparecido. Vemos en esto que a pesar de que su padre era un modelo negativo, el hijo podía experimentar las consecuencias de las decisiones de su padre y podía enfrentar ese comportamiento en su propia vida.

El creciente número de niños que viven con sus madres solamente crea otro desafío en la sociedad. A los niños a menudo se les asignan responsabilidades adultas para compensar al padre ausente, o les cuesta descubrir qué es ser un hombre dentro de un hogar femenino. Las madres a menudo hacen esfuerzos adicionales para conectar a sus hijos con parientes masculinos o miembros de la comunidad que modelen ejemplos masculinos saludables. Por mucho que se esfuercen las madres solteras, los estilos de género son diferentes y los niños necesitan hombres, modelos masculinos, que los guíen.

Los niños siempre han tenido problemas durante los años de la escuela secundaria tratando de descubrir su lugar en el orden del grupo. ¿Quién es el líder? ¿Qué se necesita para ser aceptado? ¿Cómo puedo sentirme lo suficientemente fuerte como para correr riesgos? ¿Podré defenderme si me molestan?

Algunos han usado su poderío sobre otros recurriendo al acoso escolar o sobresaliendo en la escuela o los deportes. Otros se han sentido victimizados o excluidos, sin saber qué hacer para ser aceptados. Aunque den la impresión de manejar la situación, estos años de secundaria son una tortura para muchos niños. (¡La escuela secundaria puede que sea una tortura a cierto nivel para todos los estudiantes de secundaria!) Se quedan despiertos preocupados por lo que sucederá al día siguiente en la escuela o en su vecindario. Están confundidos acerca de los cambios en sus cuerpos, no tienen claro qué es lo normal y desean desesperadamente tener un amigo.

Hay una diferencia en la motivación y el interés de los niños en la escuela. Podemos reconocer esto desde su época en preescolar y jardín de infantes. Con la aceleración temprana del aprendizaje en el jardín de infancia, los niños están en problemas. Necesitan movimiento: correr, trepar árboles, probarse físicamente unos contra otros y explorar con sus sentidos, pero con el énfasis en lo académico y el trabajo en el aula, les cuesta permanecer sentados durante largos períodos. Pronto son separados y etiquetados como niños problemáticos. En muchos casos, esto conduce al diagnóstico de TDAH, trastorno de desafío y oposición, trastorno bipolar, depresión y medicación. Una vez que los niños se sienten etiquetados en la escuela porque no satisface sus necesidades, llegan a odiar la escuela y se dan por vencidos, o se dedican a perturbar y desestabilizar lo que han llegado a odiar.

Los maestros de los grados primarios cuentan que los niños carecen de motivación para completar su trabajo, esforzarse, expresar interés en la lectura o trabajar tranquilamente en aritmética. O se vuelven hostiles o quieren perderse en los videojuegos. Esto continúa en la secundaria donde no quieren competir con las chicas y prefieren rendirse y fingir que eligen no hacer un esfuerzo, con una actitud que expresa que realmente podrían hacerlo bien si quisieran esforzarse.

A medida que se vuelven adolescentes, muchos varones carecen de motivación, no quieren trabajar duro, tienen menos interés en los deportes y hasta logran convencer a sus padres de que los eduquen en casa.

Si se han desanimado en la escuela o no tienen un gran interés en otra actividad, como pasatiempos, deportes, actividades al aire libre o teatro, los varones son particularmente vulnerables a ser adictos a los videojuegos violentos. En estos juegos, pueden ser héroes en un estado de constante excitabilidad, matando, disparando y destruyendo. Como dice el Dr. Leonard Sax, “Cuanto más tiempo se juega videojuegos, más probabilidades hay de desarrollar dificultades para mantener la concentración sostenida en una sola cosa”. Los niños pueden correr riesgos en videojuegos agresivos que evitan correr en la vida real. Debido a que están matando a seres humanos virtuales como si fueran objetos, esto deshumaniza sus personalidades, lo que resulta en menos cariño y más hostilidad en sus vidas.

En *Wired Child* (Niño conectado), Richard Freed, PhD, psicólogo de niños y adolescentes y autoridad en la crianza de niños en la era digital, señala que las técnicas de imágenes cerebrales, como fMRI y PET, revelan que los videojuegos impactan la mente de manera similar a las drogas y el alcohol. . “Los videojuegos desencadenan la liberación de dopamina a niveles comparables a una inyección intravenosa de anfetamina, un psicoestimulante poderoso y adictivo”. (p. 77) Esta adicción estimula el sentido de placer en el cerebro y afecta áreas relacionadas con la motivación, la percepción, el autocontrol y la toma de decisiones. El Doctor Freed también revela que el trabajo del Dr. B.J. Fogg en la Universidad de Stanford ha influido en toda la industria de los videojuegos y las redes sociales con una programación llamada “Diseño persuasivo”, inventada para hacer que los videojuegos y los programas de redes sociales sean deliberadamente adictivos. “¡Dejémoslos jugar para siempre!” era un eslogan en uno de los 42 sitios web del Dr. Fogg. Este lema fue eliminado después de la noticia reciente del escándalo de Cambridge Analytica que demostró una invasión extrema de la privacidad de los usuarios de Facebook.

Algunos niños tienen una experiencia más complicada de retraso en la pubertad y / o problemas en su desarrollo sexual. Aunque las niñas comienzan la pubertad alrededor de los 9 años, los niños comienzan

alrededor de los 12 y, a veces, no hasta los 14 o 15. Esto deja una situación en la que “... muchas niñas ahora han completado el proceso de la pubertad a los 11 o 12 años, una edad en la que la mayoría de los varones acaba de empezar.” (Sax, *Boys Adrift*, p. 134)

Según Greenspan y Deardorff (*The New Puberty* [La nueva pubertad], págs. 55–60) y Sax (*Boys Adrift* [Niños a la deriva], págs. 138, 142–143), los disruptores endocrinos afectan a niñas y niños de manera diferente. Existe una creciente evidencia de que la exposición a sustancias químicas sintéticas, especialmente al estrógeno ambiental, puede interrumpir o retrasar la pubertad en los niños. Las hormonas que generalmente se liberan cuando comienza la pubertad se liberan mucho antes, estimuladas también por hormonas en carnes procesadas comercialmente. Esta influencia incluye el tiempo en el útero y en la primera infancia. Estos pueden afectar a los niños al “embotar” o eliminar las diferencias sexuales en los comportamientos.

Es interesante notar que el Dr. Rudolf Steiner (1861–1925), en sus conferencias ahora llamadas *Educación Waldorf para la adolescencia* (p. 59) explicó que, en la medida en que podemos generalizar, ya que cada niño es diferente, las niñas alcanzan la pubertad con una cualidad astral más altamente diferenciada en sus nuevas capacidades de juicio, mientras que los niños alcanzan la pubertad sin este refinamiento. Esto puede hacer que las niñas sean más verbales, más maduras, más impacientes con “esos niños desesperadamente inmaduros”. Las niñas a menudo tiran de los niños para que “salgan adelante” durante los primeros años de la escuela secundaria; sin embargo, a la edad de 16, 17 y 18, esto cambia, y los niños (libres de obstáculos adictivos como los que acabamos de describir) son útiles para las niñas a nivel de capacidades intelectuales. A la edad de 21 años, los hombres jóvenes a menudo pueden pasar a la edad adulta fácilmente, mientras que algunas mujeres jóvenes luchan con su identidad y no pueden separar sus sentimientos de su proceso de pensar.

## ¿CÓMO SE VEN AFECTADAS LAS NIÑAS?

Louise Greenspan, MD, endocrinóloga pediatra clínica, y Julianna Deardorff, PhD, psicóloga clínica e investigadora en el desarrollo puberal, que escriben en *The New Puberty* (La nueva pubertad), señalan que las sustancias químicas que imitan hormonas y los efectos del estrés en la vida temprana influyen en la pubertad temprana y la obesidad en chicas.

Las niñas siempre han confiado en las relaciones como base de su vida social. Esto es así desde temprana edad. Por lo general, tienden a valorar más ser gustadas que ser buenas en algo. Cuando llegan a la escuela secundaria, son particularmente vulnerables a la dinámica del juicio. Luchan con la imagen que tienen de sí mismas, están nerviosas por ser aceptadas y son expertas a la hora de leer pistas sutiles de los demás. ¿Llevan ropa adecuada? ¿Se burlarán de ellas? ¿Cómo evitar los chismes? ¿Quién es el líder que puede poner a un grupo en su contra, con tan solo poner los ojos en blanco o susurrar una crítica? La jerarquía de poder en un círculo de niñas es fluida, y las niñas nunca saben con certeza si están dentro o fuera de él.

Con la influencia de las redes sociales, las niñas se ven significativamente afectadas. En el pasado, es posible que hayan leído una nota que las avergonzaba, pero ahora se publica en las redes sociales para que todos puedan verla. Nunca están seguras de su lugar en el grupo social, por lo que estar conectados constantemente a través de mensajes de texto se vuelve vital para su sentimiento de participación y aceptación. Tomar fotografías de sí mismas para establecer su propia imagen es un juego peligroso porque si no obtienen suficientes “me gusta” pueden sentirse devastadas. ¿En qué grupo de amigos quieren estar, qué grupo los acepta, qué tienen que hacer para estar en él? Su sentido de autoestima es frágil en este momento de la brecha de vulnerabilidad.

Las niñas tienden a ser felices en la escuela si sienten que agradan a sus maestros. Se sienten cómodas haciendo su trabajo y siendo elogiadas. Mientras que los niños tienen problemas para quedarse



quietos en los primeros grados, las niñas pueden hacerlo más fácilmente. Si las niñas se sienten apreciadas, trabajarán duro para su maestro o maestra. Sin embargo, en la escuela secundaria, los cambios por los que atraviesan pueden interrumpir su compromiso con el trabajo escolar. Al estar preocupadas por ser humilladas, muy conscientes de los estilos de peinado y de ropa, al no estar seguras de su estatus con los amigos, pueden distraerse fácilmente. Están tratando de ser lo más perfectas posible, copiando a la más popular de las niñas o viendo un video de *YouTube* sobre cómo vestirse o maquillarse. Tener una mejor amiga, aunque cambie, puede vivirse como la diferencia entre la vida y la muerte para una chica de secundaria.

Con los primeros cambios hormonales en la pubertad, las niñas toman conciencia de sus cuerpos a una edad más temprana. Sienten estos cambios reflejados en sentimientos inusuales, no están seguras de cómo manejar el crecimiento de sus senos o el comienzo de la menstruación antes que otras. A una edad más temprana, eran ajenas a sus cuerpos y disfrutaban corriendo, saltando la cuerda y otros juegos físicos, pero ahora se cohiben a la hora de hacer estas actividades.

En su estudio de 2010, Greenspan y Deardorff mostraron que la aparición de los brotes de los senos se mostraba alrededor de los 7 u 8 años, pero que la primera menstruación era alrededor de los 13. Concluyen:

Todos estos estudios coinciden en una cosa. Las discrepancias no se pueden explicar completamente por cambios en la nutrición, el peso corporal o el porcentaje de grasa corporal. Más bien señalan los poderosos efectos ambientales de los cambios que han tenido lugar en los factores del estilo de vida, y quizás en las condiciones psicológicas. (p. 12)

Llegan a la conclusión de que hay tres problemas que pueden afectar el comienzo temprano de la pubertad: exceso de grasa, sobrepeso u obesidad; exposición a sustancias químicas que alteran la biología humana sana, especialmente el sistema hormonal; y factores

estresantes sociales y psicológicos como el trauma de la primera infancia y las malas relaciones familiares. (p. 13)

Parece que una combinación de estos factores, algunos ambientales y otros psicológicos, actúan como detonantes para iniciar el proceso de madurez sexual en las niñas. Los dos grandes cambios para las niñas en la escuela secundaria ahora son el efecto de la pubertad temprana y la presión social intensificada por la fuerte influencia de las redes sociales.

### *LOS ESTILOS DE VIDA DE LOS PADRES ESTÁN CAMBIANDO*

Como se describió anteriormente, los padres están estresados y tienen dificultades para hacer frente a los desafíos. A menudo están obsesivamente conectados con la tecnología y es posible que presten menos atención a sus hijos. Al mismo tiempo, pueden estar muy preocupados por querer que sus hijos estén protegidos y seguros, llegando incluso a ser llamados “padres helicópteros”, sobrevolando cualquier acción en la vida de un niño; o el término más reciente “padres apisonadora”, simple y sencillamente presionando para obtener lo mejor para su hijo.

Esto parece contradictorio, pero esta contradicción es la realidad. Es común ver en un parque madres jóvenes que han llevado a sus hijos a tomar aire fresco. La madre puede estar amamantando o cargando al bebé y al mismo tiempo hablando por su teléfono celular o escuchando música con audífonos. ¿Cómo puede estar conectada con el niño, escuchando, sintiendo las necesidades del bebé, hablándole en tonos tranquilizadores? A menudo, estas mismas madres (y también padres) aman mucho a sus hijos, pero no son conscientes de los resultados de sus acciones distraídas. He visto a niños de tres o cuatro años tirando de los brazos de sus padres y gritando: “¡Mírame!” frustrados por la atención de sus padres centrada en otra parte. Un niño de doce años escribió una parodia que representó con sus amigos en la que piden a sus padres que cuelguen el teléfono celular y se conecten con sus hijos.

No hay duda de que la vida es estresante hoy en día, ya que el ritmo se acelera con tanta sobrecarga sensorial, bombardeos comerciales en

todos los lugares, estrés financiero y sentimientos de aislamiento. Sin embargo, ha habido otros momentos en la historia en los que la vida ha sido estresante. ¿Qué es diferente? Hay muchas razones, pero una que veo con frecuencia en todo el mundo cuando viajo, es la pérdida del sentido de autoridad interior, de la responsabilidad que significa ser un adulto para un niño. Puede surgir la sensación de que el adulto se siente inadecuado y busca orientación en otros lugares, en libros, podcasts, expertos y figuras populares. El tono materialista de nuestro tiempo anima a los padres a dar juguetes, libros y “cosas” en lugar de prestar atención a sus hijos. Las necesidades de los niños no son una cuestión de cuántos juguetes o dispositivos tienen, cuántas actividades adicionales realizan después de la escuela o cuánto dinero hay disponible. La calidad de las relaciones, que sean profundas y significativas, es lo que marca la diferencia para un niño. Esto ayudará a los padres a encender y alimentar la chispa dentro de cada niño.

Tanto los niños como las niñas experimentan una falta de orientación de los adultos a medida que avanzan hacia la madurez. Nunca antes se había dejado que los niños fueran guiados por compañeros que aún no estaban en la etapa de la edad adulta. Esto se manifiesta en un endurecimiento de la vida pública, en el lenguaje, los gestos, el trato mutuo y el desprecio por los adultos.

### *¿QUÉ ESTÁ PASANDO EN LA MENTE DE LOS NIÑOS DE ESCUELA SECUNDARIA?*

¿Qué está pasando tras bambalinas? La escuela secundaria es una época de gran drama. Experimentamos a los estudiantes de secundaria en su entusiasmo, frustración y mal humor todos los días. Sin embargo, detrás de las escenas de este gran drama está el desarrollo invisible del cerebro. Comprender algunas de las sutilezas que guían su comportamiento en la escuela secundaria nos ayudará como padres, y podremos aprender a desarrollar paciencia, calidez y, sí, incluso deleite.

La neurociencia ha sido una ciencia formal sólo durante unos treinta años. Ya se han hecho descubrimientos muy importantes,

pero todavía está en su infancia. Los estudios que comenzaron en 2002 (el estudio CYGNET) y los estudios adicionales en curso se reunieron en un artículo en *Pediatrics*, 2012, y se siguen realizando más investigaciones.

Los cambios en el cerebro estimulan otras partes del cerebro al comenzar el proceso de la pubertad. En el niño, la presencia de andrógenos (hormonas masculinas) desencadena el crecimiento del vello púbico. En la niña, el estrógeno es responsable del comienzo de la pubertad. En las niñas púberes, la hormona gonadotropina (GnRH), que es liberada por el cerebro, actúa como un interruptor que enciende la glándula pituitaria, que luego envía un mensaje a los ovarios para que produzcan estrógeno, lo que hace que los senos crezcan. (Greenspan y Dearthoff, *The New Puberty* [La nueva pubertad], p. 50)

Las etapas de la pubertad, precoz o no, forman parte de un proceso normal que se desarrolla en todos los jóvenes, marcando una transición de la niñez a la edad adulta en la que sus cuerpos, sus emociones, sus relaciones sociales y su comportamiento serán completamente diferentes una vez pasado el proceso.

Al tratar de comprender al niño de escuela secundaria, debemos considerar la complejidad del desarrollo infantil. Cada parte del cerebro tiene su propio tiempo de maduración, lo que hace posible que surjan nuevas capacidades. Hacer que el niño atraviese rápidamente estas fases elimina el potencial de un crecimiento saludable. Se produce un gran baile entre las diferentes partes del funcionamiento del cerebro y las experiencias del niño. Cuando el niño está listo y tiene una experiencia adecuada, surgen nuevas capacidades y habilidades. Las experiencias actúan en el cerebro y afectan el desarrollo de las neuronas. Ciertas experiencias pueden estimular a las células y neuronas a despertar prematuramente. Por ejemplo, la sexualización de la sociedad moderna puede afectar la precocidad sexual que los niños experimentan en sus cuerpos.

Aunque la neurociencia nos ha proporcionado una gran cantidad de información importante y útil, existe una tendencia a ver a los niños

simplemente como una colección de neuronas. Esta visión materialista puede cegarnos de considerar al ser humano como espiritual con un destino único. El cerebro es un magnífico vehículo físico que establece la posibilidad de pensar, sentir y querer. Es la base física que el “yo” humano usa para abrirse camino en el mundo. Sin un cerebro sano, el ser humano lucha por desarrollar capacidades. Sin un alma y espíritu sano, el ser humano puede utilizar sus capacidades para fines inmorales. Alimentar la chispa es apoyar el desarrollo saludable del alma y el espíritu, así como el desarrollo físico saludable en este momento crítico de la vida del niño.

### *ETAPAS DEL DESARROLLO Y LA BRECHA DE VULNERABILIDAD*

Nacemos con una gran cantidad de neuronas, el primer brote de crecimiento neuronal, durante la infancia, las experiencias que tenemos afectan la construcción de neuronas en nuestro cerebro. Cada pocos años hay pequeños brotes de crecimiento neuronal. . En cada etapa, las nuevas experiencias engendran nuevas neuronas que luego se activan, se despiertan nuevas capacidades y los niños usan sus experiencias para desarrollar capacidades en diferentes tipos de inteligencias.

Es fundamental que los niños tengan adultos humanos equilibrados durante la infancia para guiarlos en su camino de desarrollo. Los niños imitan todo lo que les rodea con la mayor confianza en que “así es exactamente como debe ser”. Durante los primeros siete años, los niños imitan inconscientemente, absorbiendo los gestos, el lenguaje y la actitud de los padres, maestros y cuidadores. Entre los siete y los diez años, a los niños les encanta que les enseñen cosas nuevas. Siguen al maestro, a sus padres u otro adulto en cómo organizarse, usar sus herramientas (lápiz, pincel, etc.) correctamente. Les gusta aprender a cantar, hacer trabajos manuales, aprender otro idioma, hacer aritmética, hacer mapas. La mayoría de los niños responde fácilmente a las instrucciones del maestro, y si la enseñanza es artística y entusiasta, responde con entusiasmo y alegría.

Alrededor de los nueve años (entre 8,5 y 10 años), los niños pasan por un momento de separación, de empezar a verse a sí mismos desde fuera y darse cuenta de que son diferentes. La magia se ha ido del mundo, su imaginación se seca y todo parece ordinario y aburrido. Este “cambio de nueve años” es para el niño un estado de ánimo del alma que comienza a encontrar un camino en el mundo real.

Después del cambio de nueve años, las diferentes partes del cerebro comienzan a estabilizarse. Los niños continúan adquiriendo conocimientos, almacenando hasta tesoros que luego llegarán a comprender con mayor profundidad. Esta etapa, después del cambio de nueve años y antes de los once o doce años se conoce como el corazón de la infancia. Con apoyo y comprensión, los niños superan este momento, listos para participar nuevamente y encontrar nuevas conexiones y satisfacción.

La brecha de cuatro años entre los 11/12 y los 14/15, la brecha de vulnerabilidad, es un momento de peligro y oportunidad. Aquí está el mayor crecimiento acelerado desde la infancia. Es un momento de integración del propio cerebro en el que se sintetizan todos los sistemas neuronales. Las diferentes partes del cuerpo crecen a diferentes ritmos, lo que a menudo resulta en incomodidad física. Las conexiones neuronales que son más débiles desaparecerán en un proceso de poda. Aquellas experiencias que se han repetido durante la infancia perdurarán a medida que se mielinizan esas conexiones. La mielina es una sustancia blanca grasa que rodea y protege un axón nervioso para acelerar los impulsos nerviosos a los músculos y facilitar la comunicación entre neuronas. Durante este tiempo, se vinculan diferentes partes del cerebro y se integran todos los sistemas neuronales anteriores. Esto lleva tiempo.

Gradualmente, los niños comienzan a darse cuenta de que los adultos son diferentes entre sí y a cuestionar a estos adultos para medir las diferentes respuestas que probablemente recibirán. Esto se vuelve particularmente fuerte durante los años 11 a 14, cuando la capacidad de pensar de los niños aumenta y comienzan a decidir conscientemente

a quién imitar. Eligen a sus estrellas, héroes, son influenciados por los libros que leen, las películas que ven, la música que escuchan, los adolescentes mayores que los rodean, sus padres, maestros y entrenadores que los ven a diario, así como otros adultos de su entorno.

Debido a todos los cambios que ocurren en el cerebro, la edad de la escuela secundaria de once a catorce años es un período inestable en el que las fuerzas anímicas del pensar, sentir y hacer se separan en diferentes direcciones y siguen sus propios caminos. Los estudiantes de secundaria experimentan el pensamiento como un nuevo poder, discutiendo, explorando causas, reuniendo hechos, recolectando y desafiando. Son muy sensibles en sus sentimientos, se lastiman fácilmente, se sienten aislados e inestables. Son activos en su voluntad, empujando a otros, usando la fuerza para defender su posición, compitiendo y sintiendo la fuerza en diferentes partes de su cuerpo. Sin embargo, las tres fuerzas aún no se conectan entre sí, ya que el cuerpo está procesando la materia cerebral y los nuevos cambios en el cuerpo. Esto es muy confuso para el niño que se siente fuera de control y, a veces, perdido.

La corteza prefrontal es la última parte del cerebro que madura, y el segundo brote de crecimiento de las neuronas ocurre alrededor de los dieciséis años cuando se establecen nuevas pistas neuronales. Este es un momento asombroso en el desarrollo humano, que hace posible el acto de transformar los instintos a un nivel superior de comportamiento, pensar críticamente, evaluar riesgos, ser capaz de pensar en el panorama general. Todo es posible mientras se desarrolla esta “nueva mente”. La combinación de poda, mielinización, hormonas, influencias genéticas y experiencias dan forma a la actividad neuronal y sirven como apoyo fisiológico para la profundización del alma del adolescente y del joven adulto.

Los trastornos psiquiátricos suelen tener una primera aparición importante durante este tiempo, y debemos estar atentos cuando vemos signos de alteración. El niño es particularmente susceptible al estrés porque se necesita estabilidad en este tiempo de síntesis de

todos los sistemas cerebrales, la integración de las tres fuerzas del alma. Se necesitan relaciones de apoyo, modelos de conducta adultos y seguridad para estimular la integración. Podríamos decir que este período es una estabilización de la “vieja mente”, de todo lo que vino antes de la pubertad.

Si esto es un desarrollo normal, ¿por qué hablamos de la brecha de vulnerabilidad? ¿No son los años de secundaria una etapa más como las demás? Aparte de las fuerzas de crecimiento en la infancia, este es el momento más significativo de crecimiento en la vida humana, y no se repite más en el transcurso de la vida. Todo se siente nuevo. Todo está cambiando exteriormente, ya sea el cambio en el tamaño del zapato, los rasgos afilados de la cara o el fortalecimiento gradual de los músculos. Todo está cambiando internamente en el pensamiento: los jóvenes se esfuerzan por descubrir cómo abrirse camino a través del drama de esta época, reflexionando sobre las experiencias, despertando a lo que quieren ser y descubriendo su identidad, separados de los padres y maestros a quienes seguían de buena gana hasta este punto de sus vidas.

Este tiempo de cambio siempre ha estado presente en períodos históricos del pasado, pero hay una diferencia. Antes, los niños estaban protegidos por la estructura familiar y las convenciones de la sociedad. Los preadolescentes eran considerados niños en el pasado y no tenían tanta libertad para elegir su comida, su ropa, cuándo querían hacer algo o cuándo no querían cumplir con las expectativas de los adultos. No influían en la vida familiar como lo hacen hoy. Los adultos eran adultos y los niños eran niños. Los aprendizajes eran comunes a la edad de catorce años aproximadamente, cuando un joven aprendía un oficio bajo la estricta guía de un profesional o maestro. Las opciones para ellos se abrían después de haber pasado por el rito de iniciación y haberse convertido en adolescentes o adultos jóvenes.

En nuestro tiempo, cuando están ocurriendo tantos cambios dentro del cuerpo físico y el alma del niño, cuando luchan por adaptarse a estos cambios, nuestras normas culturales de la estructura familiar



y la sociedad han perdido la comprensión de lo que se necesita. Los niños toman decisiones desde que son muy pequeños, y los padres a menudo se sienten abrumados por el poder que exhiben los niños al exigir, “quiero” y “necesito”. La sociedad no protege a los niños de experiencias para las que no están preparados, y los padres pueden sentirse abrumados tratando de mantener los límites, trabajando para que los niños esperen antes de hacer lo que quieren. Un ejemplo es la clasificación de películas. Uno esperaría que una película para niños fuera apropiada y no mostrara sexualidad, violencia, lenguaje vulgar o grosería. Sin embargo, cada vez hay menos claridad sobre lo que significa la clasificación cuando una película se considera apropiada para una determinada edad. ¿El padre tiene que ver cada película primero antes de permitir que el niño asista? Parece que sí, pero no es realista dadas las demandas de tiempo de la mayoría de los padres.

Las culturas indígenas tenían sus propios ritos de pasaje, tras los cuales el joven era reconocido como miembro de la comunidad con responsabilidad adulta. En las familias guiadas por una enseñanza religiosa, se organizaba un rito de pasaje para que esto sucediera. Estas experiencias no se vivían a solas o bajo el cuidado de otros de su misma edad. Estos rituales o ritos de iniciación existían porque los adultos estaban guiando el proceso por el cual el niño tenía que aprender habilidades particulares y adquirir conocimientos, tenía que mostrar una nueva capacidad lograda gracias a su esfuerzo, frente a su comunidad. A esto le seguía el reconocimiento y una clara bienvenida a la comunidad de testigos. Era un proceso largo que implicaba trabajo duro, separación, miedo, preocupación y alivio. Este tipo de rituales todavía se llevan a cabo hoy con más o menos éxito en bar/bat mitzvahs en las tradiciones judías, o las confirmaciones en las creencias cristianas, estatus de Eagle Scout en la estructura de Boy Scout, y así sucesivamente.

Gracias a una pubertad física más temprana en las niñas, tanto los niños como las niñas son prematuramente conscientes de la sexualidad, y son vulnerables. Todavía son niños, pero necesitan

asumir la responsabilidad de su comportamiento sexual antes de haber alcanzado la plena madurez emocional y social. Están a merced de niños mayores, adolescentes o adultos que pueden manipularlos fácilmente. En su deseo de ser aceptados, harán cosas que causen daño. Están en riesgo física, emocional, social e intelectualmente justo en el momento en que sus cerebros están pasando por tanta reestructuración.

Estas influencias culturales son extraños no deseados que se han mudado a nuestros hogares durante la brecha de vulnerabilidad a través de la tecnología de pantalla, incluyendo los teléfonos inteligentes, iPads, computadoras y televisores de pantalla plana. Son fuertes, disruptivos y afectan la capacidad del niño para completar la remodelación de manera efectiva. En los últimos cincuenta años, la televisión fue el extraño no deseado, que se movía, ocupaba espacio y tiempo e introducía valores de la cultura popular. Ahora hay más extraños y son insidiosos: tecnología, pornografía, presión de grupo, adolescentes mayores que reemplazan a los adultos, desaceleración de las expectativas académicas y el poder del dólar en publicidad y marketing. Se están abriendo camino, sin ser invitados, justo en este momento en que los jóvenes son más impresionables y carecen de la capacidad para diferenciar o regular su influencia.

Seamos claros: No todos los aspectos de la cultura popular tienen por qué ser dañinos ni viciosos. Sin embargo, debemos convertirnos en guardianes de nuestros hijos, que buscan lo saludable y debemos protegerlos de lo que no lo es. Si no alimentamos la chispa de las capacidades humanas superiores, ¿quién lo hará? Los niños no pueden ser abandonados en este momento de sus vidas.

Podemos usar la metáfora de una cuerda floja sobre un pantano con tiburones amenazando desde ambos lados, cuando hablamos de estudiantes de secundaria. Existen riesgos para la salud física, especialmente debido a influencias ambientales o químicas, actividad sexual prematura, alimentos nocivos y productos de belleza. Existen riesgos de salud conductual que incluyen problemas de imagen corporal, trastornos alimentarios, abuso de sustancias, bajo rendimiento

académico, delincuencia, adicción y agresión. Hay riesgos para la salud del alma que incluyen el aislamiento, el sofoco del idealismo innato (sí, de nuevo), la sexualidad prematura, el cinismo, la mala imagen de sí mismo, la intimidación y el sentimiento de objetividad.

Al contemplar estos desafíos, no nos desanimemos. Recordemos que hay una cuerda floja sobre este pantano. El niño tiene que caminar sobre esta cuerda floja, mirando al frente, balanceando brazos y piernas y manteniendo el ritmo. Lo que tienen a su favor es su abierto interés sincero en el mundo, su voluntad de explorar cosas nuevas, probar nuevas oportunidades, aspirar a altos ideales y compartir sus pensamientos. Pueden hacer algunos movimientos erráticos, casi caerse, pero los adultos debemos estar ahí para equilibrarlos, apoyarlos y creer en ellos. Se están moviendo a través de la brecha de vulnerabilidad hasta que llegue el momento en que puedan recuperarse, reflexionar sobre lo que están haciendo y hacer los cambios necesarios para encontrar el equilibrio.

Eso vendrá con la adolescencia acompañada de su racha de crecimiento de nuevas vías neuronales y una nueva conciencia de su Yo superior. La adolescencia está llena de riesgos a medida que los adolescentes atraviesan el proceso de transformar los instintos a un nivel superior de comportamiento, pensar críticamente, evaluar los riesgos y considerar el panorama general. Todo es posible a medida que se desarrolla la nueva mente. La combinación de poda, mielinización, hormonas, influencias genéticas y experiencias dan forma a la actividad neuronal y sirven como apoyo psicológico para la profundización del alma del adolescente y del joven adulto. Es un momento de despertar. Pero esa es más la historia de los años de la etapa de bachiller.

## CAPÍTULO 3

# Preparando la mente civilizadora

En el último capítulo describí la brecha de vulnerabilidad, de los once a los catorce años, como una época de nuevas e importantes posibilidades, así como de riesgos. El niño pequeño viene “dejando una estela de nubes de gloria”, como describió William Wordsworth en su poema “Intimaciones de la inmortalidad”. A medida que comienza el viaje en la tierra, el bebé está profundamente influenciado por la herencia que proviene del pasado y del entorno familiar que influirá en el futuro. Poco a poco, el niño explora el mundo a través de los sentidos y gatea, camina y habla imitando a los del entorno. Confiando en la bondad de quienes los cuidan, los niños representan su entorno a través del juego y el canto y se vuelven sociales con los demás.

Alrededor de los siete años, el niño despierta al mundo de la belleza, viviendo al ritmo de las estaciones a través de la naturaleza y las actividades comunitarias, siguiendo la autoridad de los adultos que lo guían hacia el mundo del pensar, sentir y hacer. Este es un momento para desarrollar hábitos saludables, sentar las bases del aprendizaje y ser un miembro útil de la comunidad.

Alrededor de los nueve, el niño se acerca y comienza a sentir una separación entre él y los demás. Desde adentro, los niños se encuentran con el mundo a través de su temperamento, y desde afuera comienzan a sentir los efectos de su entorno, llegando a darse cuenta de que cada persona es diferente y cada familia es diferente. El cambio de nueve años es un cambio en la perspectiva del niño, que ha sido expulsado del tiempo mágico de la infancia a la tierra donde desarrollará el sentido

del mundo real. A medida que cada niño resuelve este desequilibrio, hay nueva energía para conocer el mundo.

El niño de nueve a once años está experimentando el corazón de la infancia, logrando un equilibrio entre la gracia física en su cuerpo y la emoción de aprender sobre el mundo a través de sus sentimientos. Las fuerzas actúan en dos direcciones: desde las influencias terrenales en el cuerpo y desde las influencias cósmicas que actúan en la vida del alma. Esta es la infancia en su momento más glorioso, y todos los niños merecen experimentar la coronación de esta etapa de la vida. Las influencias cósmicas actúan desde dentro a medida que el niño despierta a la moralidad y la sensación de estar conectado con todo. Esta es la chispa que debe cuidarse antes de que la pubertad traiga peso y gravedad.

Por lo general, alrededor de los once años en las niñas y los doce en los niños, las influencias corporales ejercen presión en dos direcciones: una explosión del crecimiento de las células cerebrales y una intensa actividad hormonal. Surge una nueva explosión de células cerebrales para pensar y muchas cosas nuevas en las que pensar. También hay cosas que se pueden sentir a través del aumento de hormonas. Y el corazón se interpone entre estas dos nuevas influencias, mientras el joven intenta equilibrarse durante este período de consolidación. Este proceso lleva tiempo y ocurre detrás de escena, fuera de la vista de los adultos que cuidan al niño.

El alma del niño se conecta con el cuerpo físico a medida que ocurren los signos de la pubertad. Los niños experimentan antojos, deseos e incomodidades extraños. Ceden a la tentación cuando sus instintos los empujan a satisfacer estos antojos. Empiezan a desafiar las reglas, a esconderse o mentir. Aunque puede que hayan actuado así durante el cambio de nueve años, ahora estos intentos de retar las reglas y probar los límites de su mundo son más conscientes. En un momento ceden a la tentación, en otro momento resisten. Saben cuáles son las reglas, pero les cuesta saber qué hacer. El niño ya no es inocente, pero ahora hay conciencia de que todo lo que haga el niño tendrá un efecto

en los demás. Podríamos decir que el joven ahora es responsable del karma que causa y está en la infancia de una biografía adulta.

Luego, alrededor de los catorce años, algo nuevo comienza a despertar en el corazón, algo que no se había sentido antes y que no puede expresarse concretamente. Vemos ecos de esto cuando observamos cómo los niños de esta edad quieren ayudar al mundo. Quieren salvar las selvas tropicales, ayudar a los pobres, quieren que el mundo sea un lugar mejor y más amoroso. El hecho de que no tengan las habilidades y la experiencia para hacer esto no quita el profundo anhelo en su corazón. Este anhelo de servir a los demás es la chispa que ayudamos a alimentar.

### *RETANDO A LA VIEJA MENTALIDAD*

Cuando los niños llegan a la escuela secundaria, tienen actitudes inconscientes, prejuicios y suposiciones sobre sí mismos y los demás. Los han desarrollado a partir de sus padres, sus maestros y la cultura en general porque siempre asumieron que lo que se les dijo era verdad. Estos llegan a formar lo que yo llamo la “vieja mentalidad o vieja mente”. Desde el fanatismo que podemos experimentar en la vida contemporánea, sabemos que la vieja mentalidad existe y es poderosa.

A medida que los estudiantes experimentan perspectivas de diferentes culturas o diferentes puntos de vista, se les desafía a pensar de manera diferente. “Nunca lo había pensado de esa manera” es un comentario que nos permite saber que algo está cambiando en la mente del joven. Esto no es cómodo al principio, ya que crea diferencias entre un estudiante de secundaria inocente y los adultos o compañeros de clase que piensan con prejuicios. Declaraciones como “Todas las personas son ...” son declaraciones de falta de visión y pensamiento fijo.

En la escuela secundaria, las experiencias pueden exponer estas suposiciones y estimular nuevos pensamientos, nuevas posibilidades y nuevas perspectivas de cómo integrarse al mundo.

Los estudiantes de secundaria también pueden experimentar la vieja mentalidad en cómo piensan sobre sí mismos: “No puedo hacer

eso” o “No soy bueno en eso”. Sin embargo, si los adultos los alientan, pueden comenzar a expandir su sentido de sí mismos y creer que algo nuevo es posible. Las actitudes que los niños de la escuela secundaria tienen hacia los demás y hacia ellos mismos ayudará a formar el tipo de civilización que se está desarrollando para el futuro.

El neurofisiólogo Elkhonon Goldberg se refiere a la corteza prefrontal como la base física de la “mentalidad civilizadora”. Gracias al desarrollo de la corteza prefrontal después de los 14 años, el niño tiene la oportunidad de desarrollar la cortesía. Como se lee en Pearce’s *Biology of Transcendence* (Biología de Transcendencia de Pearce), p. 48, Goldberg dice: “Es esta cortesía la que es un requisito previo para el desarrollo de nuestra capacidad para trascender, para cumplir nuestro papel en la evolución, así como para frenar nuestra violencia suicida y para sobrevivir”.

¿Qué se necesita para que la mente civilizadora comience a despertar? Hay dos elementos clave. Desde el punto de vista fisiológico, los jóvenes experimentarán cambios físicos a través de la corteza prefrontal como vehículo para el cambio espiritual y anímico. En la vida cultural, necesitan adultos que sean verdaderos ejemplos de idealismo y auténtico civismo.

En muchos sentidos, los estudiantes de secundaria siguen siendo niños. Como mencioné anteriormente, esta necesidad fue reconocida tanto por las tradiciones religiosas como por las culturas indígenas, que realizaban un ritual cuando los niños y niñas cumplían alrededor de trece años y asumían una nueva responsabilidad en la comunidad. La experiencia de dar este paso marcaba un nuevo comienzo de lo que gradualmente se convertiría en un cambio interior.

Una vez que se ha producido la pubertad y se han marcado tales rituales, la relación de los adolescentes con la vida en la comunidad cambia y comienzan a asumir responsabilidades. Es el inicio de una nueva etapa que crecerá con más fuerza durante los próximos siete años.

Los estudiantes de secundaria son un puente entre el pasado, el presente y el futuro. Todo lo que ha sucedido antes de este tiempo

se hizo de manera inconsciente. No estaban realmente conscientes de lo que estaban haciendo. Por lo tanto, hablamos de ellos como inocentes y aún no responsables de lo que hacían, actuaban desde la vieja mentalidad. Pero una vez alcanzada la adolescencia, el joven se ve inmerso en una lucha entre el instinto y un Yo superior que está provocando una nueva conciencia.

### *CONSTRUYENDO LA MENTE CIVILIZADORA*

Debido a una pubertad más temprana, los jóvenes corren el riesgo de sentirse abrumados por fuerzas externas antes de que crezca su sentido de responsabilidad y sean lo suficientemente maduros para responder a las situaciones que surgen. Por lo general, después de los dieciséis años, el adolescente desarrolla la función ejecutiva mientras se hace las preguntas difíciles de la vida como “¿Quién soy yo? ¿De dónde vengo? ¿Qué pasa después de la muerte? ¿Qué es el bien, qué es el mal, qué es la libertad? ¿Cuáles son las repercusiones de mis acciones? ¿Cuál es mi responsabilidad? Estas son las preguntas con las que luchan los estudiantes de secundaria, y están en busca de respuestas que los guíen. Este es el momento en que el Yo, el “yo soy” o ego (que no debe confundirse con el uso que hace Freud de la palabra), comienza a despertar en el joven.

Por un lado, es por eso que los adolescentes se adentran en la oscuridad del alma y protagonizan el mayor porcentaje de suicidios de la historia, sienten un aislamiento intenso o posiblemente atacan hacia afuera con conductas delictivas. En el caso de algunos jóvenes, podemos rastrear sus actos a una enfermedad mental. Para otros, surge algo sin provocación, sin explicación, que los lleva a tales actos. Otra forma de verlo es que la experiencia desestabilizadora de esta nueva conciencia es como una enfermedad mental. Los adolescentes buscan anclas que les ayuden a mantenerse firmes. Algunos lidian con la confusión interna cubriéndola con adicciones a drogas, videojuegos, alcohol o sexo, para evitar sentir dolor. Surgen nuevas preguntas sobre la sexualidad, la amistad, el amor.



El problema es que con la pubertad cada vez más temprana, repito, actualmente alrededor de los doce años, viven un tiempo sin protección hasta alrededor de los 16, están a la deriva y necesitan tener la conciencia y la ayuda de los adultos en sus vidas. No pueden cruzar la brecha de vulnerabilidad solos, como una balsa sin remos, nadan en las fuertes corrientes de nuestra cultura actual que les arrastra de un lado a otro.

¿Cómo está cambiando su forma de pensar, sus sentimientos y su vida volitiva? En este momento cuando sus emociones están sobrecargadas, abrumando sus pensamientos y sus acciones, ellos están en riesgo. Son vulnerables. Su comportamiento es a menudo como una llamada en el desierto para que los adultos se despierten y escuchen el dolor que vive debajo de la superficie.

Durante los años de la escuela secundaria, los niños responden a los adultos en una especie de imitación, mirando a aquellos que expresan valores que admiran.

Los jóvenes de esta edad pueden actuar como si no estuvieran prestando atención, como si no sintieran admiración, pero miran y escuchan con mucha atención. Eligen sus propios modelos a seguir, personas que “hacen lo que dicen”. Poco a poco, a medida que empiecen a pensar por sí mismos y salgan al mundo, encontrarán su propia manera de manifestar estos valores que han emulado.

Durante los primeros años, la moralidad del niño se forma desde fuera, a partir de las reglas y expectativas de los padres y de la sociedad. Alrededor de los once o doce comienzan a separar las reglas del mundo adulto de sus propias ideas de lo que debería suceder. Cuestionan todo. El desafío es ayudarlos a comprender la situación social, que las reglas son útiles para guiar el comportamiento de las personas. Debido a que su función ejecutiva aún no los está guiando, necesitan oportunidades para discutir el comportamiento a fin de ejercitar esta nueva capacidad de función ejecutiva. Decirles que simplemente deben obedecer a los adultos no funciona a esta edad de escuela secundaria. Necesitan oportunidades para considerar qué pasaría si no hubiera reglas, qué

reglas podrían ser útiles en un salón de clases o en una familia, qué pasaría si las personas desobedecieran las reglas. Tener reuniones de clase, votar sobre las expectativas del aula, juntas familiares y pedir sus opiniones, es decir, involucrarlos en el proceso. Poco a poco comienzan a darse cuenta de la necesidad e importancia de los acuerdos sociales.

Por supuesto, los adultos tienen la autoridad final aquí, pero cuanto más se pueda trabajar este proceso de manera colaborativa, más fuertemente se sentirá involucrado el joven, más se sentirá incluido en el proceso. Su pensamiento se vuelve activo para resolver problemas y solucionarlos. Transforman la vieja mentalidad a medida que se activa la chispa de preocupación y conciencia por los demás.

Durante los siguientes capítulos, consideraremos formas en las que podemos ayudar a los estudiantes de secundaria a comenzar el proceso de desarrollar una nueva mentalidad, la mente civilizadora, en la que los valores de moralidad, empatía y compasión pueden guiar el pensamiento, el sentimiento y las acciones.

## CAPÍTULO 4

# El desarrollo del carácter

### ALIMENTANDO LA CHISPA

Rachel Kessler, en su hermoso libro *The Soul of Education* (El alma de la educación), comprende bien la necesidad de preparar la mente civilizadora. Ella escribe:

Geometría e historia, inglés y ciencia: los lugares y tiempos para estas materias en el aula contemporánea están asegurados. ¿Pero el alma? ¿No pertenece a una iglesia? ¿No son acaso las preguntas del alma asuntos privados y espirituales que es mejor dejar en casa? ... Si así es, será mejor que alguien se lo comunique a los niños. Mientras los adultos continuamos debatiendo estas cuestiones, la mayoría de los estudiantes continúan trayendo sus almas a la escuela. Con excepción de los pocos que están insensibilizados por las drogas, el abuso o no perciben que tienen una vida interior adormecida, los estudiantes de todas las edades vienen a la escuela con el alma viva y en busca de una conexión. (p. ix)

Durante este tiempo de vulnerabilidad nos enfocamos en el desarrollo del carácter para nutrir las almas de los estudiantes de secundaria y prepararlos para la mente civilizadora. Durante este tiempo, los estudiantes de secundaria pueden darse cuenta de algo especial que vive en su interior, la chispa de la compasión, la conectividad y el propósito. Pasan por fases en las que sienten sus necesidades y deseos individuales y, al mismo tiempo, se experimentan a sí mismos como miembros de la comunidad.

Observé ejemplos de desarrollo del carácter en sexto grado en varias escuelas Waldorf, que bien podrían estar presentes en cualquier escuela. Gracias a que la clase está estudiando la gallardía como parte de la historia medieval, se centran en las virtudes que necesitan desarrollar durante el año. Se enfocan en lo que quieren lograr en la escuela y en el hogar, e incluyen a sus padres y maestros en el reconocimiento de sus éxitos y luchas. Un cierto mes el tema era la perseverancia. Los niños buscaron la definición de la palabra, la discutieron y se propusieron la tarea de cómo desarrollarían la perseverancia. Más adelante en el año, examinaron su comportamiento para ver cómo lograron vivir esta virtud.

Visité otro sexto grado cuando la virtud del mes era la reverencia. Ese maestro en particular invitó a un padre de familia a visitar la clase y aportar sus propios pensamientos sobre el tema. Este padre les dio a los estudiantes de sexto grado una lista y les preguntó si podían tener reverencia por lo siguiente: piruleta, bellota, serpiente, aire, patear un árbol, mosquito, superhéroe, lombriz de tierra, bebé recién nacido, Voldemort, capullo de rosa, defender a un amigo, su compañero de escritorio, y por la reverencia misma. Los niños tenían que escribir rápidamente sí o no. Luego discutieron sus respuestas. Mientras escuchaba, pude ver cómo estaban estirando sus mentes para ver un contexto más amplio. Por ejemplo, una bellota porque se convertirá en un árbol, aire porque no podríamos vivir sin él. El superhéroe trajo diferentes tipos de respuestas. Algunos dijeron “sí” porque salvan a los seres humanos. Otros dijeron “no” porque están allí principalmente para entretenernos. Y así continuaron. Cuando terminaron la discusión, el padre pidió a los niños que volvieran a mirar la lista y que hicieran los cambios que quisieran. Varios de ellos hicieron cambios. Reflexionaron que, escuchándose unos a otros, surgían nuevas ideas.

Lo que fue impresionante fue la seriedad de los niños en su discusión. Un grupo mayor podría haber descartado esto como una tontería o no estar dispuesto a discutirlo públicamente, pero los estudiantes de sexto grado estaban abiertos a sus propios pensamientos,

así como a los de sus compañeros de clase. Además de la seriedad, el humor estuvo presente y sirvió de alivio. Ejercicios como este ayudan a alimentar la chispa que vive dentro de cada niño.

### *RECONOCIENDO LAS VIRTUDES*

Otra experiencia de sexto grado ocurrió justo antes de las reuniones o tutorías del maestro con padres. Los niños tenían que escribir una carta a sus padres (que se les entregaría en la reunión). Tenían que decirles a sus padres en qué sentían que eran realmente buenos y en lo que aún necesitaban mejorar. Uno de los chicos tenía un brazo roto y no podía escribir. Cuando le pregunté si le gustaría dictarme su carta, que yo escribiría exactamente sus palabras, estuvo de acuerdo. Esta es su carta:

Queridos papá y mamá,  
Soy bastante bueno leyendo. Es fácil. No me gusta el libro que estamos leyendo porque habla del presente y luego se remonta a cinco años, consistentemente. Eso lo hace aburrido. Ambos ya saben todo esto. Estoy distraído porque hay tantas cosas en mi cabeza y estoy estresado. Eso ya lo saben. Eso es todo por ahora, su hijo, —.

Otros niños estaban escribiendo largas cartas con listas de en qué eran buenos y en qué todavía estaban trabajando. Pero este joven era un tipo taciturno. Aunque no dijo mucho, pude ver que su mente estaba llena y las distracciones lo molestaban. Habría sido muy fácil ver simplemente un joven desinteresado, pero la pista de lo que estaba sucediendo internamente me ofrecía oportunidades para apoyarlo con más calidez.

Trabajar en sus virtudes fue una experiencia para los niños del despertar y el desarrollo individual. Al mismo tiempo, los maestros estaban trabajando para construir un fuerte sentido de comunidad para formar una base social. Pude ver el comienzo del despertar individual del sentido de la crítica cuando uno de los chicos corrigió la afirmación

del maestro de una manera bastante grosera. Uno de los compañeros respondió a esta grosería diciendo: “Estás siendo un idiota”. La tensión entre la agudeza individual en el pensamiento recién despertado y el sentimiento de cohesión social continúa durante los años de la escuela secundaria y hace que la enseñanza de estos grados (y la crianza de los hijos de esta edad) sea desafiante y emocionante.

#### *LA CEREMONIA DE NOMBRAMIENTO DE CABALLERO: FORMANDO PARTE DE UNA COMUNIDAD*

Algunas escuelas Waldorf han respondido a la necesidad de un rito de iniciación para despertar el sentido de responsabilidad, con una ceremonia de caballería. Esto se desarrolló gradualmente en una escuela y fue adoptado por diferentes escuelas que luego agregaron sus propios aspectos al proceso. He adaptado elementos de varias escuelas para la siguiente descripción.

Al comienzo del sexto grado, los estudiantes discuten la gallardía o caballería y lo que significa. Escuchan historias de gallardía o de ejemplos de personajes masculinos o femeninos virtuosos. Deciden qué virtudes desean desarrollar en la escuela, en el hogar y en la comunidad. Por ejemplo, ayudar en casa haciendo sus quehaceres sin quejarse, recolectar material reciclado en su vecindario, ser constantes a la hora de hacer la tarea, ser más amables con su hermano menor. Hay innumerables formas de trabajar para desarrollar mejores hábitos.

Cada mes escriben un relato de lo que han logrado, y sus padres y/o maestros también hacen comentarios sobre su proceso. Durante este tiempo, también diseñan su propio escudo con un símbolo que representa sus valores. Hacia el final del año, después de que los estudiantes han completado sus proyectos y han sido considerados exitosos, hay una noche especial en la que los alumnos de sexto grado realizan actividades solos que requieren coraje. Después de ser nombrados caballeros, pasan la noche en la escuela con su clase o solos. En algunas escuelas, después de la ceremonia, hay una gran fiesta de celebración con padres y maestros. Con estímulo y ayuda, la mayoría de los estudiantes completan las tareas y son reconocidos.

El desarrollo de la vida comunitaria es fundamental durante los años de la escuela secundaria. Si falta y los estudiantes de secundaria se vuelven demasiado individualistas, es difícil crear un tejido social fuerte. El momento de desarrollar la comunidad y prepararse para la mente civilizadora es un momento específico, antes del segundo brote de crecimiento de las neuronas y la función ejecutiva. Este es el potencial de los años de la escuela secundaria.

Después de años de enseñar en la escuela media y secundaria, mis colegas y yo nos dimos cuenta de que el sentimiento de comunidad tenía que nutrirse antes de que el individualismo pasara a primer plano. El individualismo es, en última instancia, un gesto antisocial, y si la experiencia de la comunidad no ha sido rica y de apoyo, los jóvenes pueden volverse egoístas, criticando los errores de maestros y compañeros de clase y despreciando las necesidades de los demás. Por supuesto, el proceso de construcción de comunidad debe continuar incluso cuando no se había desarrollado antes, aunque es más difícil. Los maestros hábiles y otras personas pueden hacer esto a través de grupos deportivos, grupos religiosos, organizaciones de servicio y formación de equipos en el aula. Deberíamos estar agradecidos por sus esfuerzos.

Cuando los niños son pequeños, tienen un sentido profundo de lo que es moral que los lleva a ser justos, hacer lo correcto y diferenciar entre lo bueno y lo malo. Después de once o doce años de seguir reglas, se dan cuenta de que estas reglas fueron establecidas por adultos y parecen algo arbitrarias. Empiezan a desafiar a los adultos y descubren que los adultos no son perfectos, de hecho, tienen defectos. Esto es descorazonador y puede conducir a la desesperanza. El estado de ánimo se vuelve, “¿De qué sirve seguir sus reglas? No saben nada”.

El desafío para los estudiantes de secundaria es comprender la diferencia entre lo que necesita la comunidad y lo que necesita el individuo. Aquí el maestro tiene la oportunidad de trabajar con la clase en el desarrollo de reglas para el comportamiento en el aula, no reglas impuestas desde afuera, sino reglas que tienen que ver con

el bienestar de la comunidad de la clase. Estas discusiones no tienen precio porque los jóvenes gradualmente comienzan a ver que las reglas son importantes para proteger los derechos y necesidades de todos.

Estas discusiones crean oportunidades para que los estudiantes de secundaria reflexionen sobre comportamientos particulares. ¿Cuál fue el comportamiento? ¿Cómo afectó al grupo? ¿Cómo afecta mi comportamiento a mis compañeros de clase? ¿Por qué? ¿Qué puedo hacer al respecto? No todos los maestros tienen estas habilidades y puede ser útil tener otro adulto en la escuela que pueda trabajar con una clase en el desarrollo social y emocional.

Cuando los jóvenes pasan a la siguiente fase de desarrollo, alrededor de los 15 o 16 años, comienzan a comprender la complejidad de la vida moral y pueden abordar las reglas de una manera diferente, incluyendo el manejo de las excepciones.

## *PENSAR, SENTIR Y QUERER EN EL DESARROLLO DE CARÁCTER*

### *Viviendo en su pensamiento*

El pensamiento de los niños de la escuela secundaria se expande y explota gracias al brotar y poda de células cerebrales. Son capaces de retirarse a sus pensamientos, apartarse de los demás, vivir en su imaginación, en su dominio competitivo sobre los demás, y sólo preocuparse por sus propias ideas. Pueden vivir unilateralmente en su pensamiento.

“¿Cómo puedo diferenciar mis ideas de lo que piensan otras personas?” “¿Cómo enfoco mi pensamiento para que los demás no me distraigan?” Los estudiantes de secundaria y los jóvenes adolescentes tienen que gestionar los cambios en su forma de pensar y aprender a utilizar nuevas capacidades, pero su cerebro sólo está a medio camino. Sufren malentendidos irracionales que causan confusión y riesgo.

El desafío es desarrollar el pensamiento crítico, la resolución eficaz de problemas y la autosuficiencia. Tienen lógica, pero no experiencia. A menudo llegan primero a una conclusión y luego tratan de encajar



la evidencia. Debido a que son emocionalmente inmaduros, se aferran firmemente a su conclusión, aunque sea irracional. Al discutir con un niño de trece años, en general, no se puede llegar a ninguna conclusión, excepto el antiguo “porque soy tu madre” o “porque así son las cosas”. Les cuesta recordar cosas y, a menudo, olvidan sus deberes, sus zapatos o lo que les acabas de decir. Seamos amables con ellos. No lo están haciendo a propósito.

A medida que se acercan a los catorce años parecen más asentados. No solo parecen más grandes, sino más sólidos y estables. Tienen más energía. Su idioma es más complejo. Se han adueñado de su cuerpo, de sus emociones y de su nueva forma de pensar, es muy divertido estar con ellos. Es hora de tomar un respiro y sentir un alivio tras la tormenta de los últimos dos años. Sin embargo, todavía se guían principalmente por sus sentimientos mientras su pensamiento está despertando. Podemos engañarnos asumiendo que ya son adolescentes, responsables de sus acciones. Pero no es así.

En esta época vuelve a aparecer la desaceleración o la *tendencia a la baja de la escuela*, como sucedió al imponer las expectativas del primer grado en los niños del jardín de infancia. Aunque los jóvenes parecen adolescentes, todavía son niños y necesitan tiempo para consolidar los cambios que están viviendo. Aquellos que crean políticas, los educadores y los especialistas en marketing no entienden esto y se aprovechan de ellos, tratandolos como si fueran mayores. En la prisa por que crezcan rápidamente, a menudo se les trata como estudiantes mayores, se espera que ejerzan cierto grado de autocontrol y se les ofrecen tentaciones que son incapaces de manejar.

Si los estudiantes de secundaria viven unilateralmente en el mundo del pensamiento, en las ideas, pueden volverse solitarios, fríos y distantes. Algunos pueden ser brillantes pero incapaces de relacionarse con sus amigos o compañeros de clase. Otros pueden tramar planes descabellados para vengarse de los oponentes o vivir delirios de grandeza. Están abiertos a mundos virtuales de fantasía, ya sea a través de la tecnología o en su propia imaginación.

Es difícil llegar a estos niños, ya que sus habilidades sociales aún no están desarrolladas. Puede que parezca que viven en el espectro autista o simplemente que están perdidos, esperando que los ayuden a salir de su propio mundo al de la comunidad. Es posible que se sientan seguros refugiándose en sus pensamientos, pero estar reclusos, perdidos en la imaginación e incapaces de llevar sus pensamientos a la vida real los aislará y les creará más problemas a medida que avanzan hacia la adolescencia.

Los adultos necesitan ayudarlos a experimentar seguridad, expresar sus ideas, encontrar conexiones con los demás, sentir la calidez del compañerismo y desarrollar sus ideas a través de su voluntad. Pueden inventar nuevos juegos, escribir artículos para una revista, tocar música juntos, experimentar la belleza de las ideas cuando las comparten con otros y, gradualmente, encontrar el camino hacia una vida equilibrada.

Hay peligro en la unilateralidad del pensamiento. Los estudiantes de secundaria pueden apoderarse de este nuevo pensamiento cerebral de una manera desequilibrada y ser listos, inteligentes y distantes, o pueden apoderarse de la voluntad de manera desequilibrada y ceder a instintos e impulsos inconscientes. El desafío es crear un puente entre el pensamiento y la voluntad para que el reino del corazón medie en los dos extremos, trayendo equilibrio y salud. No pueden hacer esto sin la guía de un adulto. No solo orientación, sino idealismo. Necesitan adultos que lleven en el corazón semillas para la renovación de la cultura, de obras de amor, cuidado del otro ser humano, respeto y reverencia por los demás y por la tierra misma. Estos son los regalos que el mundo de los adultos necesita dar a los niños de la escuela secundaria para ayudar a encender la chispa.

### *Viviendo en su voluntad*

“¿Cómo manejo este cuerpo en el que habito?” “¿Cuáles son las reglas de funcionamiento?” “¿Quién está a cargo?” “¿Cómo influye mi cuerpo en mi vida anímica?” “¿Cómo influye en mi comportamiento el instinto y el impulso?”

Los impulsos instintivos estimulados por la novedad de las hormonas son como fuegos artificiales que provocan nuevos sentimientos y deseos. Los estudiantes de secundaria pueden vivir una experiencia intensa y poco equilibrada de su voluntad que queda a la deriva de estos nuevos sentimientos desconocidos, reaccionando rápidamente a lo que se les presenta, actuando sin pensar.

A menudo, sólo después de que los alumnos de secundaria cometen errores, se dan cuenta de la responsabilidad. Por doloroso que sea sostener un espejo para que se vean a sí mismos y reconozcan sus faltas, estas son oportunidades de crecimiento y madurez. Cometen actos irracionales a pesar de saber que no es correcto. Sin embargo, por el momento, no pueden predecir las consecuencias. Cuando un adulto pregunta: “¿Cómo pudiste hacer esto? ¿No pensaste?” el joven no sabe qué decir. Los adultos a menudo no se dan cuenta de lo débiles que son las habilidades de pensamiento de sus hijos o alumnos a esta edad. Independientemente de lo inteligentes, reflexivos y respetuosos que sean, siguen actuando de manera impulsiva. Fácilmente podríamos pasar una velada agradable y posiblemente vergonzosa compartiendo las cosas que hicimos todos ¡a los doce o trece años! Ahora vemos esos eventos en nuestros propios años de preadolescencia, y agradecemos no haber causado daño permanente o caos total. Si los estudiantes de secundaria tienden a vivir de forma desequilibrada en el mundo de la voluntad, en la acción, reaccionan rápidamente en lugar de pensar primero. Sienten su sentido de poder, pero generalmente es poder *sobre* los demás en lugar de poder *con* los demás. De mal genio, agresivos, se meten en problemas porque se sienten atacados, a la defensiva u ofendidos. Geniales y calculadores, estos jóvenes pueden meterse en problemas porque están aislados. Tienen una energía maravillosa, pero la usan de manera incorrecta. Dejados a su aire, buscan a otros similares y forman pandillas o actúan por su cuenta usando su energía para intimidar. Son los grandes retadores que se enfrentan a sus compañeros o a los adultos. Necesitan ayuda para calmarse, pensar antes de actuar y, sobre todo, canalizar su energía.

Cuando hacen atletismo, desafíos al aire libre u otras actividades físicas, aprenden a trabajar en equipo y disfrutan del uso apropiado del poder. Los adultos que los guían deben trabajar con sensibilidad en equipo y colaborando con los estudiantes de secundaria para que no se obsesionen con ser los primeros, los mejores y los únicos. Aprender a depender de los demás por el bien del grupo ayuda gradualmente a transformar su voluntad al servicio de los demás. Construir una casa de juegos para niños más pequeños, transformar un terreno baldío en un jardín, limpiar un sendero, son formas de aprovechar la energía de la voluntad. De lo contrario, a medida que avanzan hacia la adolescencia, corren el riesgo de convertirse en bestias y su genio les causará grandes problemas. O su actitud desconectada, fría y distante puede provocar daños a los demás.

Los estudiantes de secundaria no reconocen la diferencia entre tener un ideal y ponerlo en práctica. Llenos de esperanza y un sentido de imaginación mágica, quieren eliminar la contaminación, detener el calentamiento global, salvar animales que se están extinguiendo y curar enfermedades. Los proyectos prácticos para mejorar parte del campus de la escuela, compostar sus desperdicios de comida, recoger basura o recaudar dinero para su causa favorita les vienen fenomenal. Se dan cuenta de cuánta energía y compromiso hacen falta, día tras día. Disciplinar su voluntad de esta manera evita que se decepcionen cuando las cosas no cambian.

### *Viviendo en sus sentimientos*

Entre su pensamiento y su voluntad está la vida del sentir, con nuevas emociones crudas, nociones románticas, sentimientos de generosidad, de celos, de compasión, de fantasía. Esto también puede ser una experiencia poco equilibrada. “¿Cómo puedo sentir alegría en la vida?” “¿Cómo puedo sentir la belleza a mi alrededor?” “¿Cómo domino mi vida emocional?”

El sistema límbico (la parte emocional del cerebro) domina a medida que los jóvenes experimentan nuevas emociones y nuevos

sentimientos. Lloran fácilmente por cosas pequeñas, son demasiado sensibles, quieren amistades cercanas, se sienten solos, anhelan la alegría, sienten que nadie se preocupa por ellos. A menudo se preocupan profundamente por los animales, quieren que el mundo sea un lugar más feliz, pero a la vez, se dejan llevar por sentimientos inconscientes.

Como escribe Icard en *Middle-School Makeover* (Renovación en secundaria):

Durante la preadolescencia y la adolescencia, otras partes del cerebro tienen que asumir el papel principal, mientras que la corteza prefrontal hace su trabajo de fortalecerse. Por lo tanto, la parte central del cerebro, la amígdala, toma la iniciativa en la adolescencia. Puede que no sorprenda que la amígdala sea el centro emocional del cerebro. (p. 35)

Las presiones en la escuela y dentro de los grupos de compañeros contribuyen a los problemas. A menudo, defender su propio punto de vista, desarrollar la lógica y la necesidad de darle forma a su independencia, todo esto conduce a interacciones arrogantes y atrevidas. “Contestar” es común y, para agravar el problema, a menudo no duermen lo suficiente.

Todos estos cambios emocionales son normales, todavía están aprendiendo a controlar y expresar las emociones de una manera adulta, necesitan tiempo y experiencia para aprender a leer las emociones de los demás. Lo que parece insensibilidad y grosería es la incomodidad de probar un nuevo pensamiento al que recién se están acostumbrando. Todavía no tienen filtros que clasifiquen lo que es apropiado decir y lo que no. Gradualmente, se dan cuenta de los sentimientos que los llevan a comportamientos negativos. Entonces pueden llegar a sentirse avergonzados y querer asumir la responsabilidad de hacer las cosas la próxima vez.

Este desequilibrio en sus sentimientos, también les puede volver soñadores, demasiado sentimentales o románticos. Pueden sentirse huérfanos, victimizados, tener ilusiones de llevar a cabo una acción

imposible o hacer el ridículo. Pueden perderse en sus sueños y perder la conexión con su grupo. Sus ideas están desorganizadas y su voluntad es débil.

Los adultos necesitan ayudarlos a organizar su pensamiento para realizar sus sueños, hacer un plan, ver lo que es posible, enfocar su voluntad para que puedan dejar una huella positiva en el mundo. Los ideales que anhelan seguir pueden ser valiosos, pero si están desequilibrados es posible que no lleven a nada y les causen frustración y desesperanza.

Los sentimientos sin un pensamiento y un propósito claros pueden llevar a los jóvenes de un lado a otro, sin lugar donde aterrizar. Los adultos pueden ayudarles a reconocer la importancia de la belleza de las ideas, sentimientos y acciones realistas. Pueden llamar su atención a las biografías de seres humanos valiosos, y ayudarles a entrar en la época de la adolescencia firmemente plantados.

Es útil para los estudiantes de secundaria expresar sus sentimientos hablando o actuando, desarrollar un fuerte sentido del bien y el mal, y aumentar la capacidad del pensar complejo. Su tarea es desarrollar espacio de su corazón para cultivar la simpatía, la compasión y la empatía, aspectos de la chispa que brilla desde adentro. Esto lleva tiempo y paciencia.

### *LOS ESTUDIANTES DE ESCUELA SECUNDARIA QUE HACEN TODO BIEN*

Algunos estudiantes de secundaria son más equilibrados en sus pensamientos, sentimientos y voluntad que otros. Es fácil estar a su lado cuando comienza la escuela secundaria. Son responsables y ecuanímenes en sus respuestas. Los adultos pueden contar con ellos para hacer siempre lo correcto porque han sido confiables. Maestros, padres y otros adultos esperan que sean líderes, que ofrezcan nuevas ideas, que den un ejemplo a sus compañeros y poder contar con ellos. Pero incluso estos niños tendrán momentos en los que su comportamiento no tiene sentido y parecen temporalmente perdidos, erráticos, frustrados

o desequilibrados. Los adultos pueden sentirse decepcionados cuando cometen errores, olvidan cosas o actúan de manera extraña. Recordemos que sus cerebros también están cambiando, sus hormonas se activan y están a merced de poderosas oleadas. Dentro de estos niños hay jóvenes llenos de potencial. No hay que aferrarse a sus errores, al comportamiento extraño en ocasiones, a las malas decisiones. Hay que creer en ellos. A medida que avanzan hacia la adolescencia, recuperarán ese hermoso equilibrio que los adultos habían admirado anteriormente, sin embargo, ahora se desarrollará a partir de su propia intención interior.

### *LA NECESIDAD DE EQUILIBRIO*

¿Dónde estaríamos sin poderosos pensadores, soñadores o gente de acción? La sociedad necesita todas estas capacidades, pero en equilibrio. Debido a que los propios jóvenes están atravesando una época de caos, no pueden encontrar la salida de su desequilibrio sin ayuda. La integración de sus pensamientos, sentimientos y voluntad es una experiencia desafiante que requiere tiempo y apoyo del mundo de los adultos. Pasan por períodos de soledad, separación y confusión. Piensan sin actuar, actúan sin pensar y se ahogan en sus sentimientos.

Queremos proteger a los alumnos de secundaria de la soledad y la tristeza, pero no podemos. Esta experiencia es una de las más importantes que hay que vivir. Sentirse solo significa que ahora hay un sentido de sí mismo. Tenemos que ayudarles a autorregularse para que puedan controlarse a sí mismos y saber cuánto es demasiado.

¿Cuál es el desafío? Integrar las tres fuerzas del alma: pensar, sentir y hacer. En lugar de estar sumergidos en una de las tres, los jóvenes necesitan construir una interrelación saludable entre ellas. ¿Cómo?

### *EL MAGO DE OZ*

Una posible respuesta está en *El mago de Oz* de Frank Baum. Baum cuenta que la historia surgió de la nada en un estallido de inspiración. La historia, escrita en forma de libro, tiene personajes arquetípicos y ha

sido interpretada política, psicológica y espiritualmente. A los niños les encantó el libro y pidieron más. Baum escribió muchas secuelas para continuar las aventuras de Dorothy. La producción de la película con Judy Garland ayudó a que la historia y sus personajes fueran conocidos en muchos hogares. Es una imaginación útil para comprender a los niños de secundaria.

Dorothy vivía con su tía y su tío en Kansas. Cuando ella y su perro Toto fueron atrapados por un tornado, llegaron a “una tierra que no se parece a nada que haya visto antes”. Sin que ella sepa su casa cayó sobre la malvada bruja y la mató. Llena de miedo, Dorothy no sabía dónde estaba, solo quería irse a casa. La bruja buena le indicó que siguiera el camino de ladrillos amarillos para preguntarle al Mago de Oz el camino de vuelta a casa. En el camino, Dorothy se encuentra con el espantapájaros que quiere un cerebro, el hombre de hojalata que se ha oxidado y quiere un corazón, y un león cobarde que quiere coraje. Dorothy los invita a unirse a ella por el sendero de ladrillos amarillos para pedirle al Mago de Oz que les dé lo que anhelan.

Viajando por varias tierras que representan las tentaciones del niño de secundaria, finalmente se dan cuenta, al igual que Dorothy, de que ya tenían lo que buscaban todo el tiempo. Solo tenían que despertarse.

Aquí tenemos tres personajes, cada uno representando una de las tres fuerzas del alma: pensar, sentir y hacer. Una vez que Dorothy se da cuenta de que no tiene que depender de una autoridad falsa como el mago, vuelve a su casa, donde aprecia a su tía y a su tío desde una nueva perspectiva: “Es bueno estar otra vez en casa”.

Creo que la historia tiene imágenes útiles. El niño de secundaria está pasando por muchos cambios que desestabilizan su pensamiento, sentimiento y voluntad. Es como si estuvieran en una tierra que no habían visitado antes.

¿Es de extrañar que estén confundidos? Necesitan integrar su pensamiento, que es desafiado por millones de nuevas conexiones neuronales, equilibrar sus sentimientos, que están excesivamente



estimulados por las hormonas, y dirigir su voluntad, que reacciona de forma exagerada a sus experiencias inexplicables.

¿Quién los guiará a través de esta tierra donde moran el bien y el mal? Los adultos que aman y se preocupan por esta tierna edad les ayudarán a reconocer que tienen capacidades que les ayudarán a encontrar respuestas dentro de sí mismos. Sin embargo, todavía necesitan protección a medida que avanzan hacia la siguiente etapa del viaje de la adolescencia, donde despertarán conscientemente a su Ser, su “Yo”. De ahí en adelante asumirán la tarea de cultivar por sí mismos la chispa que iluminará el viaje de su vida.

## CAPITULO 5

# Los tres esenciales

Hay tres aspectos esenciales que pueden ayudar a los jóvenes a avanzar en la escuela secundaria, a tender un puente entre el pasado inocente y el futuro responsable, a equilibrar su pensamiento y su voluntad a través de sus sentimientos. Estos son los elementos esenciales que son importantes para el desarrollo del carácter que ayudarán a los jóvenes a preparar su mente civilizadora.

### *EL PAPEL DE LOS ADULTOS*

El primer elemento esencial son los modelos de conducta de adultos sanos que los jóvenes deben emular. La repetición de este punto clave, que se comentó en capítulos anteriores, es enfatizar cuán necesarios son estos modelos a seguir. Las convenciones de la sociedad antiguamente sostenían a los niños de esta edad hasta que llegaban por completo a la adolescencia. Ya a los trece o catorce años, los niños comenzaban los aprendizajes. Un niño trabajaba al lado de un hombre y aprendía un oficio. Una niña trabajaba junto a una mujer y se abría camino hasta la edad adulta. En nuestros tiempos, esta etapa de la escuela secundaria es nueva. En el pasado, la gente no era libre de elegir su futuro. Se pasaba de la niñez a la vida adulta sin la transición que ahora ofrece la adolescencia. Ahora bien, este período preadolescente de 11 a 14 y el período de adolescencia de 14 a 21 son dos etapas que forman un nuevo desafío. Es un gran experimento. ¿Puede el joven llegar a tener un sentido de sí mismo sin el sostén de la sociedad?

¿Quiénes son los modelos a seguir? ¿A quién puede admirar el niño? Como mencioné anteriormente, los adultos tienen sus propios

problemas, luchan por creer en sí mismos como figuras de autoridad, entregan sus hijos a la guía de los niños mayores, y niegan la sabiduría y madurez que han adquirido a través de su propio camino hacia la edad adulta. Ahora que los jóvenes se encuentran en esta etapa, están eligiendo sus propios modelos a seguir, a menudo más allá de sus familiares cercanos. Están mirando hacia afuera, hacia aquellos que admiran, quienes les modelarán qué significa ser un adulto responsable, cariñoso y altruista en el siglo XXI. Quizás sea un maestro, un entrenador, un vecino, el tío Juan, o alguien de quien hayan oído hablar, como Martin Luther King, Jr., la Madre Teresa, Nelson Mandela, Mahatma Gandhi o Jane Goodall. Eventualmente, también pueden llegar a admirar a sus padres. Pero por ahora en su mayoría, necesitan separarse de sus padres para encontrar un espacio propio. En mi adolescencia, mi modelo a seguir fue Jane Froman (1907–1980) con su canción “I’ll Walk Alone” (Caminaré sola) de la película *With a Song in My Heart* (Con una canción en el corazón). Cuando estalló la Segunda Guerra Mundial, fue una de las primeras artistas en ofrecerse como voluntaria para cantar para los soldados. En 1943, su avión se estrelló fuera de Portugal y fue uno de los pocos pasajeros que sobrevivió, aunque resultó gravemente herida. Vivió años de sufrimiento y una infección tras otra. Se enfrentó a la posible amputación de una pierna, pero aún podía confiar en su hermosa voz. Sus cicatrices, el uso de muletas y las operaciones constantes no la detuvieron. La cereza del pastel es que años después se casó con el piloto que la había rescatado en el accidente aéreo. Mi amiga y yo formamos nuestro propio club de fans, escuchamos su música y nos sentíamos llenas de esperanza y alegría. Me encantaba el béisbol y Jackie Robinson era otro ídolo mío. Tuvo el coraje de ser el primer afroamericano en combatir y vencer la segregación racial en un equipo de béisbol. Inspirado por su coraje, esperé con ansias los juegos, seguí al número 42 y observé cada jugada. Fue útil tener personas como estas a quienes admirar y desear algunas de sus cualidades como mías.

No solo encontramos a nuestros héroes en la cultura popular, sino que también los encontramos en la literatura y la música. Llevar biografías

de héroes a los jóvenes de sexto a octavo grado es una forma importante de expandir el campo en el que pueden encontrar a alguien a quien admirar.

En su reciente libro, *The Road to Character* (El camino hacia el carácter), David Brooks habla del papel que jugaron las biografías en la vida del general George Marshall. .

Al cultivar el hábito de la reverencia, por los héroes antiguos, por los ancianos, por los líderes en la propia vida, los maestros no sólo ofrecían el conocimiento de cómo es la grandeza, sino buscaban cultivar la habilidad de poder admirar. El comportamiento adecuado no es solo saber lo que es correcto; es tener la motivación para hacer lo correcto, una emoción que impulsa a hacer cosas buenas. (p. 108)

Además de los héroes de la vida real descritos en los libros, también hay héroes de ficción. Las niñas de mi generación admiraban a Nancy Drew por su valentía y su aventura. Los niños leen *The Hardy Boys*. Hoy, Harry Potter ha inspirado a toda una generación a amar la lectura, entusiasmada con los héroes adolescentes que se enfrentan al mal y hacen el bien.

Debido a que la cultura popular rodea a los estudiantes de secundaria, están inundados de imágenes y ejemplos de adultos, buenos y malos. Hay aventureros, inventores, luchadores por la justicia y héroes deportivos, pero también hay adultos a los que admiran que los llevan a mundos superficiales de apariencia como Kim Kardashian o a la acción como figuras del deporte que se involucran en violencia doméstica o drogas. Toda la información está tan fácilmente disponible. Incluso los héroes que luchan por el bien a menudo están expuestos con su imperfección. Vemos a los héroes de los medios de comunicación, los héroes deportivos, los músicos, los ídolos adolescentes y las figuras políticas derrumbarse de la alta estima pública gracias a su conexión con las drogas, la mala conducta sexual o la violencia. Pero si los estudiantes de secundaria tienen la suerte de encontrar a alguien positivo a quien emular, esto vale oro.

## *EL PAPEL DE LA HISTORIA*

El segundo elemento esencial es el papel del cuento. El cuento ha sido importante a lo largo de la historia y especialmente para los niños. Los cuentos llenan la necesidad del alma de tener héroes con intenciones humanas. En la escuela primaria (Waldorf n. del t.), el plan de estudios de artes del lenguaje es rico en poderosos mitos, pero una vez en el sexto, séptimo y octavo grado, las biografías se vuelven importantes medios de educación. En estas historias de vida, los seres humanos comprometidos con su lucha tienen que superar obstáculos, desarrollar autodisciplina y hacer algo significativo con sus vidas. Estas historias heroicas muestran al estudiante de secundaria que es valioso luchar contra los obstáculos por un bien mayor.

Las historias son tan importantes porque proporcionan la base ética de la cultura. A través del cuento se aprende sobre la generosidad, el compartir, el sacrificio, la nobleza, etc. Los cuentos alimentan el alma; prenden la chispa. En estas historias cuando el bien vence al mal, el niño dice interiormente “¡sí!” Las biografías de personas que enfrentan desafíos morales y llegan a las más altas esferas son especialmente relevantes hoy día. Particularmente interesantes son las historias de hermanos que se criaron en la misma familia: uno se convierte en delincuente, el otro en oficial de policía o director de la cárcel. ¿Qué constituyó la diferencia? ¿De dónde vino la inspiración que llevó a uno por un camino de servicio y al otro por un camino de agresión e ira?

Desafortunadamente, gran parte de los medios de comunicación populares retratan historias en las que el “chico malo” gana, el héroe bueno parece tonto y el cinismo tiñe la narrativa. Al leer algunos de los libros de capítulos que son populares entre los estudiantes de secundaria, me sorprende el nivel de sarcasmo. Esta sofisticación entusiasma a los jóvenes y los mantiene constantemente entretenidos. El sarcasmo, como juicio cínico, deja poco espacio para la reflexión. Sin embargo, el hambre de héroes sigue presente y les ayuda a mirar a estas figuras con admiración.

Las películas se han convertido en un gran contribuyente al mundo del cuento. Me dijeron que los que crearon Star Wars se unieron para crear un cuento de hadas moderno con personajes arquetípicos. ¿Qué pasa con Superman y Spider Man? Ahora está la Mujer Maravilla. ¿Por qué fascinan continuamente? Hay algo que toca a los jóvenes de manera visceral. Pueden preguntarse acerca de sí mismos: “¿Yo sería un héroe?” “¿Salvaría a alguien?” “¿Serviría a los buenos?” “¿Cuál sería mi superpoder?”

El cuento es un medio en la educación Waldorf, así presentamos la geografía y las culturas de otras tierras. A menudo también compartimos prejuicios existentes, ya sea que nos demos cuenta o no. Recuerdo que me contaron que no pasaba gran cosa en África que fuera de mucho valor. De hecho, la introducción en un libro de un conocido editor decía que no pasó nada de importancia hasta que los exploradores europeos desembarcaron en sus costas. Eso me encaminó a doce años de investigación que resultaron en mi libro de más de 400 páginas *Africa: a Teacher's Guide* (África: Una guía para el maestro). También me hizo darme cuenta de que la sincronización de las materias que enseñamos puede crear una historia llena de prejuicios inconscientes. Por ejemplo, si enseñamos los exploradores del Renacimiento y luego enseñamos historia y geografía africanas, eso coloca la historia africana en el contexto de la historia europea. Sin embargo, África tiene su propia historia rica y llena de sabiduría tribal y universidades medievales. Si enseñamos eso antes que los exploradores europeos, transmitimos una imagen completamente diferente en la que los niños pueden apreciar lo que había en África antes de que llegaran los exploradores europeos. Con un enfoque más consciente, hay menos oportunidades para la arrogancia colonial.

Durante los años de la escuela secundaria es cuando los niños toman conciencia de su propia historia, de su viaje individual. Hacer que entrevisten a miembros de la familia puede ayudarlos a experimentar la complejidad de su propia historia.

## *EL PAPEL DE SERVIR*

El tercer aspecto esencial es servir: lo que hacen los niños con las manos para expresar preocupación por los demás. Durante la edad de la escuela secundaria, es fácil preocuparse principalmente por uno mismo. Pero para servir a los demás es necesario cambiar este enfoque. El hecho de que yo pueda hacer algo que marque una diferencia para los demás, aporta propósito a mi vida.

Los estudiantes de secundaria deben comenzar a involucrarse en el mundo, participar activamente en proyectos, trabajar juntos para lograr hechos significativos, pero desafortunadamente, a menudo se les obliga a emitir juicios demasiado pronto. La educación abstracta y el énfasis en preguntarles a los jóvenes su opinión sobre todo les da una falsa sensación de importancia, a la vez que deja su alma vacía.

Organizaciones como Scouts y 4H reconocen la importancia en esta edad de la orientación y estructura. Por ejemplo, el juramento de Boy and Girl Scout es:

Por mi honor, haré lo mejor que pueda.

Cumpliré con mi deber para con Dios y mi país.

Y obedeceré la Ley Scout.

Ayudaré a otras personas en todo momento.

Me mantendré físicamente fuerte, mentalmente despierto y moralmente recto.

Un Scout es digno de confianza, leal, amistoso, cortés, amable, obediente, alegre, frugal, valiente, limpio y reverente.

Los adultos a veces pueden reaccionar con sarcasmo a estas intenciones, ya que estas palabras aspiran a mucho y son difíciles de llevar a cabo, y sin embargo son más que sólo palabras. Ofrecen un camino para que los estudiantes de secundaria encuentren la manera de convertirse en ciudadanos útiles de nuestro mundo.

El camino del scouting es lograr insignias que representan diferentes habilidades e intereses. El objetivo de cada insignia es claro

y está bien estructurado. Los líderes están ahí para ayudar, pero el niño o la niña establece la meta y trabaja para lograrla. Fui Girl Scout durante sólo un año en séptimo grado y, como no era el siguiente paso acostumbrado en mi escuela secundaria, no continué. Sin embargo, ese año me proporcionó una estructura y una meta en esos momentos de inseguridad. Todavía puedo recordar las insignias que me esforcé en ganar y el significado de cada una.

Otros jóvenes, especialmente en áreas rurales, pueden unirse a 4H, una organización basada en Cabeza, Corazón, Manos y Salud. Su juramento es: “Entrego mi cabeza a un pensamiento más claro, mi corazón a una mayor lealtad, mis manos a un servicio más amplio y mi salud a una vida mejor, para mi club, mi comunidad, mi país y mi mundo”. El lema de 4H es: “Mejorar lo mejor”. Sus proyectos suelen estar relacionados con la ganadería, la cría de ovejas o conejos, adiestramiento de caballos, conservación de alimentos, costura o acolchado, etc.

Como maestra de estudiantes de secundaria, era obvia la autodisciplina y las metas claras que vivían mis estudiantes que eran Scouts. En ellos se podía confiar para hacer una fogata exitosa, para saber cómo cuidar las herramientas o para estar listos para participar en proyectos de servicio. Mis estudiantes que estaban en 4H tenían autodisciplina, compasión y perseverancia en el servicio a los demás, que la mayoría de las veces se había desarrollado a través de una cuidadosa atención a la crianza de animales.

Dave Kovar, un ex alumno mío de secundaria, desarrolló la Academia de Artes Marciales Satori de Kovar, donde combinó defensa personal y habilidades para la vida. Su credo es: “Tengo la intención de desarrollarme de una manera positiva y evitar cualquier cosa que reduzca mi crecimiento mental o mi salud física. Tengo la intención de desarrollar la autodisciplina para vivir lo mejor de mí y de los demás”. Sus alumnos se comprometen a la humildad, la modestia, la cortesía, la integridad, la perseverancia, el coraje y el espíritu indomable. Dave ha sido un modelo a seguir para miles de jóvenes. La Academia ha



abierto muchas ubicaciones nuevas, ha recibido premios prestigiosos y ha ganado reconocimiento nacional por el ejemplo que ha dado a los estudiantes, ya que combina seguridad en la calle, confianza y habilidades efectivas de autodefensa con el desarrollo del carácter.

Lo que tienen en común estos grupos es que los jóvenes están enfocados en desarrollarse, establecer prioridades y vivir valores que mejoren la comunidad. Estas organizaciones ofrecen diferentes niveles de servicio: proyectos de clase, proyectos individuales y aquellos que incluyen a la comunidad en general. Las experiencias durante la escuela intermedia ofrecen orientación e intenciones con las que enfrentar los desafíos de la vida en este momento o en el futuro.

El voluntariado fomenta un sentido de propósito y significado. Reunir alimentos para las familias necesitadas, ayudar en el jardín comunitario, identificar a un vecino que podría necesitar apoyo son todas las formas en que los estudiantes de secundaria pueden prestar servicio. Ayuda si el proyecto es más que recaudar dinero, aunque eso también es bueno. Pero el servicio es más eficaz cuando hay participación cara a cara.

En mi octavo grado, mis amigos y yo hicimos un proyecto para la Cruz Roja Americana. Éramos demasiado jóvenes para donar sangre. En cambio, lavamos las ventanillas de los automóviles en un estacionamiento y pusimos notas en los parabrisas que decían: “Esperamos que pueda ver claramente su camino para donar sangre”. Cuando terminamos de hacer esto, informamos al centro de donación de sangre y felizmente recibimos donas y jugo de naranja. Sentimos que habíamos crecido medio metro.

En su libro, *Amusing Ourselves to Death* (Divirtiéndonos hasta la muerte), Neil Postman describe cómo cada vez que se desarrolla una nueva forma de comunicación, nuestra relación con el mundo se ve afectada. Ya sea a través del periódico, el cable telegráfico, el teléfono, la televisión y ahora la computadora, tenemos acceso a más información más allá de nuestro entorno inmediato. Cuando nos enteramos de un desastre o sufrimiento en otra parte del mundo, queremos hacer algo

para ayudar. Si podemos hacer algo, por pequeño que sea, nuestra voluntad está conectada con nuestros sentimientos y pensamientos. Sentimos esa conexión con los demás en nuestro sentido de bienestar. Sin embargo, si nos enteramos de que algo está sucediendo y no podemos hacer nada al respecto, estamos cojos en nuestra voluntad. El resultado es que podemos sentirnos abrumados por todas las dificultades y darnos por vencidos o preocuparnos únicamente por nosotros mismos. El voluntariado nos ayuda a sentirnos conectados con nuestra comunidad y el mundo por medio de nuestra ayuda.

La participación en proyectos que son apropiados para cada etapa de la infancia desarrolla la buena voluntad y conduce a la empatía. El servicio es una forma de conectarse con el mundo, mantenerse comprometido, aprender sobre las necesidades de los demás y comprender cómo podemos ayudar.

En una escuela, los estudiantes de séptimo grado van a un hogar de ancianos todas las semanas y entrevistan a su “amigo”. Antes de salir de la escuela, los estudiantes a menudo se quejaban de que realmente no querían ir, y los ancianos en la casa de retiro también se sentían aletargados por la visita. Pero después de la visita, ambos grupos estaban llenos de vida, sintieron que habían tenido un día maravilloso y compartieron con entusiasmo las historias de su experiencia.

### *EL PAPEL DE LAS ARTES Y LAS ARTESANÍAS*

Además de los proyectos de servicio, otro aspecto que afecta la voluntad, así como el pensamiento y el sentimiento, es todo el ámbito de las artes y oficios. Música, escultura, dibujo, pintura, carpintería, manualidades y el trabajo en metal ofrece habilidades a los jóvenes. Con estas habilidades surgen ideas, la expresión de sentimientos con color y tono, y un hermoso regalo para los demás en el resultado.

Los proyectos de arte generalmente requieren un elemento de riesgo con un paso hacia lo desconocido. ¿Cómo terminará esta pintura? ¿Cómo puedo cincelar la madera para no dividir la veta? ¿Cómo cuido mi trabajo con el fuego caliente de la forja cuando estoy

haciendo herrería? Una vez que los niños han aprendido a hacer cosas, tienen dones para sus vidas que pueden compartir con los demás, y pueden experimentar la belleza y la transformación.

En su libro, *A Hawaiian Life* (Una vida hawaiana), George Kahumoku, Jr., un músico ganador del premio Grammy, describe el impacto de su maestro de arte en los grados sexto, séptimo y octavo.

Pensó que tenía talento, pero también creo que vio en mí una especie de racha salvaje que teníamos en común. Me dejó hacer cosas que nadie más en la clase estaba haciendo. Me presentó al batik. Me tenía haciendo cerámica. Me sentó en el torno de alfarero una vez, y gracias a esa experiencia supe que quería hacer esto por el resto de mi vida. Me mostró libros del escultor Henry Moore y todos estos otros tipos, Matisse, Cezanne, Dalí, Picasso, lo que sea. No tenía idea de lo que estaba haciendo. Hice bloques de arcilla. Los apilaba y me dejaba volverme loco. Incluso me prestó óleo y me enseñó a estirar lienzos que me llevaba a casa . . .

A una edad temprana, vi a mi abuelo Willy Kahumoku tallar canoas con troncos de koa que cortó él mismo. El abuelo Willy hacía tablas de poi con árboles de ulu (fruta del pan) talados y tallaba pilones de poi con piedras que habían llegado del mar.

Finalmente, pude ver la conexión entre lo que yo aprendía en casa y lo que me enseñaban en las escuelas de Kamehameha. Descubrí esta conexión a través de las artes. Aprendí cómo hacer algo de la nada usando sólo mi propia imaginación, materias primas y temas que inspiró la naturaleza. Usando mis propias dos manos y trabajo duro, podría crear algo de la nada. Estaba en camino para convertirme en un pensador independiente, un trabajador y un artista. (p. 36)

Kahumoku reflexionó sobre su amigo Kanialu que no tuvo esta experiencia. “Con el tipo de maestro adecuado, podría haber

aprovechado las oportunidades que estaban a la vuelta de la esquina. Estuve a punto de perderlas yo mismo”.

George Kahumoku se ha convertido en un conocido músico que comparte la cultura hawaiana. También es agricultor, maestro de estudiantes con necesidades especiales, padre de crianza y mentor. Así como su profesor de arte había encendido la chispa en George, él ha hecho eso con muchos otros.

Estos tres elementos esenciales—modelos a seguir para adultos, historia y servicio y las artes—integran el pensamiento, el sentimiento y la voluntad. Se basan en la conexión, en la comunidad, en la pertenencia y el cuidado.

El siguiente gran cambio en el desarrollo de los adolescentes se produce alrededor de los dieciséis años. Este es el momento de un mayor desarrollo de los lóbulos frontales, presagiando un nuevo sentido de responsabilidad, la capacidad de ver las consecuencias de los propios actos. A través de la función ejecutiva, el alma comienza a dirigir e integrar las otras partes del cerebro.

Es con este nuevo desarrollo alrededor de los dieciséis que Rudolf Steiner se refiere al nacimiento del “segundo hombre” o “Yo superior”, el cáliz que se está formando para el “Yo” entrante. Es en este momento cuando el desarrollo de las fuerzas de la voluntad fluye más conscientemente hacia la región de la cabeza y el adolescente comienza el proceso de maduración al unir conscientemente el pensamiento, el sentimiento y la voluntad. Esto pone en marcha la etapa que se completará a los veinte años. Entonces se llega a la celebración de lo que es convertirse en un ser humano pleno, esforzándose por actuar desde la mente civilizadora.

## CAPÍTULO 6

# El mundo de los varones en secundaria

Todos los niños y niñas de once a catorce años experimentan emociones conflictivas, un crecimiento corporal incómodo y patrones de pensamiento incompletos; sin embargo, responden de manera diferente. No hay una única respuesta correcta. No obstante, existen diferencias en el cerebro que apuntan a ciertos comportamientos, además de los efectos de las influencias culturales y sociales.

### *DIFERENCIAS ENTRE PUBERTAD Y ADOLESCENCIA*

La pubertad se refiere a los cambios fisiológicos hacia la maduración sexual de un niño, así como a otros cambios corporales que pueden ocurrir durante este tiempo. La pubertad se completa cuando la niña comienza la menstruación (11-12/13/14), en el niño cuando sus órganos sexuales están completos (11-15/16). La pubertad es el final de algo, la culminación de los procesos biológicos que han estado sucediendo desde el nacimiento. Estos jóvenes pueden estar listos para concebir, pero aún no tienen una identidad. La adolescencia se refiere a la etapa desde la pubertad hasta la edad adulta e incluye las experiencias psicológicas clave del joven a partir del momento del crecimiento secundario de la corteza prefrontal (15/16-21). La adolescencia es un nuevo comienzo, un tiempo para explorar, el principio de un desarrollo espiritual individual, de la búsqueda del “verdadero yo”. En muchas culturas, particularmente en las indígenas, una vez que se completa la pubertad, es hora de dejar el hogar y encontrar un camino individual

en la comunidad. La adolescencia es un estado en el que la persona pasa de la madurez física a la madurez psicológica y al desarrollo de una identidad.

Durante la niñez, los niños y las niñas viven muchos cambios similares, pero una vez pasados los once años, las diferencias se vuelven más marcadas. Al hablar de las diferencias de género, debemos recordar que existe todo un espectro de desarrollo de la masculinidad y la feminidad. “Todos sabemos que existe una superposición inmensa entre los géneros, y que cada niño es un individuo inherentemente sacrosanto que no debe estar limitado por un estereotipo de género, pero también sabemos que los niños y las niñas aprenden de manera diferente”. (Gurian, p. 9)

El desafío de presentar capítulos separados sobre niños y niñas siempre corre el peligro de crear estereotipos. Aunque hemos aprendido cuánto influye el cerebro en el género, hay muchos otros factores como la cultura, la vida familiar, la clase económica y las diferencias generacionales que influyen en las actitudes, preferencias y dinámicas sociales.

### *EL MUNDO DE LOS VARONES*

Entrar en un salón de clases de sexto grado es como sentarse en un programa de variedades titulado “Etapas de la pubertad”. Tiene niños de todos los tamaños: altos, medianos, bajos, regordetes, delgados. El show continúa. Los niños abren la boca. Un sonido profundo y retumbante de algunos llena la habitación. Un agudo chillido emana de los demás. Todo el mundo está en un continuo de normalidad. Durante este tiempo, los niños experimentan emociones conflictivas, un crecimiento corporal incómodo y patrones de pensamiento incompletos.

### *DESARROLLO FÍSICO*

Los signos de que la pubertad se acerca en los niños de la escuela secundaria a menudo se ven en el vello facial que generalmente aparece

en forma de una sombra oscura sobre el labio. El rostro cambia. Atrás queda la cara de bebé en los niños. El mentón se alarga y la nariz crece, haciéndose más ancha y más larga. El desarrollo de los músculos y huesos de la cara se ve claramente, lo que da a los niños un aspecto delgado.

Entre los once y los trece años, los niños se vuelven musculosos y desarrollan sus habilidades motoras gruesas, que ejercitan para probar sus extremidades, correr, saltar, luchar y escalar. Con sus habilidades motoras finas, pueden controlar su escritura, dibujar, usar una brújula y una regla, tocar un instrumento, tallar madera, coser o armar modelos de aviones. Después de los doce, las manos y los pies de los niños crecen más rápido que sus brazos y piernas, como si tuvieran vida propia, corriendo por delante de su torso, creando incomodidad al caminar y correr.

El corazón participa en el crecimiento acelerado al igual que los otros músculos del cuerpo y su peso casi se duplica. Esto sucede de manera más significativa en los niños. Aumenta el tamaño de los pulmones y la capacidad respiratoria. La cantidad de aire que se puede aspirar en una sola respiración o en un momento dado aumenta notablemente en los adolescentes varones. Debido a que el corazón y los pulmones se han vuelto más grandes y más eficientes, los niños especialmente pueden manejar la demanda que les impone el ejercicio. También se recuperan rápidamente de sus efectos. Necesitan usar constantemente estas extremidades para probarlas de todas las formas posibles.

La notable profundización de la voz de un niño es uno de los cambios más notorios que viven, tras muchos meses de crujidos y chirridos, con gran vergüenza los jóvenes. La laringe de un niño crecerá hasta siete veces su tamaño original en un período de 18 meses, lo que provocará un cambio mayor en su voz.

Al mismo tiempo que comienza el crecimiento acelerado alrededor de los once / doce / trece años, los niños experimentan su primera emisión de semen (sueños húmedos), de masturbación

o sueños sexuales por la noche. Los órganos sexuales comienzan a aumentar de tamaño. Es más tarde, generalmente entre los 16 y 21, cuando se completa el crecimiento, y se desarrollan más plenamente las características primarias sexuales, que posibilitan la fertilidad.

La piel de los niños se vuelve más áspera y las glándulas sebáceas más activas, produciendo secreciones aceitosas que generalmente resultan en acné o puntos negros. Esos granos frustrantes anuncian al mundo que el niño está experimentando un cambio pubescente.

Debido a que los niños desarrollan sus cuerpos musculosos durante este tiempo, la mayoría de los deportes en la escuela media y secundaria funcionan a favor del cuerpo físico de los niños. Durante los 11 a 14 años, muchos niños eligen un deporte. Los padres y los jóvenes deben ser conscientes de los peligros de determinados deportes antes de inscribirse. No es sorprendente que el fútbol americano y el fútbol sean los causantes de las lesiones más comunes. Como nos ha costado tanto aprender sobre el efecto de las conmociones cerebrales en los jugadores de fútbol, no queremos arriesgar el bienestar de otra generación de niños.

La glándula pituitaria aumenta la cantidad de hormonas sexuales en el cuerpo de un adolescente. La hormona testosterona causa la mayoría de los cambios que ocurren en el cuerpo de un niño, incluida la producción de esperma, el aumento de la masa corporal magra y los tejidos musculares, y la estimulación del crecimiento corporal.

El niño está luchando por encontrar una relación adecuada con su cuerpo físico. Empieza la pubertad con altas dosis de testosterona. En unos pocos años, necesita aprender a manejar hasta 20 veces más hormonas sexuales y de agresión que las mujeres. Los sistemas hormonales están inundando su cuerpo. Depende de otros para que le ayuden a manejar las poderosas oleadas que provienen de la fuerza instintiva. Experimenta estados de ánimo extraños, ira, agresión, torpeza e incomodidad. Responde con reacciones extremas, inmediatas y explosivas, sin pararse a pensar. Las tres áreas que necesita educar son la tendencia a la agresión y a dominar, un fuerte impulso a tomar riesgos impulsivos y un ciclo a corto plazo de tensión y liberación.



Los niños se preocupan por su desarrollo físico. ¿Serán lo suficientemente fuertes para defenderse si son intimidados? ¿Cuándo crecerán sus músculos? Pueden mirar anuncios de hombres con músculos abultados y pedir ir al gimnasio para comenzar a entrenar. Rudolf Steiner insta, en sus discusiones en *Pedagogía Waldorf para la Adolescencia*, a que los maestros ayuden a los niños a evitar caer en una sensación egoísta de poder y acoso con su nueva fuerza muscular, inspirándolos a cambio, a sentir las posibilidades de usar su poder muscular para ayudar a otros y para comprender la divinidad dentro de sí mismos contándoles biografías inspiradoras, inculcándoles el aprecio por lo bello y lo bueno en el mundo y en ellos mismos. (p. 62)

Algunos niños son más vulnerables que otros. Un chico de baja estatura en la escuela secundaria podría asumir varios roles. Puede convertirse en la mascota de los chicos más altos que lo cargan a todas partes, o puede que recurra a ser el payaso de la clase. No es fácil ser un chico bajito. A pesar de que seguirá creciendo, en ese momento tiene la sensación de ser bajo y no estar a la altura de los demás. Uno de los niños bajitos de sexto grado le dijo a sus compañeros en el patio de juegos: “Hablé con el médico y me dijo que creceré más”. Su amigo respondió: “No siempre le creas a los médicos”. Vaya consejo.

Los chicos altos y grandes viven otro tipo de vulnerabilidad. Realmente no saben qué hacer con la masa que llevan. Si bien pueden comportarse bien entre los adultos, en el momento en que están con sus compañeros o en el patio, comienza la acción. Lanzan sus cuerpos, poniéndose a prueba unos contra otros, saltando, girando, chocando unos contra otros.

Debido a que la identidad de los niños a menudo se basa en lo que hacen, su sentido de sí mismos depende de las habilidades que tienen y las cosas que dominan. Se ponen a prueba a través de caminatas, escaladas, construcción, carga, empujones y todos los demás desafíos a su coordinación. También pueden disciplinar sus cuerpos desarrollando habilidades para trabajar con madera, arcilla, piedra o metal; arreglar bicicletas, andar en patineta, escalar, surfear o esquiar. Hacen cosas, las

desarman y las reparan. Si están en un equipo atlético, disciplinan sus cuerpos mientras aprenden formas de usar su fuerza y poder. Obtener el control sobre su cuerpo cambiante es una tarea durante los años de la escuela secundaria.

### *DESARROLLO COGNITIVO*

El pensamiento crítico comienza a aparecer de los 11 a 14 años cuando los varones descubren el mundo en términos de causa y efecto. Los niños intentan comprender experiencias concretas y luego aplicar la lógica a estas situaciones y problemas, a menudo mediante la confrontación. Si los padres establecen un toque de queda a las 10 pm el fin de semana, argumentarán para que se atrase a las 10:30 pm. Si no pueden salir con sus amigos hasta que terminen las tareas del hogar, negociarán enérgicamente para dejar algunas tareas para más tarde.

Su nuevo tipo de pensamiento se centra en el mundo objetivo. Por ejemplo, cómo funcionan las cosas y qué es real. No están tan interesados en cómo se sienten las personas, sino en lo que hacen. Su actitud competitiva hace que se miren constantemente para ver quién está en la cima. Quieren saber quiénes son los ganadores y cómo obtuvieron ese estatus.

Quieren saber qué es importante, por qué es importante y qué tienen que hacer para aprenderlo. Cuando las emociones se incluyen en la información, los varones pueden parecer perder interés y decir que es una tontería. Separan la información y la apartan de sus emociones.

El varón es más vulnerable a ser manipulado por varones mayores que le dicen que puede ser un héroe si asume tareas desafiantes. Por ejemplo, saltará de un techo a otro porque menganito lo hizo una vez. Lo da por hecho sin hacer más preguntas. Si lo hace, será un héroe. Eso es un gran incentivo para él. Compartimenta la emoción de la competitividad, que vive en él sin el menor sentimiento de miedo.

Una clase de séptimo grado estaba discutiendo una lista de palabras, entre ellas coherente, tramposo, robar, engañar, defraudar, mentir, honrar compromisos, elogios sinceros, distorsión, exageración y admisión de errores. Compartieron cómo cada palabra se relacionaba

con la honestidad. Fue impresionante escuchar lo abiertos que eran los niños y las niñas, ya que distinguían sutiles diferencias entre las palabras y las experiencias compartidas. Mientras están en la escuela secundaria en un entorno de confianza, es posible hablar sobre cosas o hacer cosas que no harán más tarde cuando se sientan más cohibidos. En una clase de secundaria mixta, los chicos suelen ser sarcásticos y cínicos, protectores de sus sentimientos y experiencia personal.

Como parte del pensamiento de causa y efecto, los varones tienden a preferir la no ficción, los hechos, las tramas orientadas a la acción o cómo funcionan las cosas. Quieren pruebas contundentes que respalden lo que escuchan. Una de sus frases favoritas es “Pruébalo”. Les gusta arreglar cosas, problemas o acertijos físicos. Es más fácil llamar su atención si pueden moverse para ver el problema desde diferentes lados. Su sentido de satisfacción cuando resuelven un problema a menudo se expresa en voz baja.

Su pensamiento de causa y efecto a menudo conduce a un interés en la ciencia, en comprender cómo se desarrollan las cosas y cómo pueden ser puestas en práctica. Aunque hay excepciones, es notable la satisfacción que obtienen los varones al trabajar con la física, al realizar exploraciones prácticas y al obtener control del mundo objetivo. Sin embargo, cuando se trata de situaciones sociales, pueden tener dificultades para comprender las interacciones sutiles que ocurren dentro de un grupo.

### *DESARROLLO EMOCIONAL*

Los varones guardan sus emociones dentro de su caparazón, no quieren ser expuestos. Prefieren hacer algo físico que compartir sus sentimientos. A menudo, al final del octavo o noveno grado, entran en el “período de gruñidos” en el que parecen haberse retirado dentro de su caparazón y se vuelven monosilábicos. Es como si hubieran perdido la habilidad de expresarse a través del lenguaje. Una de las alegrías de ser maestra de secundaria fue cuando experimenté esos momentos en los que los varones recuperaron el sentido del lenguaje hablado. No

era tanto que lo hubiesen perdido, pero algo les impedía usarlo frente a los demás. Cuando se aventuraban a describir sus sentimientos o algo delicado por escrito, el profesor tenía que tener mucho cuidado de no compartirlo con la clase sin su permiso. Los padres también deben tener cuidado de no compartir los sentimientos de sus hijos con otros, a menos que se les haya otorgado permiso. De lo contrario, estamos invadiendo la privacidad del varón y no se arriesgará más a volver a compartir sus sentimientos.

Los varones están influenciados por la sociedad, por las imágenes de la televisión y las películas, pero también por los chicos mayores y por los hombres. Tienen que ser super héroes, poderosos, agresivos, sin mostrar ternura. Hay pocos ejemplos de varones sensibles mostrados como héroes. A veces, esto puede llevar a ceremonias de “prueba” peligrosas e incluso mortales, en las que los niños mayores incitan a los más pequeños a probar acrobacias arriesgadas. En Los Ángeles, por ejemplo, los varones mayores impulsaron a los varones de 14 años a acostarse en las líneas divisorias de una autopista muy transitada para demostrar su valentía. Algunos de esos muchachos no pasaron esta prueba con vida. Cuando los niños experimentan emociones, las reducen a respuestas de “lucha o huida”. Entonces es más probable que respondan a las heridas volviéndose agresivos o presionándose a sí mismos para transgredir límites racionales.

Cuando los varones sufren abuso, ridículo o daño, por lo general lo guardan en silencio dentro de sí mismos y no lo comparten. Eso hace que sea difícil probar que realmente sucedió algo terrible. Hay hombres que han compartido cómo vivieron abuso en silencio durante décadas, por miedo a ser considerados débiles. Un niño de secundaria fue abusado sexualmente en su equipo de lucha de secundaria. Se lo mencionó a su padre, pero se negó a dar detalles y se negó a hablar con ninguna autoridad. Años más tarde, le reprochó a su padre por no protegerlo.

Los chicos son más emocionales de lo que aparentan. A menudo, es con un buen amigo con el que los varones de secundaria muestran

afecto. Si están en un equipo y, por lo tanto, están más seguros de su masculinidad, mostrarán afecto entre sí al abrazar a su amigo. Al imitar a los varones mayores, es posible que se golpeen el pecho o se den palmadas en la espalda. Observan a los chicos mayores para ver cómo expresar sus sentimientos de felicidad o tristeza. Luchan contra cualquier tipo de vergüenza o ser objeto de bromas.

Después de hablar con cientos de niños, William Pollack, en su libro *Boys' Voices*, (Voces de varones) nos da una idea de las emociones de los niños:

He descubierto una verdad flagrante: los muchachos estadounidenses están absolutamente desesperados por hablar de sus vidas. Anhelan hablar sobre las cosas que los están lastimando: el acoso de otros niños, las relaciones problemáticas con sus padres, su vergüenza con las chicas y la confusión sobre el sexo, su desconexión de los padres, la violencia que los persigue en la escuela, en la calle, su miedo constante a no ser tan masculinos como otros chicos. (p. xix)

¿Por qué no hablan de estas cosas? El 'Código del varón' que han asimilado inconscientemente dice que los varones deben ser estoicos, no compartir sentimientos, no expresar debilidad, no hacer nada para llamar la atención a su vulnerabilidad. Se sienten solos. Aunque sus padres les presten atención, jueguen a las luchas o a la pelota, es menos probable que estén abiertos con agrado a las conversaciones delicadas con sus hijos, o es posible que ellos mismos no sepan cómo tratarlos a ellos y a las emociones que viven en su interior. También hay una timidez innata que acompaña a los cambios de la pubertad. Esta timidez subraya la renuencia a hablar.

¿A dónde pueden acudir los niños para obtener información y apoyo? Aunque hay revistas para niñas que tratan temas privados, no hay revistas específicas para adolescentes, excepto *Boys' Life*, (La vida de los varones) que los Boy Scouts de Estados Unidos publica y distribuye mediante suscripción. Los artículos incluyen: "Tu futuro: ¿Astronauta?

¿Artista? ¿Bombero? ¿Cocinero? Aquí te mostramos cómo ser lo que quieres ser”. Pero no hay artículos sobre nerviosismo, relacionarse con chicas, preocupaciones sobre sus cuerpos, etc. Los editores han decidido que la revista no se vendería si tratase esos temas, porque los chicos solo quieren leer sobre videojuegos, snowboarding o patineta. En lugar de eso, los niños están leyendo revistas para hombres y algunas personas piensan que eso es suficiente. Si el niño participa en Boy Scouts u otra organización al aire libre, tiene muchas oportunidades para tomar riesgos apropiados y desarrollar su fuerza y persistencia. Puede sentirse afirmado y reconocido por los demás gracias a sus logros. Si no tiene esas oportunidades, tiene menos herramientas para aprender a conocer y confiar en su masculinidad.

Ellis Rubenstein, editor en jefe de la revista *Seventeen* (Diecisiete), dijo: “Pienso en los varones como la generación perdida. Los niños, intuitivamente y debido a las normas culturales, tienden a meterse en sí mismos. Pero viven esas mismas luchas (como adolescentes), sólo que son un poco más difíciles de identificar ...”.

Las ideas de Rudolf Steiner sobre la capacidad verbal de las niñas gracias a esta cualidad del ego que nace con el inicio de la pubertad dicen que no está presente en los varones y, por lo tanto, les faltan las herramientas para articular sobre de casi todo. Un profesor de literatura de una escuela secundaria europea hizo que los estudiantes de noveno grado (de 14 y 15 años) leyeran *Los dolores del joven Werther* de Goethe. Después de discutirlo en clase, el maestro pidió a los estudiantes que escribieran un resumen de la historia. Una joven escribió 32 páginas, mientras que un chico escribió una oración. Cuando el maestro le pidió a la niña que sintetizara el resumen porque era demasiado largo, ella examinó cuidadosamente su propio ensayo y respondió: “Todo lo que he escrito es esencial. ¿Qué puedo eliminar? “Al niño, por otro lado, se le pidió que ampliara su única oración, que decía: “Un hombre amaba a una mujer y como ella ya estaba casada, se suicidó”. Volvió a leer su oración y le preguntó a su maestro: “¿Qué más hay que decir sobre la historia?”

“Nadie protege a los varones adolescentes como lo hacemos con las niñas adolescentes”, dijo Jeff Csatri, actual editor ejecutivo de *Best Life* (Mejor vida), “Los años de la adolescencia son tiempos muy aterradores. Nomás no vas con tu mamá y tu papá para responder ciertas preguntas ... Con una revista, eres tú y los editores. Obtienes información real que puedes aplicar a tu vida”. ([www.huffingtonpost.com/eat-the-press/2006/06/27/teenage-wasteland-donde-\\_e\\_23883.html](http://www.huffingtonpost.com/eat-the-press/2006/06/27/teenage-wasteland-donde-_e_23883.html))

La riqueza de la experiencia emocional está presente en los niños, aunque a menudo no lo parece. Aunque tanto las niñas como los niños son vulnerables a ser lastimados por los juicios de otras personas, las niñas hablan más a menudo con otras niñas, lo que les brinda más oportunidades de descubrir que no están solas. Pero los chicos también tienen mucho que decir. Necesitan sentirse seguros, que se les dé suficiente tiempo para hablar sobre lo que les molesta o lo que es importante para ellos, para hablar en una situación segura, en igualdad, donde no sientan los ojos del adulto juzgándolos, sino, viéndolos con amor y admiración.

### COMPORTAMIENTO

Desde que los varones son pequeños, se concentran en lo que hacen físicamente. Les preocupa su fuerza física, competir con su grupo de compañeros y sentirse cómodos. Como se mencionó anteriormente, las expectativas académicas en los primeros grados hacen que muchos niños se sientan rechazados y desinteresados en la escuela. Optan por no competir con las niñas y hacen cosas con otros niños que las hacen sentir poderosos. Esto conduce a una obsesión por los videojuegos donde pueden intensificar la emoción capturando, atrapando y matando al enemigo. Demasiado estimulantes, estos impulsos los mantienen en una burbuja cibernética con la cual la escuela cotidiana no puede competir. No quieren establecer metas altas que tal vez no puedan lograr.

Los niños cuya vida familiar les ofrece otras formas de sentirse poderosos les ayuda a atravesar estos años vulnerables. Como me dijo un niño de doce años: “Creo que leer es genial. A algunos de mis amigos no les gusta leer, pero dedican mucho tiempo a los videojuegos. Creo que es una estupidez”. Su familia llevaba una vida al aire libre muy activa: acampar, esquiar, nadar y pasear en barco.

La falta de motivación académica en los niños se ha hecho evidente a muchos niveles. En lugar de sentarse en un escritorio durante horas, quieren usar sus músculos para correr, saltar, saltar, empujar, tirar y golpear. Cuando el énfasis está en el desarrollo de habilidades, solo tienen éxito si están en la cima. Los líderes de grupo que apoyan la formación de equipos y el aprendizaje colaborativo ayudan a los niños a monitorear y manejar su necesidad de ser los primeros y los mejores. Aprenden a valorar ser miembros del grupo, apreciándose unos a otros.

El ADD o ADHD (trastorno de déficit de atención y trastorno de déficit de atención e hiperactividad, por sus siglas en inglés) se ha convertido en una preocupación importante para los niños de secundaria. Diferentes países tienen diferentes niveles de diagnóstico y uso de medicamentos. Stephen Hinshaw, en su libro *ADHD: What Everyone Needs to Know* (ADHD: Lo que todos deben saber), dijo:

La Encuesta Nacional de Salud Infantil, una importante encuesta de Estados Unidos realizada de 2011 a 2012, mostró que aproximadamente el 15 por ciento de los niños habían sido diagnosticados, en comparación con el 6,7 por ciento de las niñas, lo que sugiere una proporción de entre dos y dos y medio a uno.... Es un hecho que los niños están en mayor riesgo en la escuela primaria por problemas de conducta, particularmente del tipo de externalización (por ejemplo, falta de cumplimiento, agresividad e impulsividad). (p. 80)

Al observar la prevalencia del TDAH entre diferentes naciones, Hinshaw escribe:



Lo sorprendente es que, fuera de las naciones de subsistencia (para las que el TDAH aún no se ha registrado como una preocupación) y aparte de los Estados Unidos, con su tal posible tasa de diagnóstico impulsada artificialmente, una proporción notablemente similar de niños en todo el mundo tiene claros problemas para manejar las exigencias en el aula. Este hecho valida la noción de que el TDAH es producto tanto de la vulnerabilidad biológica como de la creciente demanda de atención y rendimiento académico. Cuando la educación se vuelve obligatoria, las diferencias subyacentes en la autorregulación y el control de los impulsos pasan a primer plano a niveles parecidos. El TDAH es un fenómeno cada vez más global, y pienso que se hará más prevalente a medida que aumenten las presiones internacionales sobre el rendimiento académico y el desempeño laboral. (p. 89)

A medida que los niños avanzan en la escuela secundaria, la testosterona contribuye a los cambios de comportamiento. La testosterona contribuye al impulso sexual de un niño al mejorar los mecanismos de excitación y respuesta sexual. La testosterona adolescente puede reducir la comunicación y el interés de un varón por socializar. Sus pensamientos tienden a estar más enfocados en su cuerpo, actividades atléticas y atracción sexual.

Los niños tienen mucha energía, pero a menudo no saben qué hacer con ella. Esto conduce a un comportamiento de riesgo, ya que tienen demasiada valentía y poca información o juicio para guiarlos. Su comportamiento impulsivo, inquietud, fluctuaciones hormonales, y agresión estimulan la voluntad de intentar cualquier cosa.

Michael, de octavo grado, estaba trepando edificios, probando su destreza, equilibrándose en puentes de tableros tambaleantes, arrojando pelotas contra las paredes de la casa, rompiendo una ventana tras otra. No era un chico violento, pero siempre estaba poniendo a prueba sus capacidades. En un momento, su madre dijo: “Michael, ¿qué te pasa?” Michael le sonrió y dijo: “Oh, tendré grandes historias

que contar”. Sonreí mientras miraba fotografías de él, que ahora tiene 20 años, en un viaje con la familia al Medio Oriente. Subiendo rocas en las montañas en el desierto, saltando a través de abismos y posando en una estrecha franja de piedra sobre una barranca profunda. Todavía está recopilando grandes historias que contar (si sobrevive).

Patrick había sido un niño muy abierto, rápido para compartir sus pensamientos y relacionarse con la familia. El verano que tenía 12 años y se preparaba para comenzar el séptimo grado, aún era agradable, pero sus respuestas se limitaban a una palabra. “¿Adónde vas?” “Afuera.” Y así fue hasta después de la universidad, cuando llamó a su madre y le dijo: “Oh, quería decirte ...”, y le contó con muchos detalles y muy a fondo.

En una clase de baile de la escuela de séptimo grado, el instructor que anteriormente había enseñado Swing ahora estaba enseñando bailes renacentistas. Era tan obvio que las chicas que habían madurado antes controlaban sus cuerpos y podían mantener el ritmo. Los chicos no tenían control sobre sus brazos y piernas. Se retorcían, giraban y se resbalaban, sin lograr los pasos requeridos. Al no poder seguir los sencillos pasos, se convertían en payasos y se burlaban de lo que se suponía que debían estar haciendo. La energía latía a través de sus cuerpos, una sonrisa en sus rostros. No es que no lo estuvieran intentando, pero no sabían qué hacer para que sus piernas hicieran lo que hacía falta. Cuando el maestro les preguntó si el Swing las cansaba más que el baile renacentista, varias de las niñas respondieron: “Lo que cansa es intentar que mi pareja coopere”.

Durante los años de la escuela secundaria, los varones necesitan modelos masculinos saludables para guiarlos en el desarrollo de habilidades. A través de sus acciones desarrollan la autoestima. Necesitan saber cuál es el desafío y cómo enfrentarlo. Cuando un chico lo afronta bien, se siente mucho mejor. Si no lo afronta bien, se siente devastado y se siente inútil. Su modelo principal es su padre, y hará todo lo posible por complacerlo. La presencia de su padre es la influencia más importante durante este tiempo. A través de su padre llega a saber qué es convertirse en hombre y cómo relacionarse socialmente. Con el cambio en la sociedad de estar centrados en la

agricultura, a la revolución industrial, y la revolución tecnológica, los varones y los padres hacen cada vez menos cosas juntos de forma natural. Es un esfuerzo para el padre contemporáneo crear el espacio para hacer cosas juntos, ya sea en la naturaleza a través del senderismo, el esquí o la pesca, o bien construyendo, remodelando un automóvil, haciendo una rampa para patineta, descubriendo cómo arreglar la cortadora de césped o actualizando la computadora. El aspecto clave es hacerlo junto con el padre, quien guía la adquisición de las habilidades. Reconocer el esfuerzo de su hijo es importante antes de hacer cualquier tipo de crítica.

Si un padre no está presente, es esencial que el niño tenga una conexión similar con otro hombre adulto que pueda servir como mentor. Organizaciones como Big Brother a menudo emparejan a un hombre de la comunidad con un adolescente. Cuanto antes suceda, más estabilizador será para el varón.

El niño vive en el mundo de las polaridades concretas: un minuto suda por el esfuerzo que está haciendo, al minuto siguiente está holgazaneando y no mueve un dedo. Todo se vive en blanco y negro. Todo está bien o todo está mal. Solo quiere ser claro. La sutileza no manda. Dime cuáles son las reglas. Si rompo las reglas, ¿quién está a cargo? ¿Y cuáles son las consecuencias? Está menos dispuesto a ver los matices, por lo que necesita una explicación lógica. Negociará una y otra vez, construyendo un pensamiento lógico tras otro, e incluso intimidará hasta que se salga con la suya. Se trata de dominar.

Los niños responden a los desafíos o expectativas controlando la reacción física como una forma de dominar sus emociones: alejarse, chocar contra una pared. Explotan o se sumen en sí mismos, o se pierden en la seguridad de la tribu.

Alan, estudiante de sexto grado, jugaba un videojuego de caballos. Una compañera de clase, Sarah, era parte de su equipo online. Este juego se jugaba en la privacidad de sus hogares. Sin embargo, un día Alan se acercó a la mesa de Sarah, esperando que ella fuera amigable con él, ya que estaban en el mismo equipo online. En cambio, ella lo miró y dijo: “¿Qué estás haciendo aquí?” Alan estaba destrozado y no

podía entender qué pasaba. Hizo que la secretaria de la escuela llamara a su madre porque dijo que estaba tan enfermo que tenía que irse a casa. Después de un leve interrogatorio salió la verdad. Simplemente no podía entender qué había sucedido.

En una clase de física de séptimo grado, la maestra estaba demostrando el uso de máquinas sencillas, en este caso, cómo podían levantar un automóvil gracias a un tornillo (el gato del automóvil). Instaló el gato debajo de su automóvil que pesaba 2 mil kilos y llamó a los estudiantes uno por uno para que giraran la manivela. Los chicos hicieron muchas bromas al respecto, hicieron girar la manivela, riendo pidieron las llaves para poder conducir, etc. Estaban comprometidos. Fue una experiencia REAL.

En otra actividad, los estudiantes estaban en grupos de cuatro y tenían que leer las instrucciones de cómo usar diferentes tipos de poleas. En general, las chicas en los equipos leyeron las instrucciones y trataron de averiguar qué hacer. La mayoría de los chicos no se lo tomaron en serio hasta el final. Se subieron a sillas, se elevaron por encima de las barandillas, se pegaron entre sí con cuerdas, saltaron para tocar el techo, probaron su equilibrio y finalmente se aplicaron a la tarea.

Los varones más intelectuales usan su fuerza para discutir o dar un punto de vista. Por ejemplo, un problema de matemáticas tenía la imagen de un astronauta aterrizando en Júpiter. Eric, que se enorgullecía de sus conocimientos avanzados de astronomía, seguía gritando: “Júpiter no. Es una esfera gigante de gas”. Cada vez que un estudiante leía la pregunta y no decía otro planeta como Marte o la Luna, Eric gritaba: “Júpiter no. Es una esfera gigante de gas”. Usando el poder de su voz, ganó autoridad. Los niños compiten entre sí con sus cuerpos y con su autoridad verbal. Rara vez se puede vislumbrar lo que está sucediendo en su santuario interior. El mundo de los varones en la escuela secundaria es emocionante, estimulante, desafiante, divertido, intimidante, competitivo y conmovedor. Reconocer la ternura debajo de la bravuconería nos ayuda a apoyarles más y mejor en este momento crítico.

## CAPÍTULO 7

# El mundo de las niñas en secundaria

Las niñas de la escuela secundaria experimentan cambios en sus cuerpos, sus sentimientos y sus pensamientos. Debido a que tienden a tener estas experiencias antes que los niños, la brecha entre los géneros se amplía en la escuela secundaria y luego se reduce a medida que los niños y las niñas llegan al final de esta etapa educativa.

### *DIFERENCIAS ENTRE LA PUBERTAD Y LA ADOLESCENCIA*

La pubertad se refiere a los cambios fisiológicos involucrados en la maduración sexual de un niño o niña, así como a otros cambios corporales que ocurren durante este tiempo. La pubertad se completa cuando la niña comienza la menstruación. La pubertad es el final de algo, la culminación de los procesos biológicos que han estado sucediendo desde el nacimiento. La adolescencia se refiere a la etapa desde la pubertad hasta la edad adulta e incluye experiencias psicológicas clave, a partir del momento del crecimiento secundario de los lóbulos frontales desde los quince hasta los veintiún años. La adolescencia es un nuevo comienzo, un tiempo para explorar, el comienzo de un desarrollo espiritual individual para encontrar el “verdadero yo”. En muchas culturas, particularmente en las indígenas, una vez que se completa la pubertad, las niñas se casan y comienzan a tener hijos. La adolescencia es un estado en el que las niñas pasan de la madurez física a la madurez psicológica, desarrollando un papel en la comunidad. A menudo se une a la cultura de las mujeres que la apoyan durante el proceso.

Durante la niñez, los niños y las niñas pasan por muchos cambios similares, pero una vez pasados los once años, las diferencias se vuelven más marcadas. Al hablar de las diferencias de género, debemos recordar que existe todo un espectro de desarrollo dentro de la masculinidad y de la feminidad. Todos sabemos que existe una superposición inmensa entre los géneros, y que cada niño es un individuo inherentemente sagrado que no debe estar limitado por un estereotipo de género, pero también sabemos que los niños y las niñas aprenden de manera diferente. (Gurian, p. 9)

El desafío de incluir capítulos separados sobre niños y niñas siempre corre el peligro de crear estereotipos. Aunque hemos descubierto cuánto influye el cerebro en el género, hay muchos otros factores como la cultura, la vida familiar, la clase económica y las diferencias generacionales que influyen en las actitudes, preferencias y dinámicas sociales. En *Why Gender Matters* (Por qué el género importa), Sax afirma:

Cada niño es único. No estoy diciendo que todos los niños sean iguales o que todas las niñas sean iguales. Pero el hecho de que cada niño sea único y complejo no debería cegarnos al hecho de que el género es uno de los dos grandes principios organizativos en el desarrollo infantil; el otro principio es la edad. (p. 35)

En *The Teenage Brain* (El cerebro adolescente) Jensen dice:

Si bien las hormonas pueden explicar parte de lo que está sucediendo, hay mucho más en juego en el cerebro adolescente, donde se están construyendo nuevas conexiones entre las áreas del cerebro y muchas sustancias químicas, especialmente los neurotransmisores, los 'mensajeros' del cerebro están en un flujo. (págs. 22–23)

## *CAMBIOS FÍSICOS*

Un padre lleva a su hija al pediatra para que le realicen un examen físico. Los padres demasiado protectores están nerviosos porque su hija muestre signos de pubertad. Quieren ralentizar el proceso, mantenerla en la niñez, pero la biología tiene su propio calendario. El pediatra ayuda al padre a comprender que estos cambios son completamente normales y le asegura a la niña de diez, once o doce años que no hay nada de qué preocuparse.

La glándula pituitaria aumenta la cantidad de hormonas sexuales en el cuerpo de una niña. A medida que las niñas comienzan el camino hacia la pubertad, desarrollan brotes mamarios y vello en el área púbica y en las axilas. Los cambios hormonales dan forma a la experiencia de la pubertad con una dosis alta de progesterona, estrógeno y prolactina. La progesterona es una hormona del crecimiento que contribuye al crecimiento musculoesquelético, a la excitación sexual y al desarrollo de los órganos sexuales. Los primeros signos pueden comenzar a los ocho o nueve años, aunque es posible que no aparezca la menstruación hasta los doce o trece años. Con tanta energía en su crecimiento, las niñas tienden a cansarse más rápidamente. Sienten una especie de pesadez y les cuesta mantenerse de pie. Todos los órganos del cuerpo están creciendo, expandiéndose y madurando. Hay un redondeo y suavizado de los contornos del rostro y el cuerpo de la niña. Su piel se vuelve más áspera con las glándulas sebáceas más activas, produciendo una secreción aceitosa que resulta en acné o puntos negros. Se necesitan años para aprender a manejar un cuerpo y una mente nuevos.

Las chicas más delgadas o atléticas tienen energía para correr, pero las chicas más pesadas o más desarrolladas tienden a sentarse o apoyarse contra las paredes. Las niñas suelen ser más altas que los niños durante la escuela secundaria. A los 15 o 16 años han alcanzado su estatura adulta. Gradualmente aumentan de peso a medida que sus caderas se llenan. Esto a menudo conduce a una obsesión por la dieta, los problemas alimentarios y / o la anorexia.

Mientras que el aparato vocal de los niños crece siete veces su tamaño original, la laringe de una niña crece en promedio tres veces su tamaño original, lo que provoca un cambio menos obvio, pero aún así, una voz más profunda.

Según Rudolf Steiner, todo el organismo femenino está organizado hacia el cosmos a través del ciclo lunar de la menstruación. Su vida emocional es más diferenciada y ella está más influenciada por lo que sucede en sus emociones. Es más subjetiva, cambia de humor de un lado a otro, se preocupa por cómo encaja, se preocupa más por la calidad de las relaciones, lucha por encontrarse en medio de las emociones que la rodean. Seguirá siendo así hasta que experimente la menopausia como una mujer adulta. Por supuesto, podemos trabajar con estos problemas a lo largo del camino para desarrollar objetividad y serenidad ¡mucho antes de que ocurra la menopausia!

A las niñas les preocupa si les llegará el período al tiempo que sus amigas y qué tan grandes serán sus senos. Tienen que descubrir cómo manejar sus cuerpos ya que sienten sensaciones desconocidas durante los ciclos hormonales. Algunas chicas sienten el peso de los cambios y se ensimisman y se aíslan. Su torpeza es tanto un estado anímico como físico. Algunas chicas aumentan de altura y corpulencia, y aunque podrían ser grandes jugadoras de fútbol, luchan por encajar en la moda del día dedicada a las chicas delgadas. Las niñas que se desarrollan antes que otras son más sensibles a la imagen corporal, ya que la cultura popular occidental pone mucho énfasis en ser delgada. Por otro lado, las niñas que se desarrollan más tarde tienen otras presiones porque se perciben como niñas y se preguntan cuándo tendrán senos y la regla.

Una niña produce la mayor parte de su sustancia ósea entre los 6 y los 17 años. A los 17 años, una niña tiene la mayor parte del mineral óseo de su edad adulta. Los ejercicios de salto en lugar de estiramientos son particularmente útiles para fortalecer sus huesos.

A medida que las niñas compiten bajo las mismas reglas y los mismos deportes, sufren más lesiones. Esto es cierto incluso aplicado a las diferencias en las cabezas de niños y niñas. Hasta 2006, la mayoría



de los estudios sobre traumatismos cerebrales se basaban en niños. Sin embargo, las niñas corren un mayor riesgo de sufrir traumatismos cerebrales en fútbol, baloncesto, hockey sobre hielo, patinaje artístico, porristas y gimnasia.

¿Por qué las mujeres son más propensas a sufrir estas lesiones que los hombres? En resumen, por ejemplo, la atleta femenina típica, en comparación con su contraparte masculina, tiene:

- niveles más altos de estrógeno, además de menos masa muscular y más grasa corporal
- mayor flexibilidad (debido a ligamentos más flojos) y músculos menos poderosos
- la pelvis más ancha, que altera la alineación de la rodilla y el tobillo
- un espacio más estrecho dentro de la rodilla que cruza el LCA (ligamento cruzado anterior)
- una mayor probabilidad de ingesta inadecuada de calcio y vitamina D.

Las mujeres también tienden a moverse de manera diferente a los hombres. Por ejemplo, al aterrizar de un salto, las mujeres tienden a aterrizar más erguidas y con las rodillas más juntas. Y cuando las atletas cambian repentinamente de dirección, tienden a hacerlo en un pie (quizás debido a su pelvis más ancha), mientras que los hombres tienden a “cortar” en ambos pies. (Robert H. Shmerling, MD, *The Gender Gap in Sports Injuries* [La brecha de género en las lesiones deportivas], 3 de diciembre de 2015)

El Dr. Leonard Sax señala que ya cuando son bebés, las niñas oyen mejor que los niños. Esta diferencia aumenta a medida que los niños y las niñas envejecen. Las niñas escuchan el habla de un padre o maestro como fuerte cuando los niños no lo escuchan de esa manera.

Es posible que ese niño que está tocando el escritorio con sus dedos no esté molestando a otros niños, pero está molestando

a las niñas, así como a la maestra. Una razón de esa diferencia, por supuesto, es que las niñas de once años oyen mejor. Si está enseñando a niñas, no levante la voz y trate de mantener el aula libre de ruidos extraños. Las niñas no aprenderán tan bien en un aula ruidosa. (Sax, *Why Genders Matter* [Porqué los géneros importan], p. 18)

### DESARROLLO COGNITIVO

Con el uso reciente de exploraciones PET y fMRI, los neurocientíficos están explorando las diferencias en las estructuras cerebrales de hombres y mujeres. Aunque no sabemos realmente por qué existen estas diferencias, algo pasó que afectó a los cerebros de diferentes maneras. Continúan cambiando según las diferentes influencias. Lo que es importante para nosotros como padres y maestros es prestar atención al individuo y evaluar cómo demuestra un estilo particular de aprendizaje y cómo responde a él.

El pensamiento crítico comienza a aparecer entre los 11 y los 14 años y así las niñas ven el mundo en términos de causa y efecto. A medida que el pensamiento de causa y efecto se vuelve menos concreto, se desarrolla una nueva capacidad. Las niñas tienden a procesar la información de manera más completa porque la conectan con sus emociones. Debido a que las niñas se centran más en las relaciones, prefieren los libros y las películas que tratan sobre los sentimientos y la motivación de las personas. También se centran en las relaciones en sus grupos, en quién le gusta quién, quién está enojado con quién y por qué alguien está de mal humor. Simultáneamente, todavía tienen un pensamiento concreto y se creen lo que escuchan. Debido a esto, son particularmente vulnerables a ser manipuladas por chicos y chicas mayores. Una chica explica que “Me dijo que le enviara una foto mía desnuda a su teléfono y que no se la mostraría a nadie”. Por supuesto, él la muestra y la chica está en un aprieto.

Las niñas tienden a poder sentarse más tiempo y prestar más atención en la escuela, recordemos sus habilidades verbales más fuertes,

citadas anteriormente en las indicaciones de Rudolf Steiner acerca del refinamiento en la llegada de la pubertad de las niñas. Esto no está presente en los niños, ellas resuelven las cosas en el lenguaje cotidiano, mientras que los niños tienden a depender de la comunicación no verbal o usan un lenguaje codificado. Las niñas prefieren tener cosas que puedan tocar y manipular, lo que les ayuda a comprender principios fundamentales. Pueden soportar largas explicaciones.

El hecho de que las niñas tienden a ser más fuertes en sus sentimientos no significa que su pensamiento sea menos importante. Las niñas necesitan pensar estratégicamente, tomar buenas decisiones y ser capaces de negociar de forma lógica. Aunque a menudo confían en sus intuiciones, necesitan poder defenderse con sus habilidades intelectuales. Esto claramente está sucediendo más porque las niñas son ahora mayoría en las carreras de derecho y de medicina. Las situaciones que dependen de la resolución de problemas mejoran sus habilidades de pensamiento. A menudo, son sus estrategias para hacer las tareas académicas en casa las que les ayudan a mejorar en la escuela. Quieren complacer y sentirse bien por hacerlo bien, y están dispuestas a dedicar tiempo extra. Sin embargo, son sensibles a sus relaciones y a cómo las percibe la gente.

### *DESARROLLO EMOCIONAL*

Las niñas tienen una vida emocional rica, que comparten con los demás. Si una niña se siente herida o incomprendida, a menudo habla de ello con otras personas para conocer su perspectiva. Debido a que sus sentimientos y pensamientos están conectados, cuando las niñas experimentan emociones, tienden a moverlas hacia pensamientos más complejos. Quieren entender por qué está sucediendo algo.

En el caso del abuso sexual, es más probable que las niñas se lo cuenten a una amiga de confianza o lo escriban en su diario. Es más probable que las niñas usen palabras para pelear con los demás en lugar de luchar físicamente, aunque esto difiere en diferentes comunidades. Las niñas usan el razonamiento emocional. Si creen o sienten que es

verdad, entonces es verdad. Debe ser verdad. No pueden separar los hechos de los sentimientos. Pensar sigue siendo mágico.

Los padres y maestros deben observar cómo las y los estudiantes de secundaria manejan las emociones: ¿reaccionan agresivamente o se cierran, se niegan a discutir el problema o tratan de averiguar qué causó el dolor y discuten cómo reaccionar ante él? Eso ofrecerá una pista sobre cómo responder.

En general, tanto los niños como las niñas experimentan grandes cambios en su comportamiento emocional a medida que aprenden a controlar estas nuevas experiencias provocadas por influencias hormonales o por la sociedad. Con el tiempo se afianzarán y equilibrarán sus emociones.

Incluso tan recientemente como hace veinte años, solíamos estar muy preocupados porque las niñas no tuvieran las mismas oportunidades académicas que los niños. Pero eso ha cambiado y las niñas están mejorando en la escuela. Sin embargo, los niños muestran menos interés en la escuela y en establecer metas personales. Como padres y maestros, estamos tratando de apoyar tanto a niños como a niñas en su desarrollo educativo y social. Pero hay señales de emergencia de que nuestros hijos e hijas están en problemas debido a influencias culturales.

La confianza en uno mismo, aceptarse a sí mismo y sentirse conectado, impulsa a las niñas. Aunque las niñas tienen más libertad de elección que la que tuvieron sus abuelos, las que están muy motivadas y orientadas al éxito no pueden descansar. Están más preocupadas por ser lo suficientemente buenas, por si lograrán sus metas y triunfarán. Obedecen a un impulso interior que las mantiene despiertas hasta altas horas de la noche estudiando o las mantiene practicando gimnasia a pesar del dolor en su cuerpo.

A menudo, son víctimas de marcadores superficiales como llevar el maquillaje adecuado, tener la ropa adecuada, ser perfeccionistas que se obsesionan con sus logros. Estos son signos de aprobación del exterior que provocan problemas internos como ansiedad y depresión.

Debido a que las niñas están rodeadas de imágenes de los medios sociales y de comunicación que enfatizan cómo deberían verse, se esfuerzan mucho por estar a la altura de estos estándares artificiales y cambiantes. Las niñas han sido definidas sexualmente y aceptan esta definición incluso antes de que la comprendan. La atención está en sus cuerpos, cuánta piel muestran, cómo caminan, lo atractivas que son para los niños, lo delgadas que son. No se trata solo de ser bonita, sino de tratar de ser aceptada por los chicos. La obsesión por la superficialidad se ve en su conexión constante con las redes sociales donde se concentran en cómo son vistas por sus compañeros. Construyen una personalidad que puede tener poca relación con cómo se sienten por dentro. Con toda esta ansiedad, parece que no se relajan ni se divierten.

Esto es particularmente problemático para las niñas de once a catorce años porque en la Brecha de vulnerabilidad buscan la aceptación de sus compañeros para salir adelante, perdiendo los años en los que necesitan desarrollar su Yo auténtico. Para cuando alcanzan la madurez de la función ejecutiva después de los dieciséis años, es posible que hayan desarrollado hábitos de adicción, de intimidad sexual sin relación o actos autodestructivos como cortarse o tomar pastillas. Los padres deben estar atentos e intervenir antes de que la situación se agrave. Muchas niñas terminan en terapia o incluso hospitalizadas porque no se atienden sus necesidades internas.

Es importante tener en cuenta la actitud utilizada en el plan de estudios Waldorf que consiste en desarrollar la sensibilidad de las niñas hacia la belleza genuina. Esto puede ser a través de pinturas y esculturas clásicas de la forma humana y a través de la música, así como el trabajo artístico realizado por las propias niñas. Esto lleva tiempo y mantiene a las niñas comprometidas durante largos períodos de tiempo ¡tiempo no dedicado a obsesionarse ni a estar en las redes sociales!

Un ejemplo de cómo las redes sociales socializan a niños y niñas es mirar imágenes en portadas de revistas. Por ejemplo, la portada de *Girls' Life* (Vida de chicas) tenía títulos como “Moda de otoño que te encantará: más de 100 formas de conquistar en el primer día”, “El

cabello de tus sueños”, “El mejor año para siempre”, “Cómo divertirse, hacer amigos y sacar sobresalientes”, “¡Confesiones! Mi primer beso”, “Las chicas de verdad besan y cuentan”.

Cuando la diseñadora gráfica Katherine Young los vio, creó su propia versión de cómo debería verse la portada de *Girls' Life*. Su portada tenía títulos de artículos como “Las chicas lo hacen bien: más de 100 formas de ayudar a otros en su comunidad”, “¿Hambre al despertar? Alimentos saludables que te ayudarán a superar los días difíciles”, “Lo mejor: Tú. Siempre”, “Sé tú misma, trabaja duro y obtén mejores calificaciones”, “Confianza: Mi primer beso”, “Falla y aún así gana”. Y “La carrera de tus sueños, planificación y objetivos del siguiente nivel”. ([www.snopes.com?girls-life-vs-boys-life-magazine-covers](http://www.snopes.com?girls-life-vs-boys-life-magazine-covers))

Dicho esto, sin embargo, había otros números de *Girls' Life* que mostraban historias sobre la aceptación del cuerpo, la obtención de trabajos y el trato con los acosadores (y cómo no serlo).

La riqueza de la experiencia emocional está presente tanto en niños como en niñas, aunque a menudo no lo parece. Ambos son vulnerables a ser heridos por los juicios de otras personas. Ambos tienen miedo de no ser aceptados. Debido a que las niñas hablan más a menudo con otras niñas, tienen más oportunidades de descubrir que no están solas. También les gusta acurrucarse con una revista como si estuvieran con una amiga cercana.

## COMPORTAMIENTO

Las niñas absorben más datos sensoriales que los niños: escuchan mejor, huelen mejor (perdón por el juego de palabras) y son más sensibles al tacto. Son mejores para controlar el comportamiento impulsivo mediante la autorregulación. Las niñas comienzan a imponerse. Sin embargo, todo lo que hace una niña se ve afectado por el entorno emocional y las relaciones. Stephen Hinshaw describe las expectativas imposibles a las que se enfrentan las niñas en su libro *The Triple Bind* (El triple vínculo). Aunque en muchos sentidos, este es un buen momento en la historia para ser una niña, desde otro ángulo

es un engaño cruel: “Como si hubiéramos invitado a nuestras hijas al banquete más suntuoso del mundo y luego les hubiéramos impedido disfrutar de su comida”. (p. 15)

¿Qué es el triple amarre y por qué pone a las niñas en riesgo de automutilarse, de sufrir desórdenes alimenticios, violencia, depresión o suicidio? “Una cuarta parte o más de todas las niñas estadounidenses entre las edades de diez y diecinueve enfrentan una o más de estas amenazas ...”. (p. x)

Los tres aspectos del triple vínculo son:

1. Ser buena en todas las cosas tradicionales de “niñas” como la empatía y la vinculación. Ser amable, obediente, servicial y cariñosa.
2. Ser buena en las cosas tradicionales de “hombres”: ser agresiva, luchar por los primeros lugares, prepararse para un trabajo, ser atlética, competitiva, asertiva y ambiciosa.
3. Cumplir con un conjunto de estándares estrecho y poco realista que no permite ninguna alternativa. Las imágenes son de mujeres ultra femeninas y excesivamente sexualizadas.

Los mensajes que percibe le dicen que el dinero, el poder y el estatus son lo que impulsa a la sociedad, y que debe esforzarse por cumplir esos objetivos. Esto significa que hay pocas identidades alternativas que ella pueda encarnar para tener éxito. A partir de los diez años, la niña de secundaria se siente atrapada en el triple vínculo. .

La interacción social está vinculada muy de cerca a la sensación de seguridad de una niña. Ella vive la traición, el ser excluida, lloriquear, replicar y la terquedad como algo personal. Necesita más tiempo para procesar sus experiencias y necesita hablar sobre sus sentimientos. Mira hacia afuera para ver cómo se comportan las personas que la rodean (especialmente sus padres), busca límites y comienza a asumir responsabilidades. Tiene tendencia a formar grupos pequeños que escuchan los sentimientos de los demás.

Las niñas quieren tener conversaciones sensibles, discutir qué las hace sentir cómodas o incómodas. Responden a la intimidad y pueden manejar el contacto visual con los adultos. La niña tiene que cultivar relaciones que le permitan conectarse de manera significativa con los demás. Ella depende de estar con otras chicas, algo que yo llamo el síndrome de la “chica del pegamento”, para que puedan intercambiar secretos y averiguar el estado de todas las personas que las rodean. Cuando las chicas están juntas, obtienen un gran placer derivado de la dopamina y la oxitocina. Esta es también la razón por la que las niñas disfrutan tanto al conectarse y vincularse, jugar con el cabello de las demás, cotillear y comprar juntas, hablar por teléfono, buscar la conexión con otras chicas y chicos. Las niñas son abiertas sobre sus ideales y buscan significado y orden en el universo. Pueden discutir cuestiones más profundas, como si hay vida después de la muerte. A las chicas a menudo les molesta que los chicos no hablen de cosas íntimas.

La Dra. Lou Ann Brizendine, en su libro *The Female Brain* (El cerebro femenino), dice “Conectarse a través del habla activa los centros de placer en el cerebro de una niña. Compartir secretos que tienen implicaciones románticas y sexuales activa estos centros aún más”.

El desafío para las niñas de secundaria es expresar emociones que sean respuestas adecuadas a las demandas de la vida. Sin una función ejecutiva que las dirija, están a merced de sentimientos descontrolados, rayando en ocasiones en histeria. Exageran situaciones, elevándolas a proporciones de vida o muerte.

Una niña de séptimo grado se quejaba de que su hermano mayor recibió un nuevo teléfono celular después de que se rompiera el suyo. Su rabieta fue algo como “Mi teléfono celular no es el modelo más nuevo. ¿Cómo es que él siempre obtiene lo mejor y lo más nuevo? Esto no es justo. Sólo quiero morir.” Al decir esto ella estaba dando vueltas, derribando una silla, poniéndose histérica. Lo mejor era dejarla representar su reacción porque no respondía a la razón. Al día siguiente fue posible tener una conversación porque sus sentimientos se habían



calmado. Las niñas tienden a tomar este extremo en un lenguaje donde los niños a menudo se callan y luego golpean una pared.

La sexualización de nuestra sociedad empuja a las niñas de la escuela primaria a vestirse sexualmente, justificándose como un medio de autoexpresión. Si las niñas tienen que hacer esto para sentirse poderosas, ¿qué más harán para dar forma a su propia identidad? Debido a la pubertad más temprana, las niñas de la escuela secundaria deben asumir la responsabilidad de su comportamiento sexual antes de que se produzca la madurez social y emocional completa. Están en riesgo física, emocional, social, e intelectualmente con problemas de imagen corporal, trastornos alimentarios, abuso de sustancias, bajo rendimiento académico, delincuencia y agresión.

El Dr. Leonard Sax señala cuatro factores que están impulsando la nueva crisis para las niñas: la identidad sexual, la burbuja cibernética, las obsesiones especialmente con las redes sociales y las toxinas ambientales. Cuando las niñas se sienten ansiosas y perdidas, se vuelven hacia sí mismas y se hacen daño. “Nunca antes ha existido una cultura en la que las niñas hayan tenido tantas oportunidades y, sin embargo, hayan recibido tan poca orientación estructurada”. (*Girls on the Edge* [Niñas al borde], p. 8)

Las niñas necesitan padres que las apoyen, información útil, amigos cercanos, seguridad física, libertad para moverse de manera independiente, y respeto hacia sus cualidades únicas. Todo esto está dentro de la necesidad principal de estar integrado en las relaciones. Nada reemplaza a un amigo cercano, ni un compañero ni un mentor.

La necesidad de pertenecer a un grupo impulsa el comportamiento de la niña. Esto me lo recordó el comportamiento de Paula en mi clase de sexto grado. El grupo de niñas había estado junto desde primer grado. Paula era muy amiga de otra chica en un grupo de tres. Cuando la familia de Paula se fue de viaje durante unas semanas, las otras dos niñas se unieron y, cuando Paula regresó, se sintió excluida. Yo era una profesora nueva y traté de suavizar las cosas. Llevé a las chicas a jugar a los bolos, las llevé a mi casa y encontré formas de unirlas. Sin embargo,

Paula estaba sufriendo. Ella era la más joven de una familia numerosa. Su madre era una persona muy cálida, creativa y bastante mayor en ese momento, y no podía soportar ver a Paula infeliz. Por las mañanas, Paula decía que no se sentía bien y no podía ir a la escuela. Al principio, su madre creyó que algo andaba mal físicamente y la dejó quedarse en casa, donde la apreciaban y era el centro de atención mientras sus hermanos estaban en la escuela.

A medida que pasaban los días, Paula seguía sin venir a la escuela. La visité en casa y traté de convencerla de que regresara. Quedó claro que no había ningún problema físico. Mientras su madre sintiera tanta pena por ella y le permitiera quedarse en casa, Paula continuó quedándose en casa. Al año siguiente fue a otra escuela para ver si era más fácil con nuevos compañeros. Tuvo muchas buenas experiencias escolares, pero había comenzado un hábito. Cuando surgieron problemas sociales, Paula escapaba. Este patrón continuó en su vida adulta y tuvo dificultades para adaptarse a una carrera. Cuando hablé con ella en sus cuarenta, me dijo: “Ojalá mamá me hubiera dicho que fuera a la escuela. Siento que habría resuelto el problema, aunque hubiera sido difícil. Ella me protegió demasiado y siempre acabo repitiendo el patrón”.

Jamie en octavo grado comenzó a quedarse en casa y no ir a la escuela. Era una excelente estudiante, pero no había encontrado un mejor amigo ni amiga. Aunque tenía una relación cercana con sus maestros y muchos amigos en su clase, anhelaba la intimidad y sentía que algo andaba mal en ella. Tuvimos muchas conversaciones y le sugerí que buscara en otras clases a la “persona adecuada”, pero ella se puso a pensar en lo que quería y no podía abrirse a nada más. Sin embargo, en la escuela secundaria pudo ser más filosófica sobre la situación y forjó buenas relaciones con aquellos que tenían intereses comunes.

Tanto Paula como Jamie rechazaron las imágenes superficiales de cómo deberían ser las chicas. Se definieron a sí mismas de manera diferente a la imagen esperada de las niñas sexualizadas, y lucharon por encontrar el aprecio por su singularidad y, especialmente, por encontrar un alma gemela.

Reflexioné sobre esta situación muchas veces durante mis décadas de enseñar a estudiantes de secundaria y preparatoria. Las expectativas que establecen la televisión y las imágenes cinematográficas no siempre se pueden cumplir. Las personas reales no siempre viven felices para siempre como en los cuentos de hadas. Debido a que las niñas están tan concentradas en las relaciones, son particularmente vulnerables a sentirse rechazadas y solas. Cuando agregamos las expectativas conflictuadas a la situación en sí, podemos entender por qué las niñas de hoy son tan vulnerables y están en riesgo.

## CAPÍTULO 8

# La transformación de la vida de sentimientos

A medida que los estudiantes de secundaria recorren el camino de los once a los catorce, sus sentimientos de vida se expresan en fases. Cada joven tiene una forma única de vivir estas fases a medida que su vida emocional se desarrolla desde la participación propia hasta la relación con los demás.

### *DE ONCE A DOCE AÑOS*

Los cambios que surgen en los niños de 11 a 12 años (niñas de 11 a 12 años y niños de 13 a 14 años) son desestabilizadores. Es como si los jóvenes despertaran en un cuerpo extraño. Esta situación estresante provoca problemas para dormir, aunque, de hecho, necesitan dormir más. Los cambios hormonales del cerebro están cambiando su energía. Esto resulta en una emocionalidad extrema. Todo lleva más tiempo: estudiar, organizar su habitación, recordar lo que se les dijo. La vida social también se vuelve desafiante ya que no tienen aún las habilidades sociales de los adolescentes.

Los padres preguntan: “¿Qué pasó con los años dorados cuando mi hijo brillaba cálidamente?” “¿Por qué ya no conozco a mi hijo?”

Los padres establecen reglas, pero sus hijos las desafían continuamente. Por un lado, los estudiantes de secundaria quieren ser respetados y tratados como adolescentes, aunque todavía no lo sean. Son temperamentales y cambiantes como los niños más pequeños que alguna vez fueron. Mientras viven en la tormenta de sentimientos, no

están seguros de lo que sienten, y los adultos a menudo están igualmente inseguros. Este es un momento para que los adultos cuenten hasta diez y desarrollen el sentido del humor, sabiendo que esta fase también pasará.

Un maestro llamó a esta época una época de “contratos para aumentar la responsabilidad”. En otras palabras, un padre o maestro puede decir: “Haz tu trabajo y luego puedes discutir qué es lo que quieres”. O un padre puede preguntar: “¿Por qué no terminas de limpiar tu habitación como dijiste y luego podemos hablar?”.

Algunos jóvenes atraviesan este momento sin problemas, pero a medida que se acercan a los doce años, comienzan a experimentar inquietud y mal humor. Este es uno de los momentos más tiernos y frágiles de la vida humana. Podemos mirarlos y comentar: “Ah, ahí están esos locos estudiantes de sexto grado. Son divertidos, están tristes; no pueden controlar sus brazos y piernas, y se mueven como un títere desarticulado. Toman riesgos, saltan de puentes, corren por calles concurridas, lloran por razones desconocidas y se ríen sin parar.

Tienen destellos ocasionales de que algo está sucediendo en sus cuerpos y sobre lo que no tienen control. Nuevos sentimientos van y vienen. Se encuentran en un terreno inestable en busca de algo con que puedan contar. Hasta ahora, se habían experimentado a sí mismos inconscientemente, pero en la agitación de un alma recién nacida, comienzan a notar lo que no habían notado antes. Todavía no entienden nada de eso y es desconcertante.

Aunque los niños de 11 a 12 años pueden considerarse un poco impredecibles y confusos, esa es solo la impresión externa. En el interior hay un alma tierna, que acaba de despertar a este nuevo mundo. Algo valioso está emergiendo. Sus sentimientos gobiernan lo que les gusta y lo que no les gusta, lo que quieren, lo que desean. No les agrada que les impidan satisfacer sus necesidades. No quieren tener que esperar. ¿Por qué no pueden tenerlo o hacerlo ahora mismo? ¿No suena esto como un niño de dos años? Hay buenas razones que explican esta similitud. La vida se trata de ellos, ya que se sienten como el centro de su mundo.

A medida que el pensamiento de causa y efecto comienza a surgir, es difícil para ellos ver más allá de la experiencia inmediata. Por ejemplo, cuando yo estaba en sexto grado, tuve la siguiente experiencia. Regresamos de las vacaciones de verano listos para el nuevo año. Los compañeros de clase susurraban acerca de las experiencias sexuales del verano. Yo había pasado el verano aprendiendo a nadar, andar en bicicleta y participando en una ópera infantil, en un campamento de día, pero quería participar en la conversación. Le escribí una nota a uno de mis amigos sentado más abajo en la fila. Usé palabras que había escuchado, pero no tenía idea de su significado. Hoy me sonrojaría al leer esa nota. Uno de los chicos la interceptó y amenazó con mostrársela a mi madre. Me horroricé al pensarlo y le dije que de ninguna manera. Él respondió: “Entonces dame toda tu colección de sellos y no le mostraré la nota”. Yo había estado coleccionando sellos durante varios años y estaba orgullosa de lo grueso que se había puesto mi álbum. Al día siguiente, le entregué el álbum y mi madre nunca se enteró.

¿Pensamiento de causa y efecto? La causa fue que el chico interceptó mi nota. El efecto fue que se lo iba a contar a mi madre. No pude ver ninguna otra posibilidad de acción. Sin embargo, ¿qué habría pasado si lo hubiera desafiado y le hubiera dicho: “Adelante”. o si hubiera dicho: “No me importa si lo haces porque mi madre me creerá”. O “Voy a decirle a nuestro maestro lo que estás amenazando hacer”. Pero no pude superar mi pánico inmediato y no pude considerar otras posibilidades. Solo hubo un efecto de la causa. Me amenazó y le di lo que quería.

Quizás un adulto podría habernos ayudado estableciendo una conversación entre el niño y yo. La conversación podría haber comenzado así. “¿Por qué quieres el álbum de sellos de Betty? ¿Estás interesado en los sellos?”

Tal conversación podría haber llevado a comprender cuáles eran las intenciones de este chico más allá del chantaje. Podría haberlo ayudado a comprender sus motivaciones y explorar opciones. Ambos nos hubiéramos beneficiado.

Las emociones y el intelecto comparten un origen común y van de la mano con el sentido de uno mismo, la identidad y la conciencia. Según el neuropsicólogo Stanley Greenspan, “las facultades más importantes de la mente están arraigadas en experiencias emocionales desde etapas muy tempranas en la vida, incluso antes de la conciencia más temprana de los símbolos, consciente o inconscientemente”. (Greenspan, p. 40)

Cada vez que un niño se enfrenta a una nueva tarea, las emociones que sintió al aprenderla vuelven a aflorar. Un sentimiento de frustración, logro o fracaso viene con el intento de la habilidad e influye en su éxito. Durante esta fase 11-12, esas emociones surgen cuando se enseñan nuevos conceptos matemáticos o incluso cuando se eligen los equipos durante el recreo. Los sentimientos de no ser suficiente y de rechazo son recordatorios poderosos de sentimientos negativos y de rechazo previos.

Aquí comparto otra de mis experiencias de sexto grado: nuestro maestro decidió que hiciéramos tableros de física en los que un cable se adjuntaba a un papel con una pregunta y otro cable se conectaba a un papel con una respuesta. Al conectar el cable de pregunta correcto con el cable de respuesta correcta, se encendían dos bombillas. Al mismo tiempo, también quería que aprendiéramos sobre la revolución rusa. Dividió la clase en dos. Estaba en el grupo que investigaría la revolución rusa. En mi mente de sexto grado, pensé que me habían elegido para estar en el equipo de historia porque el maestro sabía que yo no podía hacer física. Lidié con ese sentimiento de no ser suficientemente buena durante años, apareció en las clases de física de la escuela secundaria y se convirtió en un obstáculo que tuve que superar.

El desarrollo emocional implica que los estudiantes de secundaria reconozcan sus propios sentimientos y los sentimientos de los demás. A menudo, tienen un sentimiento, pero no pueden expresarlo. Podemos ayudar sugiriendo diferentes sentimientos hasta que se aclaren qué es lo que están sintiendo. Una vez que reconozcan sus sentimientos, deben aprender a manejarlos. “¿Qué hago cuando alguien se burla de mí o traiciona mi confianza?” A medida que los

niños de la escuela secundaria amplían sus relaciones, se encuentran con nuevas situaciones y tienen que descubrir cómo hacer frente a problemas nuevos y desconocidos. Uno de los aspectos más fuertes del desarrollo emocional es que los estudiantes de secundaria reconozcan sus fortalezas y debilidades, se den cuenta de que todos tenemos desafíos, que sean flexibles y desarrollen una autoestima saludable. Los jóvenes tienen diferentes temperamentos que se manifiestan en cómo responden a estos problemas. Un estudiante de secundaria se siente emocionado ante la perspectiva de mudarse a una nueva escuela, otro está devastado por la pérdida de lugares conocidos y amigos cercanos, otro está listo para enfrentar los desafíos que vendrán y no puede esperar para mostrar al mundo sus habilidades, y otro parece insensible a las noticias de la mudanza. Independientemente de su temperamento, cada estudiante de secundaria necesita sentir el apoyo y el aliento de los adultos. Siempre que el joven se sienta amado y valorado, existe una buena posibilidad de una transición exitosa.

Los cambios en el cuerpo y el cerebro pueden causar sentimientos más intensos, haciendo que los primeros adolescentes reaccionen con más intensidad, ya que les cuesta controlar sus sentimientos. Los estados de ánimo cambian muy rápidamente, de modo que la elección que toman en dado momento será diferente a la elección tomada en otro. Amar, odiar, llorar, reír, paralizarse, hacer tonterías, sentirse fuera de control, ¿cómo pueden manejar las emociones cambiantes? ¿Cómo pueden navegar esta confusión? Lloran por cosas pequeñas, cierran la puerta de golpe o gritan sin razón aparente. Son demasiado sensibles a lo que les dice la gente. Sin embargo, no son sensibles a lo que ellos le dicen a los demás. Sus sentimientos extremos conducen a luchas de poder, exageraciones y un sentimiento de rechazo cuando se les corrige.

Sin embargo, es importante que los adultos señalen e identifiquen el comportamiento inapropiado, para darles a los jóvenes pautas sobre cómo expresarse. Pueden que empiecen a entender juegos de palabras y bromas más sutiles, sin embargo, les cuesta diferenciar la vulgaridad, las bromas enfermizas y la jerga aceptable. Jugar con las palabras es su



forma de batirse en duelo, discutiendo de forma lógica para conseguir lo que quieren. Agota al adulto mientras empodera al joven.

Los niños de once y doce años se vuelven más conscientes de su cuerpo, se comparan con los demás, se sienten inseguros y miran hacia la cultura popular en busca de modelos de cómo ser y qué ponerse. La aceleración de la vida adolescente que alcanza la fase de 12 años se ve reforzada por imágenes de revistas, televisión, películas y ahora las redes sociales. A menudo, esto hace que las chicas parezcan prostitutas. Los niños se visten con mayor frecuencia como estrellas del deporte con el nombre de su equipo favorito en la camiseta, aunque otros intentan actuar 'cool' de la forma en que han visto a los niños mayores en las películas. La imitación de gestos corporales y expresiones faciales antes de que tengan la madurez para comprender lo que están haciendo hace que parezcan caricaturas de adolescentes. El que haya pasado una tarde de sábado en un centro comercial sabrá a lo que me refiero. Estos jóvenes son ávidos consumidores en los grandes almacenes, que siguen cada tendencia con mucho cuidado para crear estilos que persuadan a los jovencitos a que se deshagan de su dinero.

### *DE TRECE A CATORCE AÑOS*

De 13 a 14 años, los jóvenes expresan su confusión mostrándose irritables, fácilmente alterados, más propensos a explotar que a controlar sus emociones, sintiéndose inseguros, infelices y sensibles; introspectivos, pasando mucho tiempo solos, necesitando privacidad y convencidos de que todos los demás los están mirando y juzgando. Esto es muy potente para que un joven pueda manejarlo.

A esta edad de 13 a 14 años, estos jóvenes están muy preocupados por la imagen corporal y su autoestima está en un punto bajo. No son sociables con los adultos, sino que se centran más en los grupos de amigos. Se exploran a sí mismos horizontalmente con sus compañeros en lugar de verticalmente en relación con la autoridad. Los padres pueden sentirse al margen de sus hijos, cuyo principal interés se centra en otros estudiantes de secundaria. Su sensibilidad a la aceptación o al rechazo aumenta.

De su vida interior surge algo nuevo. Los cambios en el pensamiento los despiertan. Reconocen sus impulsos emocionales y tratan de controlarlos. En lugar de dejarse llevar por sus emociones, comienzan a ver que el pensamiento es una herramienta que pueden utilizar. Asistir a las clases de octavo y noveno grado es una buena manera de ver el rango de madurez emocional que muestran los niños de 13 y 14 años.

Es útil si pueden tener conversaciones con adultos que los ayuden a encontrar formas de manejar situaciones difíciles como el acoso, sentirse excluidos, cómo invitar solo a ciertos compañeros de clase a una celebración de cumpleaños o cómo manejar las obligaciones familiares estresantes. Las discusiones sobre resolución de problemas les ayudan a comenzar a comprender los sentimientos de otras personas, les ayudan a sentirse capacitados para imaginar otras posibilidades de comportamiento.

Empiezan a preguntarse quiénes son, en qué tipo de persona se están convirtiendo o quién quieren llegar a ser. ¿Cuáles son sus intereses? Se están moviendo hacia un nuevo territorio, enfrentando lo desconocido. Este período de inestabilidad puede resultar confuso, pero están buscando formas de atravesar los mares, buscando una brújula que guíe sus acciones.

También tienen sentimientos profundos y necesitan periodos de tranquilidad para absorber lo que está sucediendo, para estar solos consigo mismos. Son responsables e irresponsables, divertidos y enojones, alejan a sus padres y esperan que sus padres los apoyen, se alejan de su familia y pasan más tiempo con sus amigos. Retarán los límites y exigirán libertad, pero necesitan límites, aunque, al mismo tiempo, se resistan a ellos.

Alrededor de los 14 años, se están volviendo más estables, generalmente son felices, tranquilos y reconocen sus propias fortalezas y debilidades. Encuentran muchas faltas en sus padres y se avergüenzan de ellos. Les gusta estar ocupados e involucrados en muchas actividades extracurriculares. Su círculo social es amplio y variado; tienen amigos

de ambos sexos; están ansiosos por agradecer y tienen un mayor interés en el sexo opuesto.

### *FÁBULA PERSONAL, AUDIENCIA IMAGINARIA Y ESTRÉS*

Gracias a David Elkind, quien introdujo el concepto de fábula personal y audiencia imaginaria, tenemos acceso al sentido del Yo del estudiante de secundaria.

**Fábula personal:** los estudiantes de secundaria asumen que son especiales. “Otras personas crecerán y morirán, pero yo no”. “Puedo salirme con la mía copiando la tarea de otra persona y no me pillarán”. “Puedo llevar el auto de mi padre a dar una vuelta. Él no lo sabrá”. Este sentimiento de poder especial permanece con nosotros por el resto de nuestras vidas y puede llevar a los adultos inmaduros a comportarse de manera arriesgada. “Yo seré famoso. Todos pensarán en mí”. Se sienten protegidos por un escudo de invulnerabilidad que les da esperanza. Cada uno siente que su experiencia es única y especial.

Con la reciente oleada de asesinatos cometidos por adolescentes, hemos visto que el criminal está atrapado en esta fase de la fábula personal. Quieren ser conocidos por todos. Muchos presentadores de noticias de televisión, que no quieren llamar la atención sobre el criminal, están ocultando el nombre de un asesino para que no inspire a otro adulto inestable que todavía está representando la fábula personal de un niño de secundaria.

**Audiencia imaginaria:** los estudiantes de secundaria se vuelven egocéntricos, se ven atrapados en sus propios cambios y sienten que están sobre un escenario. Cuando se visten por la mañana, están seguros de que todos los mirarán. Ellos son el centro. Cuando entran al aula, observan las reacciones de sus compañeros a su último atuendo o paso. ¿Están recibiendo la atención del mundo?

Son sensibles a cualquier error o fallo porque sienten que todos lo notarán. Esto puede ser devastador para algunos estudiantes de secundaria que sienten que no hay un lugar para estar seguros, ni una cueva donde esconderse.

La combinación de la fábula personal y la audiencia imaginaria puede funcionar en conjunto tanto de manera positiva como negativa. Cuando creen que son especiales de una manera indeseable, les preocupa que todos sepan lo que está pasando. Al mismo tiempo, sienten que son los únicos que se preocupan por sus cuerpos y asumen que su dolor es exclusivo de ellos. Otros estudiantes pueden sobrellevar mejor la situación, pero no entienden lo que está sucediendo. Sienten que son los únicos que se sienten solos. Nadie más lo había pasado tan mal o tan bien. La miseria nunca terminará. Resienten a los adultos que les dicen: “Esto pasará y te sentirás mejor algún día”.

**El estrés** es una de las influencias más fuertes en el desarrollo emocional de los estudiantes de secundaria. David Elkind señaló que hay dos tipos de estrés. Un tipo es predecible y se puede planificar, como el saber durante semanas que habrá una prueba o examen en una fecha determinada. Por supuesto, es estresante, pero los adultos pueden ayudar a los estudiantes de secundaria a planificar el evento estudiando espaciadamente, en lugar de dejarlo para el último minuto. El otro tipo de estrés es impredecible y no se puede planificar. Esto incluye enfermedades o muertes inesperadas, desastres naturales o guerras. Los adultos pueden ayudar a los estudiantes de secundaria a superar este estrés reconociendo lo problemático que es y apoyándolos de tantas formas como sea posible.

Por encima de todo, al igual que con los niños pequeños, los estudiantes de secundaria también necesitan sentirse seguros. Sin embargo, lo que los hace sentir seguros es saber qué se espera de ellos, saber que no están solos y saber que, si cometen errores, aún tendrán apoyo. Algunos estudiantes de secundaria están dispuestos a correr más riesgos que otros. La práctica en situaciones de resolución de problemas puede ayudarlos a descubrir estrategias sobre cómo lidiar con el estrés de asumir riesgos. Por ejemplo, un estudiante tímido quería participar en una obra de teatro en clase, pero temía que lo rechazaran. Un adulto que lo apoya puede ayudar al estudiante a pensar en cómo manejar el

rechazo, al darse cuenta de que no se basa en su autoestima, sino en su habilidad o experiencia.

En los años de la escuela secundaria, la apariencia física tiene una fuerte influencia en la autoestima de las niñas, mientras que para los niños puede ser la fuerza física. No importa qué es lo que determina su autoestima durante este tiempo, los adultos pueden ayudarlos a enfrentar el problema en lugar de evitarlo.

Daniel Goleman en 1994 llamó la atención sobre la importancia del desarrollo emocional, la inteligencia emocional. Mientras que antes, el coeficiente intelectual determinaba el éxito de alguien, señaló que la IE (inteligencia emocional) era en realidad un indicador más fuerte de éxito. Ser capaz de llevarse bien con la gente, reconocer y manejar nuestras emociones, actuar de manera cooperativa con otros en equipos y sentirse cómodo con quién somos, proporciona habilidades que los estudiantes de secundaria necesitan desarrollar.

Algunas escuelas tienen un maestro que desarrolla un programa de aprendizaje socio-emocional para las clases de la escuela secundaria. Aquí interpretan diferentes situaciones, discutiendo opciones de formas de responder. Es posible que puedan identificar lo que los estresa y hacer un plan de cómo manejar esas situaciones. Pueden llegar a ver que, aunque una amistad se rompa, un golpe doloroso no es el fin del mundo. Tener un amigo hace que la vida sea tolerable, incluso maravillosa, pero no tener un amigo es la experiencia más traumática para un estudiante de secundaria.

A medida que los estudiantes de secundaria pasan de la familia a los amigos, sigue siendo la cercanía de la familia lo que les ayuda a afrontar situaciones decepcionantes, atemorizantes o simplemente miserables.

Es importante contar con actividades adecuadas en las que los estudiantes de secundaria puedan recibir la atención y el reconocimiento de la comunidad. Teatro, deportes, reconocimiento académico, amigos entre clases, proyectos de servicio, todo esto permite que los jóvenes disfruten siendo centro de atención de una manera sana. Estas

actividades alimentan el sentimiento de logro de los jóvenes y ayudan a expandir su creciente sentido de identidad.

### *DESPUÉS DE LOS CATORCE*

Después de los 14, a menudo vuelven a ser inestables. A los 15 años, pueden ser pendencieros, reacios a comunicarse, expresar un fuerte deseo de independencia y querer liberarse de la familia. Su relación con los hermanos puede ser mejor que con los padres. La amistad es lo más importante, suelen tener uno o dos “mejores” amigos. Las citas y las relaciones románticas son comunes.

A los quince años se esfuerzan más por ocultar sus sentimientos y son más propensos a estar de mal humor y retraídos. Viven muchos desafíos sociales. Empiezan a pensar de forma abstracta, pueden razonar y explorar opciones, pensar y comprender las consecuencias, ¿y si? Este tipo de conversaciones en casa y en la escuela contribuyen en gran medida a ayudar a los jóvenes a desarrollar su mente civilizadora.

## CAPÍTULO 9

# El pensar de los 11 a los 14 años

¿Cómo piensan los niños? En el pasado, los investigadores asumían que los niños piensan como piensan los adultos. Luego, se evaluaba y juzgaba a los niños basado en cuándo alcanzarían las capacidades cognitivas adultas. La investigación del psicólogo Jean Piaget lo llevó a ver que hay cuatro etapas diferentes de cognición. Era necesario completar una etapa antes de pasar a la siguiente. El enfoque de Piaget, centrado en el niño, transformó la educación.

El profesor de psicología de mi universidad me encargó que investigara cómo piensan los niños, si identifican primero la forma o la silueta. Después de meses de analizar estudios de investigación, no encontré una respuesta decisiva.

Cuando asistí a una conferencia de Francis Edmunds, director de un programa de formación de profesores Waldorf en Inglaterra, le hice la misma pregunta. Basándose en el trabajo de Rudolf Steiner, respondió que los niños piensan en imágenes. Por supuesto, el desarrollo del pensamiento de los niños es un proceso más complejo que esa breve respuesta, pero él estaba aportando una nueva perspectiva que estimuló mi propio pensamiento. Esta fue la experiencia que me llevó a convertirme en profesora Waldorf.

El enfoque de Rudolf Steiner también se basa en etapas de desarrollo del niño similares en algunos aspectos a la comprensión de Piaget, pero es más amplio e incluye el desarrollo espiritual y del alma, así como el desarrollo físico y emocional. Este enfoque ha llevado a los maestros a abrir su comprensión del desarrollo infantil y a ponerse al

servicio de los niños en muchas culturas diferentes, ya que hay más de mil escuelas Waldorf o Steiner en todo el mundo desde 1919.

### *PATRONES DE DESARROLLO*

El enfoque de Steiner es un enfoque holístico que se basa en tres aspectos clave del desarrollo que siguen un patrón desde la primera infancia hasta la adolescencia:

- 0-7: Pensamiento a través del movimiento y los sentidos: movimiento-pensamiento
- 7-14: Pensamiento a través de imágenes: sentimiento-pensamiento
- 14-21: Pensar a través de conceptos que conducen a un juicio independiente: pensamiento abstracto

El crecimiento acelerado de las neuronas alrededor de los once años coincide con nuevas capacidades de pensamiento. Rudolf Steiner habló del pensamiento de causa y efecto como una forma en que los niños en edad de escuela secundaria comienzan a organizar su mundo. Jean Piaget habló del comienzo del pensamiento operacional formal en la misma etapa. Ambos investigadores describen una nueva capacidad mental en la que los niños de 11 a 12 años se mantienen al margen de su comportamiento instintivo y lo “operan” o lo “organizan”. Es el comienzo de poder reflexionar sobre sus acciones. Comienzan a notar patrones en el mundo físico, así como en su propio comportamiento. Todavía no tienen la capacidad de comprender lo que ven o experimentan, pero han dado el primer paso.

El gran cambio en mostrar cómo piensan los niños ocurrió en la década de 1990 cuando los psicólogos comenzaron a registrar sus observaciones y recopilar resultados de la neurociencia, lo que nos permitió comprender el desarrollo del cerebro, las interconexiones entre las diferentes partes y cómo ciertas actividades particulares estimulan el desarrollo del cerebro. Este es un proceso muy complicado que aún se está investigando y todavía no se comprende mucho. Con



la ayuda de técnicas como la resonancia magnética funcional y la tomografía computarizada, hemos podido comprender que el cerebro no es estático, sino que está en constante cambio y desarrollo a medida que la persona tiene diferentes experiencias. El término utilizado es “plasticidad”, esto quiere decir que la experiencia cambia el cerebro.

La mayoría de los investigadores están de acuerdo en que la corteza prefrontal tiene una influencia importante en el pensamiento. El cerebro se desarrolla de atrás hacia adelante, y la corteza prefrontal es la última parte del cerebro que se desarrolla por completo. Ya está presente al nacer y se desarrolla en los momentos críticos de crecimiento de las neuronas. A medida que ocurre cada brote neuronal de células cerebrales, se abre una oportunidad de aprendizaje, y luego la energía se enfoca en la siguiente oportunidad. Estas ventanas de oportunidad se basan en la experiencia y la conexión con un modelo adulto para desarrollar nuevas capacidades. Por eso es tan problemático para los niños en los primeros años de la adolescencia que les guíe un adolescente en lugar de un adulto.

Cuando la corteza prefrontal madura, es posible pensar a un nivel superior y expresar virtudes superiores como la compasión y la empatía. La función ejecutiva, la capacidad de desarrollar una planificación y la toma de decisiones complejas, ocurre más tarde en el desarrollo de la adolescencia. Los adolescentes y los adultos jóvenes se vuelven conscientes de sí mismos y evalúan los riesgos y peligros. Trabajando con esta nueva capacidad, logran fortalecer su chispa interior que hasta entonces había sido alimentada por los adultos.

### *LOS PRIMEROS SIETE AÑOS*

Las experiencias clave que forman la base del pensamiento en los años de la escuela intermedia se establecen en los primeros siete años. El vehículo de estas experiencias clave de aprendizaje es principalmente la imitación. Estas experiencias incluyen una vida rica de estimulación sensorial, una relación emocional saludable con un adulto digno de imitar, comunicación a través de los lenguajes del habla y la música,

oportunidades para la imitación sana, el simbolismo y, finalmente, el juego.

A través del juego imaginativo, el niño piensa en situaciones y las representa, desarrollando habilidades concretas. Pensar a través del movimiento, los sentidos y los sentimientos se desarrolla antes que la habilidad verbal. Si obligamos a un niño a aprender a leer y a trabajar con materiales verbales (en el preescolar o jardín de infancia), somos como un constructor que está ansioso por ver resultados y no logra poner los cimientos antes de comenzar a levantar los muros. El pensamiento no está aislado, sino que está interconectado con sentimientos y acciones.

### *DE SIETE A ONCE*

A medida que el niño comienza el aprendizaje formal en la escuela primaria, las experiencias acumuladas anteriormente se vuelven más conscientes y ahora están llenas de sentimientos y pensamientos trabajando juntos.

El niño comienza imitando al maestro en la escritura, la lectura, los ejercicios de movimiento y la reproducción de música. Luego, gradualmente, alrededor de los 8 o 9 años, él o ella desarrolla más independencia e inicia estas experiencias por sí mismo.

### *TRES ASPECTOS DEL PENSAMIENTO*

Rudolf Steiner describió tres aspectos clave del pensamiento del niño en este momento: aprendizaje a través del ritmo, actividades artísticas y visualizaciones imaginativas. Estos proporcionan los elementos clave del enfoque Waldorf.

#### **Aprender a través del ritmo y la repetición**

Si miramos hacia atrás en la historia, encontramos que antes del advenimiento de la lectura y la escritura, la gente aprendía y recordaba a través del ritmo. Cantaban canciones que acompañaban su trabajo, canciones que les ayudaban a aserrar madera o trabajar la fragua, marchar en formación o mecer a los bebés para dormir. El ritmo se experimenta en el lenguaje, particularmente en la poesía y el canto.

También se experimenta haciendo las cosas de la misma manera a la misma hora del día o de la semana, y celebrando las estaciones año tras año. El aprendizaje en ritmo desarrolla la memoria.

A menudo nos asombra la capacidad de los niños para memorizar escenas de una obra de teatro o un poema porque se enseñó haciendo hincapié en el ritmo que se relaciona con la respiración y los latidos del corazón del niño. Caminar con ritmo nos ayuda a recordar versos de poesía; aplaudir con ritmo nos ayuda a recordar canciones. En los comerciales, la información sobre los productos se incluye en una canción o jingle. Una vez que memorizamos algo con ritmo, se queda con nosotros y luego podemos pensar en ello.

### **Aprender a través de actividades artísticas**

Cada género artístico despierta un camino de vivencia del mundo de una manera diferente, involucrando el cuerpo y el alma. Desde los primeros tiempos de la historia, los seres humanos se han conectado con la naturaleza, entre sí y con los mundos superiores a través de cantos, cánticos, tambores, danza, pintando diseños en sus hogares y cuerpos, dando forma a sus edificios, formando sus vasijas, tejiendo telas, y grabando madera. Cada experiencia artística le da al niño una nueva perspectiva que conduce a la conexión y la comprensión.

Al participar en las artes visuales—pintar, dibujar, esculpir o modelar—el niño puede transformar un pensamiento usando materiales como lápiz, pintura o arcilla.

Al participar en las artes del tiempo: movimiento, canto, interpretación de instrumentos, danza, euritmia, poesía, cuento y teatro, el niño explora a través del cuerpo y la voz.

En las artes prácticas (artesanías y trabajos manuales) el niño transforma lana, algodón, tela y madera en algo práctico y hermoso. A los niños les encanta hacer cosas con las manos. Mediante la imitación, utilizando herramientas sencillas, se estimula al niño a comprender el trabajo. Una vez que los niños hacen algo, tienen una habilidad para la vida que integra una idea, medidas y un propósito. Uno de mis regalos favoritos fue el círculo plano tejido colgando de un palo “¿Qué es?”

Pregunté. Mi hijo adoptivo respondió: “Un calentador de manzanas”.

Matti Bergström, profesor y neurofisiólogo finlandés, dijo lo siguiente sobre la importancia del trabajo manual para los niños:

El cerebro descubre lo que exploran los dedos. La densidad de terminaciones nerviosas en la punta de nuestros dedos es enorme. Su discriminación es casi tan buena como la de nuestros ojos. Si no usamos nuestros dedos, si en la niñez y la juventud nos volvemos “dactilares ciegos”, esta rica red de nervios se empobrece, lo que representa una gran pérdida para el cerebro y frustra el desarrollo integral del individuo. Tal daño puede compararse con la ceguera misma. Quizás peor, mientras que una persona ciega simplemente no puede encontrar tal o cual objeto, el ciego con los dedos no puede entender su significado y valor interno. 114 Si descuidamos desarrollar y entrenar los dedos de nuestros hijos y la capacidad creativa de construcción de formas de los músculos de sus manos, entonces descuidamos desarrollar su comprensión de la unidad de las cosas; frustramos sus poderes estéticos y creativos. (Ikea, 1994, exposición de artesanía sueca, Nueva Jersey)

### **Aprendizaje a través de visualizaciones imaginativas**

Cuando los niños escuchan visualizaciones ricamente descritas, crean sus propias imágenes en su mente. Salen del momento presente y entran en sus mentes, donde pueden organizar sus pensamientos y hacer predicciones sobre lo que sucederá a continuación. Cuando un niño reflexiona sobre las historias, esto despierta la comprensión de la estructura y secuencia de las historias, así como la comprensión de que las palabras tienen significado. Porque la historia se cuenta sin imágenes concretas, visuales, el niño tiene que activar el pensamiento interior para considerar lo que está sucediendo, cómo se siente, hacia dónde se dirige.

Alexander Luria, “un neuropsicólogo de renombre fascinado por el funcionamiento de los cerebros en crecimiento, insistió en que el

lenguaje construye físicamente los centros de razonamiento superiores del cerebro. Afirmó que, sin el lenguaje, los humanos no habrían desarrollado un pensamiento abstracto y categórico”. (Healy citando a Luria en *Language and Cognition* [Lenguaje y cognición], Nueva York: Wiley, 1982)

El lenguaje, en el curso de la historia social, se convirtió en el instrumento decisivo que ayudó a los humanos a trascender los límites de la experiencia sensorial, asignar símbolos y formular ciertas generalizaciones y categorías. Cuando el niño nombra algo, diciendo, por ejemplo, “Eso es una máquina de vapor”, comienza a comprender que, en el movimiento de la máquina nombrada, el vapor juega un papel y que mueve otros objetos. Al dominar las palabras y usarlas, el niño *analiza y sintetiza* [cursiva de la autora] los fenómenos del mundo externo, usando no sólo sus experiencias personales, sino las experiencias de la humanidad. Clasifica los objetos, comienza a percibirlos de manera diferente y, con ello, a recordarlos de manera diferente. (Healy citando a Vocate, D. 115, *The Theory of A.R. Luria* [La teoría de A.R. Luria], Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1987, p. 29)

Desarrollando el pensamiento visual a través de la escucha, representando información gráficamente, o visualizándola, el ojo ayuda a los niños a experimentar, recordar y adquirir nuevos conocimientos. Ser capaz de ver patrones sienta las bases para comprender las matemáticas y la comprensión espacial. Imaginarse a uno mismo en diferentes escenas o como personaje histórico fortalece la resolución de problemas y fomenta una sensación de conexión interior con lo que se está viviendo. Todas las formas de trabajo artístico fortalecen esta capacidad de conectar lo aprendido con los sentimientos.

Los niños tienen diferentes fortalezas en el aprendizaje según sus experiencias sensoriales; algunos aprenden mejor escuchando, viendo, a través del tacto o de sus movimientos corporales, trabajando juntos o trabajando solos. Mientras más experiencias sensoriales vivan los niños, más capaces serán de conectarse con lo que están aprendiendo.

Este enfoque multisensorial propicia habilidades para la resolución de problemas, además de proporcionar una salida a la creatividad.

El lenguaje no es solo un medio de generalización; es al mismo tiempo la fuente del pensamiento. Cuando el niño domina el lenguaje, adquiere la potencialidad de organizar de nuevo sus percepciones, su memoria, domina formas más complejas de reflexión de los objetos en el mundo exterior; gana la capacidad de sacar conclusiones de sus observaciones, de hacer deducciones, la potencialidad del pensamiento. (Healy citando a Luria en *Educational Psychology in the USSR* [Psicología Educativa en la URSS], Stanford: Stanford University Press, 1968, p. 85)

Por ejemplo, aprender la geografía y la historia de California modelando los aspectos físicos del estado con arcilla, cera de abejas o papel maché, cantando canciones de los primeros colonos, pintando y dibujando escenas, interpretando personajes de los primeros habitantes de la historia de California, visitando Sutter's Fort y observando a los diferentes artesanos trabajar, usando una fragua para dar forma a un clavo, imaginándose como miembro del grupo Donner, etc. despierta pensamientos que los niños podrán recordar más fácilmente que si solo los leyeran.

Al escuchar y ver, los niños comienzan a diferenciar patrones en el lenguaje, en la lectura y en la gramática. Las imágenes complejas evocan sentimientos fuertes que hacen que sea más fácil recordarlas y pensar en lo que se está aprendiendo. Este también es un momento clave para aprender otros idiomas.

### *EL PENSAMIENTO Y EL NIÑO DE ESCUELA MEDIA*

Había sido un período equilibrado de pensamiento, sentimiento y voluntad en los grados cuarto y quinto, ahora los niños de once a doce años experimentan un nuevo brote cerebral que marca el comienzo de un período de inestabilidad. El cerebro y el cuerpo están creciendo

a un ritmo rápido y su equilibrio se pierde. Comienzan a separar sus pensamientos de sus sentimientos y voluntad, y se sienten molestos y frustrados. “¿Por qué las cosas ya no pueden funcionar? ¿Por qué dice el maestro que estaba hablando? No estaba hablando”. La impulsividad los propulsa y no logran percibir cuál es el problema. Sienten que están siendo señalados.

Alrededor de los once años, los niños piensan sobre sus acciones y se expresan verbalmente. Durante este tiempo se produce una mayor conectividad en las células cerebrales con cambios en el pensamiento. El mayor ritmo de crecimiento del cerebro ocurre alrededor de los once años después del crecimiento de los dos a los tres años. También ahora existe la mayor intensidad de actividad hormonal. Ahora se necesitan dos años para consolidarse antes del próximo gran brote. Se necesita paciencia.

“Dos veces en nuestras vidas el lóbulo temporal purga la información que considera innecesaria para poder dejar espacio para nueva información, aproximadamente a los dos y a los once años”. (Icard, p. 32)

Los niños de once años tienen un desafío similar al de los niños de dos años. Ambas edades están llegando a un entendimiento de un nuevo cuerpo, una nueva identidad, emociones, deseos y pensamientos intelectuales. Ambos están pasando por un crecimiento cerebral trascendental. Se están despertando abundantes oportunidades.

Esta alteración se conoce como mielinización. ¿Qué información se eliminará para dar cabida a nuevos conocimientos? Lo que menos se usa es lo primero en desaparecer. Si el joven deja de practicar una determinada habilidad, esa habilidad se podará y se eliminará para dejar espacio para otra. Por eso es tan importante que los niños de secundaria continúen practicando su instrumento musical u otra habilidad y no se rindan cuando tengan once años. Deben permanecer practicando hasta después de los trece años, aunque sería ideal continuar hasta los 15/16 años. Luego, si quieren parar, siempre existe la posibilidad de volver a retomarlo sin demasiada dificultad. Esto también es cierto respecto al aprendizaje de otro idioma.

“El cerebro está solo a la mitad de su desarrollo durante los años de la escuela media. El cerebro de la niña alcanza la madurez biológica completa a los 22 años; el cerebro de un niño a los 28”. (Icard, p. 24)

Esto significa que durante la adolescencia temprana, los estudiantes de secundaria no poseen la plena capacidad para pensar y actuar de manera responsable. Cuanto más recordemos lo que aprendemos, más recordaremos lo que se presentó. A los niños de la escuela secundaria se les debe recordar repetidamente que recuerden lo que se les dijo. Recordemos esto cuando nos frustramos con nuestros jóvenes.

Mi nieta ejemplificó la diferencia entre los once años y los quince de manera muy clara. Cuando Louisa tenía once años, adoraba su muñeca American Girl. Cuando le pregunté qué quería para Navidad, sacó el catálogo y señaló algunas prendas. Horrorizada por el precio, encontré dos juegos de ropa para su muñeca de otra empresa. Cuando la llamé para desearle una Feliz Navidad, le pregunté si había recibido los atuendos. Ella dijo: “Pero abuela, no estaban en el catálogo”. Cuando Louisa tenía quince años, visité a su familia. Le pregunté si recordaba esa experiencia. Ella se sintió avergonzada y dijo: “Oh, abuela, era tan estúpida en esa época. Gracias por enviarlos”.

### *CAMBIOS EN EL PENSAMIENTO*

Alrededor de los 12 a los 14 años, los estudiantes de secundaria comienzan a pasar de la vida de sentimientos de ensueño y respuestas rítmicas al pensamiento mental donde su conciencia se guiará por ideales. Todo lo que ha sucedido antes comienza a entenderse en conceptos lógicos. Empiezan a ver un propósito en lo que pasa a su alrededor y en sí mismos, al principio dentro de sus propios pensamientos y luego fuera en sus relaciones sociales. Continuarán usando el pensamiento lógico y se volverán más hábiles con él.

Una nueva capacidad de pensar cambia causalmente las relaciones de los niños con los demás. Pueden manipular palabras para ver qué efecto tendrán en los demás. Son capaces de identificar un punto débil en el adulto y discuten, desafían y retan las razones del adulto.



Pueden usar esta misma herramienta de pensamiento al practicar la objetividad con las leyes del mundo físico. En el estudio de la física (óptica, acústica, calor, electricidad y magnetismo) pueden establecer una hipótesis. ¿Qué sucede si miro el prisma desde arriba? ¿Desde abajo? ¿Qué pasa cuando lo hago repetidamente a lo largo de la semana? Comienzan a observar hechos consistentes. Esto los lleva a preguntarse por qué son así las cosas. Llegan a ver que hay orden en el mundo físico y pueden comenzar a hacer predicciones. Están usando su percepción y su objetividad. No se trata de adivinar la respuesta correcta, sino de confiar en sus observaciones. Emerge una sensación de seguridad y confianza al saber que se puede contar con las leyes físicas.

Un tipo de pensamiento similar se utiliza en las clases de humanidades. Si están estudiando la subida y caída del Imperio Romano, pueden comenzar a comprender que, si un país se vuelve demasiado grande y tiene que depender de los esclavos, la gente se vuelve cómoda y decadente, y esto los debilita y les hace vulnerables a ser conquistados por un enemigo. Los estudiantes pueden considerar preguntas del tipo “qué pasaría si”. ¿Qué hubiera pasado si César no hubiera cruzado el Rubicón? Empiezan a pensar de forma abstracta, pero si se sienten estresados, fácilmente pierden el hilo y tienen dificultades para responder la pregunta. Luego retoman el hilo del pensamiento concreto.

A los estudiantes de secundaria les gusta dominar las cosas: coleccionar tarjetas de béisbol, comerciar entre ellos, coleccionar sellos, llevar estadísticas de su equipo favorito. Esta actividad se siente bien porque se sienten competitivos, y así no tienen que responder preguntas de pensamiento complejo, sino respuestas simples de quién, qué, dónde y cuándo.

Sus corazones se abren y aceptan al mundo. Quieren mejorar las cosas, pero eso es muy difícil. Tienen muchas ideas, pero algunas son irracionales. Dos madres de alumnos de sexto grado negaban con la cabeza mientras compartían conmigo lo siguiente:

James (un alumno de sexto grado, le dijo a su madre): Quiero trabajar en United Airlines cuando sea mayor.

Madre: ¿Por qué no Southwest? ¿Por qué quieres trabajar para United?

James: Porque tienen clases.

Madre: ¿De qué tipo?

James: Ya sabes, primera y segunda clase.

O el estudiante de sexto grado Ronald dijo: Cuando sea mayor quiero trabajar en un cubículo. Le gustaba visitar a su madre en el trabajo. Iba de cubículo en cubículo, charlando con la gente. Eso le pareció una forma interesante de trabajar.

El alumno de sexto grado está tratando de darle sentido al mundo con información limitada. Hay tanto ruido dentro de su mente que responde a cualquier cosa que capte su atención. Está tratando de resolverlo. Pensará en las personas cercanas a él, así como en las figuras populares, y elegirá sus propios modelos a seguir.

Este es un momento clave para asistirlos a prepararse para la función ejecutiva ayudándolos a planificar las cosas, identificar los obstáculos, resolver problemas y controlar sus impulsos. Aunque la función ejecutiva no estará completamente madura hasta la edad adulta, este es un momento clave para trabajar en ella. Debido a que los niños de la escuela secundaria tienden a procesar las cosas emocionalmente, este tipo de planificación les ayuda a enfriar las emociones. Tienen dificultades para hacer esto por sí mismos, pero con la ayuda de un adulto, pueden evaluar situaciones sin ser impulsivos. Sin esta ayuda, es posible que prefieran tomar riesgos y desafíos temerarios.

Con este cambio de pensamiento, pueden comenzar a ver posibilidades en el futuro. Esto es solo en la etapa inicial, pero hasta que la función ejecutiva madure, no serán capaces de ver las consecuencias de un comportamiento particular.

Además de sus habilidades académicas, mejorarán sus habilidades para la toma de decisiones en su día a día, comenzarán a

fortalecer su conciencia diferenciando el bien del mal y anticipando las consecuencias de las diferentes opciones.

### *CAMBIOS EN EL USO DEL LENGUAJE*

El período anterior a los doce años es un período de crecimiento en los centros del lenguaje del cerebro. Este es el período crítico para aprender idiomas y comenzar a comprender metáforas. Por ejemplo, ¿qué es un modismo? Está lloviendo a cántaros. Sabemos que el significado no es literal, entonces, ¿qué significa? También pueden comenzar a detectar el sarcasmo y sentirse empoderados manipulando palabras.

El lenguaje es una nueva herramienta que puede usarse para bien o para mal. Los estudiantes de sexto grado adquieren una sensación de poder derivado de las palabras que eligen. Sin embargo, no tienen la madurez emocional para asumir la responsabilidad de lo que dicen. Los adultos deben guiarlos siendo muy directos.

Trabajar con gramática, sintaxis y estructura le permite al joven y a la joven, ir más allá del mundo físico hacia la mente, donde la causa y el efecto gobiernan. Construir vocabulario, rastrear raíces griegas o latinas de palabras, sinónimos y antónimos, y usar el lenguaje para comparar y contrastar, elevan el nivel de pensamiento. Esto requiere tiempo y práctica.

En los ejercicios de escritura, experimentan con la voz activa y pasiva. Pueden escribir cartas en las que preguntan objetivamente sobre un producto, agradecen a una empresa por enviar el producto o explican por qué un producto no funciona. Este tipo de ejercicios les ayuda a expresarse de forma adecuada. Pueden expresar una opinión y respaldarla con hechos. Otra forma de ayudarlos con la objetividad en la escritura es la autoedición o la edición en pareja.

Empiezan a separar la realidad de la ficción a medida que aprenden sobre diferentes géneros de literatura. Cuando investigan, aprenden a evaluar la credibilidad de varios libros y fuentes de información de Internet.

A medida que pasan al octavo grado, su capacidad de atención aumenta. Pueden concentrarse y permanecer más tiempo en un problema. Cuando elijan sus propios modelos a seguir, imitarán su comportamiento. La calidad del modelo afectará la forma en que los jóvenes adolescentes controlen sus impulsos y gobiernen su comportamiento. Depende de la calidad del entrenador, el profesor, el vecino líder de la infancia, estrella del deporte o ícono de Hollywood, ya sea que sean capaces de ejercer autodisciplina o que emulen un comportamiento antisocial. Debido a que su pensamiento está en plena reforma, su toma de decisiones es débil, luchan por controlar los impulsos y están tratando de pensar críticamente. Pero todo esto es parte de una mezcla y, a pesar de que los estudiantes de secundaria son inteligentes y respetuosos, no lo tienen todo averiguado. Están en proceso de reconstrucción.

### *EXPERIENCIAS ARTÍSTICAS Y PRÁCTICAS*

Las áreas de comprensión de las relaciones espaciales han alcanzado su pico de crecimiento a los trece años. El dibujo geométrico, el movimiento en el espacio, la construcción de modelos tridimensionales, se pueden aprender más fácilmente durante este tiempo.

Durante una clase de geología, estábamos estudiando volcanes. Antes habíamos hecho dibujos geométricos, un gran favorito de los estudiantes de sexto grado. Esculpimos un volcán en papel maché, insertamos una lata de hielo seco y tinta en el centro y observamos cómo las burbujas emergían del centro como una erupción volcánica. Un grito de asombro recorrió la clase, “Mira, las burbujas son todas hexagonales”. Este es un ejemplo de cómo el arte y la ciencia se apoyan mutuamente.

La pintura y la escultura fortalecen el sentido del color y las relaciones espaciales. Pueden captar una idea y empezar a ponerla en práctica. Cada vez manejan mejor los materiales, sienten una sensación de logro.

Aprenden a usar herramientas con seguridad y habilidad. Al utilizar cinceles, escofinas, limas y papel de lija, aprenden a ir con la veta y a no partir la madera. Encuentran ramas y comienzan a tallarlas. En el tallado, hay que guiar la herramienta con la presión y la dirección adecuadas. Si han tejido de más pequeños, este es un buen momento para el desafío de un patrón complicado que requiere más concentración que nunca.

Muchas escuelas están disminuyendo o eliminando las actividades artísticas y prácticas. Bajo la presión de concentrarse en las calificaciones y resultados, estas materias desaparecen. Esta es una gran pérdida para el aprendizaje, el sentido de alegría y el empoderamiento de un niño.

Durante más de diez años desarrollé un programa para delinquentes juveniles en una escuela comunitaria y en un centro de detención de menores. Estos jóvenes eran los alborotadores o los que silenciosamente se sentaban sin interesarse, al fondo del aula. Las artes eran una parte central del plan de estudios.

Un niño describió cómo se recitaba a sí mismo el poema de Robert Frost mientras montaba en bicicleta en lugar de lanzarle piedras a las ardillas. A otros les encantaba tocar instrumentos musicales en lugar de armar relajo. Antes, por lo general se perdían en la fiesta y el caos el viernes por la tarde, después de la escuela, ahora empezaron a armar festivales de música y aplaudir los logros de los demás. Ilustraban sus páginas de cuaderno, pintaban y dibujaban, disfrutando de materiales de buena calidad que antes les habían negado. Muchos de ellos tenían un talento que se habría podido expresar principalmente a través del graffiti, pero ahora tenían múltiples opciones para expresarse.

Frank Wilson, neurólogo y cirujano de manos, investigó el uso de la mano en la evolución humana. Mostró que tener la oportunidad de manipular objetos conduce a la adquisición de habilidades cognitivas y del lenguaje. El movimiento relacionado con la música despierta tanto las habilidades cognitivas como las emociones. Habló de cómo el malabarismo es un buen uso de las manos porque no solo es una

habilidad, sino que tiene un elemento emocional en la forma de predecir dónde debe estar tu mano para atrapar la pelota. “Cualquier cosa que puedas hacer con tus manos te da un mundo pequeño con el que realmente puedes encontrarte, a diferencia del mundo grande, donde quizás no puedas”. (Wilson, p. 219)

Cuando yo enseñaba sexto grado, cortamos figuras geométricas de madera de balsa. Al mismo tiempo, estudiamos el sonido y la sordera, la vista y la ceguera. Después de conversar con los niños, decidimos visitar el Easter Seals Center y ayudar a los niños ciegos a cortar diseños de madera con sierras de mano, los estudiantes de sexto grado compartieron su habilidad con otros, conectando el aprendizaje intelectual sobre física con un gesto social. El trabajo artesanal suele ser multidisciplinario. El uso de las matemáticas y la medición, la estética, la utilidad práctica, la exploración de artefactos históricos, etc., ayudan a los niños a comprender y aprender.

Gracias a los complejos cambios que experimentan los estudiantes de secundaria desde los once hasta los catorce años, su sentido de identidad se ve afectado. En la primera etapa, responden a cada situación como definitiva. No pueden pensar en el futuro ni tener una visión general. Solo pueden tomar cada situación concreta como la totalidad de lo que son. Ser capaces de pensar más allá llega más tarde en la adolescencia cuando pueden reflexionar sobre sí mismos. En la segunda etapa, comienzan a reconocer diferentes aspectos de sí mismos y se definen de manera diferente. “Soy un estudiante con dificultades. Me gusta ir a patinar. No me gustan los espárragos. No me gusta ir a la casa de mi abuela”. En la tercera etapa, comienzan a comprender que son más complejos, incorporan aspectos variados, luchan con algunas cosas, logran con otras. No son de una forma u otra. Mientras sean consistentes, comienzan a ver sus fortalezas y áreas de debilidad sin sentirse devastados. Por ejemplo, “Estoy luchando con la ortografía, pero me esfuerzo. Algunas cosas son más difíciles que otras”. Van más allá de la identidad estrecha como, “Seré un jugador de béisbol porque he estado jugando a las Pequeñas Ligas desde que tenía siete años”.

Los primeros catorce años son la preparación para el período de la adolescencia media (15-17). El crecimiento prefrontal permite a los niños ir más allá de los límites y restricciones del sistema neuronal anterior. Durante este tiempo, el adolescente ha logrado grandes avances en el pensamiento crítico, el control de los impulsos y la moderación del comportamiento social. Con esto concluye la primera etapa del desarrollo prefrontal. Todas las partes del cerebro distintas del prefrontal se mielinizan o estabilizan, haciendo permanente lo logrado hasta ese momento. El resto del cerebro ha madurado.

Ahora viene el evento más significativo que señala una segunda fase de desarrollo—el brote de crecimiento secundario del lóbulo prefrontal—de los quince a los dieciocho años, lo que se conoce como adolescencia media.

Gracias a la corteza prefrontal, ahora pueden incorporar sus instintos y transformarlos. El adolescente está desarrollando una función ejecutiva y gracias a la práctica está comenzando a tomar decisiones cuidadosas, reflexivas e informadas. Tienden a acelerar su pensamiento y tenemos que ayudarlos a bajar la velocidad y considerar lo que están diciendo o haciendo. Pero hay que saber que esta es una nueva etapa y que tardará hasta la década de los veinte años en estabilizarse.

En su charla TED, “Autorregulación en las escuelas” (2015), Daniel Siegel habla de la necesidad de diferenciar entre el cerebro y la mente. Las tres R son reflexión, relaciones y resiliencia. Estos son los tipos de cosas que podemos hacer gracias a nuestra conciencia mental, que nos ayudan a regularnos y comunicarnos. Él llama la Reflexión “tiempo conectado”. La corteza prefrontal se conecta a todas las partes del cerebro, capta lo que está sucediendo en el cuerpo, en la corteza, y vincula todo. Esta es la integración.

Es durante estos años que el adolescente se dirige al mundo exterior para descubrir cómo funciona, y luego al mundo interior luchando por alcanzar la verdad, desarrollando un juicio independiente. Es en la última fase, de los dieciocho a los veintiún años, cuando podemos ser más autodirigidos, más analíticos y más conscientes de nosotros mismos. Queda por ver si eso sucede realmente en cada caso.

## CAPÍTULO 10

# Dentro de la escuela

### *DESARROLLANDO LA IDENTIDAD*

Cada niño expresa su individualidad por medio de su tipo de cuerpo, temperamento e intereses. En la vida cotidiana, los padres reconocen cuán diferente es cada niño en la familia, cómo cada uno responde a los padres y abuelos, cómo cada uno se conecta con la naturaleza, especialmente con sus mascotas, y cómo cada uno enfrenta el desafío y la decepción. En el aula, los maestros también se preocupan por las individualidades de los niños a los que enseñan. Mediante la observación cuidadosa y el aprendizaje de los temperamentos infantiles, los maestros aprecian la singularidad de cada niño y se esfuerzan por reconocerlo y apoyarlo.

Los niños no suelen ser conscientes de su propia identidad en el aula. Son mucho más conscientes de cómo se sienten, quién es amable y simpático, quién es molesto, quién los excluye de actividades, quién intenta ser el primero. A medida que comienzan a experimentarse a sí mismos individualmente, comienzan a ver y valorar las diferencias.

Cuando llegan a la escuela secundaria, los niños se están volviendo conscientes de esta dinámica en el aula, tratando de averiguar su relación con el grupo y cuáles son sus propios valores y opiniones. Al escuchar a sus compañeros, consideran ideas que no habrían pensado por sí mismos, como puede ser hacer un papel en una obra de teatro, participar en algún deporte después de la escuela o ofrecerse como voluntario para hacer una presentación en clase. Cada decisión puede generar ansiedad, pero con el estímulo de un adulto, también puede propiciar valor y perseverancia. La interacción social es una de las



principales influencias en la formación de la identidad a medida que los niños en edad escolar media se vuelven conscientes de sí mismos como individuos.

Por ejemplo, los estudiantes de secundaria pueden experimentar la presión del grupo de ser populares al comportarse de una manera contraria a la que les resulta cómodo. Si quieren agradar, es posible que tengan que actuar en contra de sus propios valores. Trabajar para convertirse en un individuo requiere que los estudiantes de secundaria reflexionen sobre sus acciones. Tienen que estar fuera y dentro de sí mismos al mismo tiempo. Esto es muy desafiante para los niños de once o doce años. Los maestros pueden ayudarlos en este proceso organizando espacios de discusión en clase, a veces con todo el grupo, otras veces con ciertos compañeros.

Pueden obtener información discutiendo sobre los personajes en un libro. ¿Qué tipo de elecciones hace el personaje? ¿Son elecciones sabias? ¿Qué más podría haber hecho? Es más fácil para los estudiantes de secundaria discutir objetivamente sobre un personaje en un libro que enfocarse en ellos mismos. Todavía son muy frágiles y están en proceso de crecimiento y desarrollo.

Se pueden hacer ejercicios de escritura en clase donde los estudiantes de secundaria describan sus intereses y qué más les gustaría aprender.

Los estudiantes de secundaria necesitan sentirse respetados en su individualidad. Están tratando de moldear su identidad dentro de su familia, dentro de su clase o escuela y dentro de otros grupos. Las relaciones dentro de la comunidad de la clase, la comunidad escolar y la comunidad del vecindario les ayudan a establecer su identidad y también a ayudar a los demás.

Parte del proceso de convertirse en un individuo durante los años de secundaria es la calidad errática de su comportamiento. Un día son audaces, otro día tímidos; un día quieren ser diferentes, otro día simplemente quieren encajar. Cada una de éstas es una experiencia concreta e individual que con el tiempo se transforma en un sentido general de “quién soy”.

En el octavo grado, los estudiantes de secundaria comienzan a definirse a sí mismos. “Soy un nerd de la ciencia”, “Soy una atleta”, “Soy un músico” o “Soy una escaladora”. Con el tiempo, vemos que estas identidades cambian a medida que surgen nuevos intereses y los estudiantes de secundaria amplían su sentido de sí mismos. A este respecto, es importante que los adultos no limiten la percepción del niño en la escuela secundaria, sino que mantengan abiertas las posibilidades de poder desarrollar una mayor conciencia de sí mismos.

### *RELACIONES CON LOS PROFESORES*

Los profesores se convierten en figuras de ayuda clave en la relación con los alumnos de la escuela secundaria, y es importante no traicionar esa confianza. ¿El alumno se siente visto, escuchado, valorado? Los estudiantes de secundaria quieren que sus maestros los respeten y reconozcan que ya no son niños. Quieren ser tratados seriamente y que se interesen en sus pensamientos y sentimientos.

A medida que los estudiantes llegan a los últimos años de la escuela secundaria, es útil tener otros maestros además de los que han tenido durante mucho tiempo. Están interesados en quiénes son los maestros, cuán diferente enseñan y si el maestro les responde bien. Aprecian a los profesores que tienen entusiasmo por su materia y que encuentran formas de involucrar a los estudiantes en su exploración. A los estudiantes de secundaria les encanta trabajar juntos en equipos y, con las instrucciones y la orientación claras del maestro, pueden entrar en materia y progresar.

He escuchado a maestros decir que les resulta difícil inspirar académicamente a los estudiantes de secundaria porque son muy emocionales y obstinados. Este puede ser un punto de vista innecesariamente limitado. Los estudiantes de secundaria están abiertos al mundo, interesados en todo lo que sucede a su alrededor, pero necesitan maestros que modelen el interés y que comprendan cómo aprenden sus alumnos. Necesitan que sus profesores sean firmes, pero cariñosos, además de divertidos o serios en los momentos

oportunos. Necesitan que sus maestros sean creativos, imaginativos y estén siempre listos para una broma.

Una vez que un maestro se vuelve (o parece volverse) castigador, los niños de secundaria etiquetan al maestro como “malo” y les resulta difícil relacionarse con él o ella. Las emociones afectan sus percepciones. Seguirán haciendo los trabajos para el maestro, pero quizá debido al miedo y la presión. Tales sentimientos les impiden participar de manera óptima en su proceso de aprendizaje.

No siempre es fácil para los maestros permanecer cálidos y graciosos, ya que los estudiantes de secundaria pueden ser groseros como parte de su proceso de desarrollo. Estos jóvenes necesitan ser corregidos y guiados al mismo tiempo. Es útil discutir cualquier problema con un estudiante al día siguiente cuando las cosas se hayan calmado para que pueda reflexionar sobre la situación, lo que dijo o hizo y cómo la respuesta podría haber sido diferente.

Hay maestros que han estado con su clase desde los primeros grados hasta el quinto, sexto o séptimo grado, y se han puesto en contacto conmigo y me preguntan nerviosamente: “¿Qué pasó? En quinto grado yo seguía siendo la autoridad, pero ahora en sexto grado, son una tribu que se unen poderosamente contra mí. Su energía es intimidante”. Si los maestros pueden alimentarse de sus recursos internos de humor y paciencia, y desarrollar una perspectiva más amplia, descubrirán que vivir el sexto grado puede llevarlos sin problemas a los grados séptimo y octavo; no es fácil, pero se puede aprender a remontar las olas en lugar de ser golpeados por ellas.

Enseñar a estudiantes de secundaria no es la fortaleza de todos los maestros. El profesor tiene que saber cuándo tomarse las cosas personalmente y cuándo ignorar el comportamiento. Es un arte que los maestros exitosos demuestran de manera muy efectiva. Es esencial que los maestros reconozcan que debido a que los niños de secundaria están observando todo lo que hace el maestro, su actitud y entusiasmo pueden cambiar la vida de un joven. Los estudiantes de secundaria observan los gestos y la voz de sus maestros, sienten una conexión

positiva con ellos o se sienten rechazados por ellos. Son hipersensibles a la respuesta del maestro. Debido a que sienten que todo gira en torno a ellos, interpretan las acciones de su maestro como dirigidas específicamente a ellos.

En la escuela secundaria, mi familia se mudó a Hollywood, Florida, una pequeña ciudad donde los maestros y los estudiantes a menudo viven en el mismo vecindario. Durante el octavo grado, tuve dos experiencias que fueron memorables en mi relación con mis maestros.

Un día estaba caminando por la orilla de la carretera en mi vecindario. Mi profesora de física se detuvo y ofreció llevarme. Su esposo conducía y ella estaba en el asiento del pasajero. Me senté detrás de él. En dado momento, puso su brazo alrededor del hombro de su esposa y con ternura torció un rizo de su cabello. Me enfurecí. Pensé. “Ella es mi maestra. Quitála las manos de encima”. ¿Tenía sentido? Por supuesto que no, pero ilustra el ejemplo del sentido de fábula personal del estudiante de secundaria. Todo se trata de mí.

Durante ese año, perdí mi libro de texto de álgebra y no tenía dinero para comprar uno nuevo. Mi maestra de matemáticas me ofreció la oportunidad de hacer una hora de trabajo en su jardín y, a cambio, me reemplazaría el libro. Estaba feliz de hacer eso y desde entonces seguí agradecido con ella y sentí que los maestros podían ser mis amigos.

Estábamos enamorados de nuestros profesores, hombres y mujeres. Nos encantaba hablar de ellos en nuestros pequeños grupos. Analizamos cada detalle de sus respuestas y anhelamos tener conexiones con ellos.

En las escuelas pequeñas hay muchas oportunidades para que los estudiantes se conecten con los maestros, no solo en clase, sino también en excursiones. Esto es especialmente cierto en los viajes de campamento. Todos se experimentan mutuamente de nuevas maneras fuera del aula estructurada, en caminatas, durmiendo al aire libre sobre lonas, cocinando y lavando platos.

Es alentador ver a una maestra caminando por el patio de la escuela conversando con un estudiante de secundaria, no porque haya algún problema, sino por simple interés sincero. Cuanto más los estudiantes se sientan reconocidos y afirmados por sus profesores, mejor aprenden y mejor maduran.

### *RELACIONES CON COMPAÑEROS DE CLASE*

Las relaciones en el aula son clave en el desarrollo de los alumnos de secundaria. Recordemos que ocho horas al día en la escuela, cinco días de la semana es más tiempo del que los estudiantes de secundaria pasan despiertos en casa. Lo que sucede entre ellos ofrece posibilidades de calidez, frustración, cooperación, malentendidos y nuevos reflejos de sí mismos. Es el verdadero laboratorio de desarrollo emocional de la escuela secundaria, y lo que sucede allí tiene efectos en la autoestima de los jóvenes durante décadas.

Algunos maestros tienen un buzón en cual los estudiantes pueden escribir una nota al maestro, donde tal vez hayan visto o experimentado acoso, señalando algo positivo que un compañero ha hecho o mencionando un conflicto entre compañeros. El maestro puede usar estos mensajes para hablar juntos en el aula. Sentirse seguros en el aula ayuda a los niños de secundaria a expresar sus preocupaciones y sentirse vistos. El reconocimiento también es un resultado positivo de este enfoque de preguntas y discusión.

El aula presenta un drama diario desde el momento en que los estudiantes entran a clase hasta que se van a casa. Se evalúan mutuamente, hacen juicios internos sobre lo que ven, quién usa qué, quién va a dónde y cómo eso les afecta.

La escena social brinda oportunidades para hacer y perder amistades, para divertirse, para trabajar en equipo, para aprender juntos, para poner a prueba los límites tanto personales como en grupo. La escena social es aterradora para algunos niños que no saben qué hacer o cómo comportarse. Incluso aquellos que no están aterrorizados, están nerviosos. “¿Encajaré yo?” “¿Me gustarán?” “¿Seré elegido?” No

hay ningún momento en nuestras vidas en el que seamos tan frágiles emocionalmente como en la escuela secundaria.

Los nuevos estudiantes tienen el desafío de encontrar una manera de conectarse dentro de un grupo que ha estado junto durante muchos años. Esta no es una tarea fácil. Querer pertenecer es una necesidad principal para los estudiantes de secundaria, y abrirse camino en un nuevo grupo es un gran desafío. El profesor puede ayudar a apoyar la integración de nuevos estudiantes.

Cuando me mudé a una nueva escuela en séptimo grado, me hice amiga de una chica muy tímida. Yo no tenía muchos amigos y ella se acercó a mí. Nos reuníamos en nuestras casas, inventamos juegos, creamos clubes de fantasía y disfrutamos de estar juntas. Eso continuó durante todo el año, pero como me uní a Girl Scouts, también tuve otras amigas. Cuando nos mudamos al bachiller (octavo-duodécimo grado), nuestra amistad de séptimo grado no continuó. No sucedió nada en particular, simplemente pasamos a otras relaciones. El nuevo grupo con el que me conecté se convirtió en el centro de mi vida social y académica de octavo a undécimo grado hasta que me mudé para terminar la escuela en Nueva York. Sesenta y tres años después, todavía soy muy amiga de uno de esos estudiantes de octavo grado. Entrar y salir de amistades es parte de la experiencia de la escuela secundaria.

Ciertos estudiantes de secundaria asumen el papel de saludar a los nuevos estudiantes, siendo de gran ayuda al mostrarles el lugar. Debido a que los nuevos estudiantes tienden a sentirse solos y aún no tienen amistades sólidas en la clase, tratan de conocer a nuevos compañeros de clase, con la esperanza de que se conviertan en amistades sólidas. Sin embargo, a menudo la amistad no dura, ya que el nuevo estudiante comienza a conocer a otros estudiantes y, con el tiempo, encuentra almas gemelas. Hay excepciones en las que estas nuevas conexiones se convierten en amigos verdaderos, cada uno muy feliz de haber encontrado al otro.

## *CURRÍCULO: PASANDO DEL PENSAMIENTO CONCRETO AL ABSTRACTO*

La elección de materias puede aumentar la preparación de los estudiantes de secundaria para la mente civilizadora. Los estudiantes de sexto grado adquieren un sentido de confianza al usar su pensamiento para comprender la causa y el efecto en la ciencia. El pensamiento se convierte en una herramienta que pueden utilizar conscientemente a medida que se transforman en los próximos años. En séptimo grado, su pensamiento se expande y comienzan a verse a sí mismos de una manera nueva. Al estudiar las grandes figuras del Renacimiento, pueden imaginar que cada persona tiene muchas posibilidades diferentes. Este sentimiento cultiva la imaginación de lo que pueden llegar a sus vidas. En octavo grado, están listos para enfocarse en la vida contemporánea: historia actual, avances en ciencia y tecnología, matemáticas, geografía, vida política y social. De esta forma, se convierten en ciudadanos de su país y de su tiempo. Si el maestro comprende que el plan de estudios es un camino hacia el autodesarrollo, el viaje a través de los años de la escuela secundaria puede ser un encuentro profundamente poderoso entre el maestro y los estudiantes. Experimenté esta transformación de tres años una y otra vez en mi carrera docente y cada vez expresé mi gratitud a Rudolf Steiner por su brillante visión.

En esta etapa particular de desarrollo, los estudiantes de secundaria se involucran más a menudo con sus materias escolares cuando están ligadas al mundo real: máquinas reales, equipos reales, personas reales de diferentes países, niños reales que tienen necesidades especiales a quienes pueden ayudar. Cuando las escuelas ofrecen experiencias con el mundo real a través de metodologías que involucran sus sentidos, los estudiantes de secundaria prosperan.

Sus sentimientos se enriquecen ya que están asombrados por el poder de una máquina, sienten ternura al ayudar a los niños más pequeños en el patio de recreo, sienten una sensación de logro al tejer en un telar real, disfrutan trabajando en el jardín cultivando hortalizas reales que serán cosechadas y vendidas en el mercado de la escuela, les

gusta probarse un sombrero o una prenda de un visitante de África, América Latina o Asia. Su pensamiento se profundiza si tras estas experiencias el maestro propicia una reflexión tranquila, discusiones de resolución de problemas y líneas de investigación. Los estudiantes de secundaria quieren conocer el mundo real, no ejercicios falsos o kits con partes ya preparadas.

A los estudiantes de secundaria les gusta recopilar cosas o hechos, recitar las capitales de todos los estados, memorizar los principales ríos de África, discutir las estadísticas de los jugadores de béisbol, coleccionar tarjetas, los bichos y cualquier otra cosa que despierte su interés. Mientras que el pensamiento en blanco y negro de los estudiantes de sexto grado da como resultado respuestas concretas, los estudiantes de séptimo y octavo grado van más allá del pensamiento concreto hacia problemas más amplios que requieren abstracción. Por ejemplo, habiendo aprendido las capitales, podrían discutir por qué las capitales no siempre son la ciudad más grande del país. Esto requiere que consideren diferentes razones, las evalúen y lleguen a una nueva idea.

Los experimentos científicos son oportunidades para que los estudiantes de secundaria participen, desarrollen un método científico y formen sus propias conclusiones. Por ejemplo, al estudiar astronomía, toman conciencia del cielo nocturno, siguiendo la luna y las constelaciones. Aunque pueden averiguar mucho en Internet, es una experiencia completamente diferente observar noche tras noche, rastrear el movimiento y llegar a sus propias conclusiones. Fuimos de campamento cuando yo era maestra de séptimo grado, durante nuestro bloque de estudio de astronomía. Despertaba a mis alumnos cada hora para que pudieran dibujar las estrellas moviéndose alrededor de la Estrella Polar. En una noche, estos cambios reflejan lo que está sucediendo a lo largo de un año. A pesar de su disgusto por que los despertara, aprendieron de la experiencia directa que siempre es más fácil de recordar.

La física ofrece muchas oportunidades para construir, trabajar con máquinas, aprender acerca de las ventajas mecánicas y convertirse



en observadores objetivos. La integración de la ciencia con los estudios sociales y las artes ofrece una experiencia multisensorial en la que los estudiantes se benefician de diferentes perspectivas.

En una clase de sexto grado, el estudio de la óptica abarcaba aprender sobre la ceguera, practicar Braille y escuchar a los visitantes describir los cambios en la vida de las personas ciegas. Leer la biografía de Helen Keller y representar escenas de su vida, fomentó empatía con sus dificultades. De manera similar, el estudio de la acústica podría abarcar el aprender cómo las personas enfrentan la sordera.

En una clase de matemáticas de sexto grado, los estudiantes desarrollaron un proyecto de recaudación de fondos. Planearon vender camisetas para recaudar dinero para su viaje de fin de curso y también para donar un porcentaje a una organización benéfica. Diseñaron la camiseta, encargaron las camisetas, serigrafiaron el diseño, calcularon los costos y el precio de venta, dividieron la clase en equipos, vendieron las camisetas, etc. Este proyecto les ofreció oportunidades para pensar en cada etapa del proyecto, trabajar juntos en equipos, perfeccionar sus habilidades matemáticas comerciales y considerar qué organización benéfica apoyarían y por qué. Hubo ocasiones en que tuvieron que decidir qué hacer si un miembro de la clase no estaba cumpliendo con su tarea. Un proyecto como este necesita que el maestro mantenga un equilibrio entre hacer que los estudiantes aprendan de sus decisiones (y errores) y resolver problemas por ellos.

Uno de los momentos más divertidos fue en mecánica de séptimo grado. El maestro había sujetado una polea al techo y los estudiantes se estaban subiendo unos a otros y descubriendo las ventajas mecánicas. Una de esas veces levantaron al maestro hasta muy cerca del techo. Con encantadores gritos dijeron: “Adiós Sr. X. Vamos a tomar un descanso”.

En otra situación, los estudiantes se estaban subiendo unos a otros a las ramas de un árbol grande y luego le rogaron a su maestro que se dejara levantar también. Una vez que estuvo arriba, riendo le dijeron que no podían bajarlo. Sin embargo, sintieron pena por él y le subieron algunos bocadillos. Después de un rato, lo ayudaron a bajar, alegres por su buena onda. La actitud positiva del maestro contribuyó en gran

medida a que los estudiantes confiaran en él y disfrutaran aprendiendo. Son estas experiencias de calidez y humor las que pueden mantener a los estudiantes de secundaria involucrados en sus estudios.

El séptimo y octavo grado son oportunidades para estudiar fisiología, a medida que los estudiantes se familiarizan con sus cuerpos y problemas de salud. Es importante ser objetivo y, al mismo tiempo, no tratar el cuerpo como una máquina. Los estudiantes de esta edad necesitan información para poder tomar decisiones sobre cómo tratar su propio cuerpo y el de los demás con respeto. Los estudiantes de secundaria tienen muchas ideas falsas sobre cómo funciona su cuerpo y se sienten empoderados cuando las entienden correctamente. Aprender sobre el cerebro y sus funciones también establece un trasfondo de cómo proteger sus mentes de los efectos de las adicciones de muchos tipos, incluso de los teléfonos celulares.

Los problemas de salud son formas importantes de conectar a los estudiantes de secundaria con el mundo que los rodea. Aprenden sobre los alimentos que comen, qué constituye una dieta saludable, cómo se cultivan y distribuyen los alimentos y qué se incluye en las etiquetas de los alimentos envasados. Llevar un diario de lo que comen es información concreta. Comprender los efectos de los conservantes, los OGM, etc., los lleva a un pensamiento más abstracto a medida que deciden qué cambios pueden hacer en sus hábitos diarios. Los problemas de salud también incluyen el tabaquismo, el alcohol y las drogas. Este estudio también podría abarcar temas de relaciones personales y de sexualidad.

Decidir la profundidad de detalle a estudiar depende de la actitud de la escuela y de los maestros, padres y estudiantes. Algunos dirán que estas clases tendrían que enseñarse en sexto grado, tal vez incluso en quinto grado. En algunas escuelas, estas clases serían impartidas por el maestro como parte de la materia de biología, en otras las podría dar un maestro especialista que se enfoca en habilidades sociales y emocionales, o podrían hacerse unas sesiones de preguntas y respuestas con un maestro y alumnos, y una maestra y alumnas. La *campaña para prevenir el embarazo en adolescentes*, ahora llamada *Poder para decidir*,

tiene todo tipo de información útil disponible para el salón de clases.

Éste también es el momento para enseñarles a los estudiantes de séptimo y octavo grado los problemas de ser consumidor. Aprender a convertirse en observadores críticos de todo lo que introducen en sus cuerpos, sentimientos y mentes les da poder. La educación del consumidor incluiría el papel de la publicidad, el poder de las imágenes y el conocimiento para guiar su toma de decisiones sobre cómo gastar su dinero. Las discusiones sobre el efecto de los comerciales, la propaganda y el poder adquisitivo ayudan a guiarlos en este momento en que se ven afectados por el marketing.

En octavo grado, mientras estudian la revolución industrial en la historia, pueden pasar a la revolución electrónica y todos los cambios que se produjeron con el desarrollo de la computadora. Aprender a construir una computadora simple le quita la mística y les ayuda a comprender lo que hay detrás.

Los estudiantes de secundaria necesitan trabajar en su escritura, desarrollando sus pensamientos para que sean claros y secuenciales. Cuando fortalecen sus habilidades de escritura, descubren que tienen una voz con la que pueden compartir su perspectiva. Varios estilos de escritura abren ventanas a oportunidades de comunicación. Leer diferentes formas de literatura, escribir informes, compartir pensamientos sobre libros, escribir nuevos finales, escribir reseñas de libros, todo esto fortalece sus habilidades de escritura y lectura.

Basándose en un libro que están leyendo, pueden hablar desde la perspectiva de un personaje, descubriendo la diferencia entre la narrativa en primera persona o la visión más objetiva en tercera persona. Escribir poesía ofrece la oportunidad de traer imaginación a sus pensamientos y permite que surjan sentimientos sobre temas que generalmente son difíciles de entender.

Pueden desarrollar un periódico o un boletín informativo de clase o de la escuela secundaria, dividiendo las responsabilidades de las entrevistas, la redacción de informes, la creación de juegos divertidos, la producción y el resto del trabajo al tiempo que viven situaciones sociales que surgen del trabajo en equipo.

Algunos estudiantes sienten que hay tantos problemas en el mundo, que es mejor rechazarlo. Es más fácil darle la espalda y refugiarse en mundos imaginarios, ciencia ficción, libros de capítulos de otros mundos o videojuegos. No hay nada de malo en eso, pero necesitamos estimular su interés en este mundo y cómo forman parte de él. Los maestros pueden alentar a los estudiantes de secundaria a que se conecten con lo que está sucediendo en su comunidad, donde ellos mismos pueden marcar la diferencia, sentir que lo que están haciendo tiene un propósito y que vale la pena prestar atención a las necesidades locales.

Nunca sabemos cuándo un área del plan de estudios se convierte en una experiencia que cambia la vida años después. En una clase de sexto grado, los estudiantes pronunciaron las palabras de “La runa de San Patricio” durante su estudio de la historia medieval. Muchos años después, durante la Guerra del Golfo de Persia, un alumno de sexto grado se había convertido en comandante de su barco. Se quedó de pie en la cubierta mirando el humo en tierra firme. Mientras le escribía a su madre, le decía que las palabras que le vinieron en ese momento fueron las que había recitado en sexto grado:

En Tara hoy,  
en esta hora fatídica,  
pongo todo el cielo con su poder,  
y el sol con su brillo,  
y la nieve con su blancura.  
Y el fuego con sus fuerzas.  
Y el relámpago con su veloz furor,  
y el mar con su profundidad,  
y las rocas con sus aristas,  
y la tierra con su austeridad,  
todo esto lo pongo  
con la ayuda y gracia de Dios  
entre mí y los poderes de las tinieblas.

## *MODELOS A SEGUIR, HISTORIA Y SERVICIO*

Anteriormente en el libro se citaron tres experiencias importantes para los niños de la escuela secundaria: modelos a seguir, la importancia de las historias y proyectos de servicio. En este capítulo nos enfocamos en las diferentes formas en que los maestros sirven como modelos a seguir. Las tres experiencias están entrelazadas, ya que una persona que actúa como modelo a seguir a menudo tiene una historia que contar, o el modelo a seguir puede estar involucrado en estar al servicio a los demás.

Podemos invitar alguna visita al aula, que ejemplifique las tres experiencias a la vez. Por ejemplo, un visitante podría ser una persona local que ha hecho algo importante por otros, tal vez dirigiendo el banco de alimentos para personas sin hogar, trabajando con niños con necesidades especiales o un ecologista que está estableciendo un área de humedales cerca de la escuela. Estas personas reales actúan como modelos a seguir. La descripción del problema, lo que se necesitaba, cómo la persona lo resolvió y cómo resultó, es una historia que puede inspirar a los estudiantes de secundaria. El servicio que se ofrece en la comunidad muestra a los estudiantes de secundaria que también pueden trabajar juntos para ayudar a otros.

La narración se presenta de muchas formas. El drama es una forma de interesar a los estudiantes de secundaria en sus materias. Montar escenas o una obra de teatro es un desafío para estudiantes y profesores. Surgen muchas oportunidades al poner en escena una obra de teatro: elegir la obra de teatro o escribirla en clase, interpretar los papeles, trabajar en los gestos y movimientos, vestuario y escenografía, apoyar a los estudiantes que tienen dificultades para memorizar y desafiar a los que lo encuentran fácil. A menudo, los estudiantes y maestros mayores recordarán sus años en la escuela secundaria y recordarán las obras de teatro que escenificaron y los viajes que hicieron como sus recuerdos más felices.

Diferentes grupos requieren diferentes guiones, y un maestro sensible a menudo puede elegir la obra apta para resolver una situación

social o para resaltar las capacidades de un estudiante tímido. Una experiencia inolvidable fue la obra de teatro de sexto grado con mi propia clase, *Daughters of the Gracchi* (Hijas de los Gracchi). Ambientada en la antigua Roma, se trata de una familia aristocrática cuyos dos hermanos asumen el desafío de vencer a la corrupción. Ambos son asesinados. Íbamos a presentarla para los padres en junio de 1968. Tuvimos que posponer la puesta en escena debido al asesinato de Robert Kennedy. Fue como si la obra se hubiera vuelto real, y esta tragedia verdadera dió pie a profundas conversaciones con estos jóvenes que habían volcado su corazón y su alma en la obra. Podían sentir empatía por la familia Kennedy y el dolor de una nación de una manera que no podrían haber hecho sin la obra y sin sus propias capacidades de juicio.

En séptimo grado hicimos dos presentaciones dramáticas. Actuaron escenas del Rey Arturo, con una puesta en escena en un área boscosa con un caballo real. El único problema era que nuestro protagonista, el Rey Arturo, no les había dicho a sus padres que él tenía el papel protagónico y, como conducían desde el otro lado de la ciudad, llegaron tarde y tuvimos que improvisar de forma creativa. Como maestra, aprendí la lección de informar a los padres sobre la participación de sus hijos y no depender de los jóvenes para comunicar la información. Puede parecer extraño que sus padres no se dieran cuenta de lo importante que era para él llegar temprano para ponerse su vestuario y estar preparado para la primera escena. Pero no hay que asumir nada, especialmente si los padres están ocupados trabajando a tiempo completo o son de otras culturas donde el inglés no es su primer idioma.

La otra experiencia dramática fueron las escenas originales de la clase del Renacimiento. Una de las chicas fuertes interpretó a Miguel Ángel, y todavía puedo escuchar su voz poderosa cuando dijo: “Soy escultora. Para eso nací”. La relación competitiva de Miguel Ángel con Leonardo da Vinci se desarrolló entre dos chicas rivales que pudieron enfocar sus diferencias en si la pintura o la escultura son el arte perfecto.

Al final del octavo grado, estos jóvenes habían madurado significativamente, y abordamos *Como Gustéis* de Shakespeare. Por

supuesto, había aprendido de mi experiencia pasada y me comuniqué regularmente con los padres sobre los roles y responsabilidades de sus hijos.

Algunos años más tarde, con otro grupo (esta vez con los grados séptimo y octavo), montamos escenas de 1776 para dramatizar los dilemas de los Estados Unidos recién formados, mostrando las tensiones entre Thomas Jefferson, John Adams y Benjamin Franklin. Estas no eran producciones sofisticadas, pero los estudiantes se volcaron en sus actuaciones como si estuvieran actuando en Broadway.

Para la obra de octavo grado, decidimos hacer algo bastante diferente. Nuestro viaje de fin de curso era a la Columbia Británica en tren y autobús, y queríamos presentar nuestra obra en las escuelas que nos recibirían en el camino. Decidimos escenificar una leyenda que le deleitó al grupo cuando estaba en segundo grado, *El hijo del rey de Irlanda*, y escribir las escenas juntos en clase. Llevar un baúl con vestuario y accesorios en el tren no fue tarea sencilla, pero todo salió bien y estaban emocionados de ir de gira.

Menciono estas experiencias porque no soy especialista en teatro, pero es sorprendente lo mucho que se puede lograr con entusiasmo e interés en el tema. En el bachillerato pueden tener “verdaderos maestros de teatro”, pero uno de los desafíos de ser un maestro Waldorf o cualquier maestro que tenga la experiencia de enseñar a jóvenes durante varios años, es que sigamos aprendiendo y retándonos, abiertos a colegas y padres que ofrecen sus consejos. Puede que no sea tan fácil hacer esto con estudiantes de bachiller que quieren que sus maestros tengan experiencia en su materia, pero los estudiantes de secundaria están abiertos a todo tipo de posibilidades. Enseñar estos grados es una aventura.

Sin embargo, la enseñanza de la escuela secundaria tiene sus desafíos particulares en la actualidad. Con la llegada de los videojuegos, los maestros de primaria experimentan que muchos niños carecen de motivación para esforzarse, se resisten a leer los libros obligatorios, evitan trabajar en problemas aritméticos y, a menudo, no completan las tareas escolares. Estos estudiantes pueden volverse hostiles o darse

por vencidos por completo. Quieren desaparecer en la emoción de sus videojuegos. Esto continúa en la adolescencia temprana con la situación más agravada en la que algunos varones no quieren competir con las niñas y fingen que realmente podrían hacerlo bien si quisieran hacer el esfuerzo.

El desafío de motivarlos implica encontrar actividades que desafíen la voluntad de poder de los niños, de estar a cargo, de participar en una acción constante, de competir entre ellos, de ganar. A través de algunos videojuegos, juegan con compañeros de otras comunidades en combates virtuales en línea.

Después de que el joven ha pasado dos horas liderando un escuadrón de combatientes en una redada en el cuartel general terrorista, dando órdenes a sus compañeros en línea a través de su micrófono montado en sus auriculares y corriendo a través de una lluvia de balas virtuales para destruir el generador de energía enemigo, estudiar gramática española en un libro de texto puede parecer desesperadamente aburrido. El mundo virtual es dinámico, interactivo, colaborativo y divertido. (Sax, *Boys Adrift* [Niños a la deriva], p. 79)

Nuestra tarea como maestros es encontrar formas en que los niños puedan ser héroes, y el teatro es una forma muy efectiva de recrear esta situación. Tiene momentos de arduo trabajo, frustración, riesgo, desafío y emoción.

## SERVICIO

¿Qué significa estar involucrado en un proyecto de servicio? En lugar de sentirse desconectados de los desafíos de las personas, los estudiantes de secundaria se sienten empoderados cuando pueden ayudar a los demás. O pueden participar en un proyecto de servicio que ayude a la tierra o los animales. El ingrediente principal en un proyecto de servicio es hacer el bien a los demás gracias a nuestro esfuerzo. Para que estos proyectos sean significativos, los profesores deben estar bien organizados, comprometidos y ser entusiastas.

El servicio incluye la integración de nuestro pensamiento, sentimiento y voluntad. Identificamos un problema, discutimos lo que



podríamos hacer para ayudar, compartimos nuestros sentimientos al respecto y planeamos hacer algo que marcará la diferencia. Hacer algo una vez es como la guinda de un pastel. Hacer lo mismo repetidamente es el pastel en sí. Tenemos que tener cuidado de no hacer algo sólo para sentirnos bien con nosotros mismos, aunque eso ciertamente puede ser un efecto secundario de nuestra actividad.

Algunos proyectos de servicio implican la recaudación de fondos, como enviar dinero a una escuela para niños necesitados, ya sea dentro de nuestro propio país o en otro lugar. No basta con centrarse en el aspecto del dinero, sino en aprender sobre los problemas. ¿Dónde está ubicada la escuela? ¿Cuáles son los problemas que afectan a los niños? ¿Podemos establecer una relación con la escuela, con los niños a través de cartas escritas o hablar por Skype con ellos?

Otros proyectos de servicios requieren mucha mano de obra, como limpiar senderos, recolectar materiales reciclables o plantar un jardín. Ampliar el proyecto a través de la fotografía o escribir un diario enriquece el aprendizaje que surge de la experiencia. Hacer pulseras de la amistad para niños con cáncer combina actividades de manualidades, aprender acerca de las enfermedades infantiles y sentirse felices al hacer sonreír a un niño. Un proyecto importante en mi propia vida fue llenar medias navideñas para soldados después del final de la Segunda Guerra Mundial. Nos dimos cuenta de lo importante que era para ellos recibir pequeñas cosas cotidianas como jabón, crema de afeitar y una barra de chocolate.

Algunos proyectos de servicio buscan cultivar relaciones. Una escuela envió a su séptimo grado a la residencia de personas mayores de la localidad todos los jueves por la tarde. Los estudiantes tejieron con los ancianos, charlando mientras se conocían. Esto les ayudó a superar el miedo a estar rodeados de personas mayores y a disfrutar su compañía, sobre todo cuando empezaron a cantar viejas canciones que ambos jóvenes y ancianos conocían.

Involucrar a los estudiantes de secundaria en proyectos de servicio y aprendizaje experimental estimula su interés y los motiva a

aprender algo nuevo, a cumplir con su responsabilidad y a experimentar el placer de dar a la comunidad. Hay muchos tipos diferentes de proyectos y hay muchas ideas interesantes que se pueden encontrar en materiales de maestros, bibliotecas, sitios web y hablando con maestros experimentados de escuela secundaria.

### *ESTRUCTURAS DE LAS ESCUELAS*

Cuando un niño termina el quinto grado, se acerca algo nuevo. Se muestra de diferentes maneras, frustración, confusión, entusiasmo, miedo, desafío, retraimiento, etc. ¿Cuál es el siguiente paso en la escuela? Eso depende. En el momento en que se están produciendo tantos cambios y se acerca la brecha de vulnerabilidad, hacer cambios escolares puede ser un verdadero reto. ¿Cuál es el próximo paso? Eso depende de la estructura de la escuela. Cada estructura escolar tiene sus propias fortalezas y desafíos a la hora de apoyar a los estudiantes de secundaria. A continuación, se presentan algunos ejemplos.

1. Algunas escuelas van desde el jardín de infantes hasta el octavo grado. Los estudiantes de octavo grado son los estudiantes de último año y se les guía para ser modelos para los niños más pequeños. Sin los estudiantes de bachiller como una presencia constante, los chicos de secundaria parecen más jóvenes que cuando están copiando a los adolescentes mayores, pero también parecen mayores a medida que asumen responsabilidades hacia sus compañeros más jóvenes. Se les da más tiempo para madurar. He estado en reuniones de la junta escolar donde los padres han solicitado tener más escuelas K-8 porque quieren que sus hijos formen parte de una comunidad escolar donde los maestros y los estudiantes se conozcan bien. Renunciarían a planteles sofisticados con equipos de alta tecnología a favor de darles a sus hijos más tiempo para crecer. En tales escuelas, puede haber algo especial para los alumnos de secundaria, como un equipo de profesores especialistas que trabajan juntos para satisfacer las necesidades especiales de esta edad. Al mismo tiempo los estudiantes de secundaria están inmersos

en un entorno familiar, pero que también tiene aspectos nuevos y emocionantes.

¿Es un maestro el que enseña todas las materias o hay maestros de especialidad que enriquecen y apoyan el trabajo del maestro principal, tal vez en matemáticas, ciencias, inglés, música, arte o educación física? Hay muchas diferentes formas de organizar las clases de la escuela secundaria.

2. Algunas escuelas son escuelas secundarias separadas, generalmente de sexto a octavo grado. En estos casos, los maestros pueden estar formados para trabajar especialmente con niños de secundaria. Estas escuelas tienden a tener una mayor cantidad de estudiantes, por lo que pueden existir clases diferenciadas en matemáticas e inglés, además de optativas. Sin embargo, es como si hubieran sido aislados de la corriente de desarrollo infantil, sin niños más jóvenes a quien cuidar ni mayores a quien emular.

Todo es nuevo. ¿Es emocionante? ¿Da miedo? ¿Cómo encuentro mi camino? ¿Y si no hago amigos? ¿Y si quiero hacer nuevos amigos? ¿Los estudiantes de octavo grado les darán la bienvenida a los nuevos estudiantes o les harán sufrir novatadas? No es fácil encontrar el camino.

3. Algunas escuelas van desde jardín de infantes hasta el duodécimo grado. Suelen ser pequeñas escuelas públicas o privadas. El aspecto positivo es que existe una comunidad escolar de niños que experimentan las distintas etapas de desarrollo. Hay oportunidades para que los estudiantes de bachiller sean mentores o realicen proyectos de servicio con estudiantes más jóvenes. Los estudiantes de secundaria están integrados en la escuela y se les presta atención a sus necesidades, pero no tienen la responsabilidad de ser los mayores. Tienen la ventaja de mirar lo que se avecina sin tener que vivirlo aún. En tales escuelas, a menudo hay un área separada del campus para la escuela secundaria y el bachiller.

Sin importar cuál sea la estructura de la escuela, existen diferencias individuales en lo que se espera que enseñe el maestro y cuánto se espera que participe en las actividades extracurriculares. En algunas escuelas hay especialistas que enseñan música, arte, educación física y algunas materias académicas, mientras que en otras el docente tiene un aula totalmente autónoma.

Independientemente de la estructura, los niños y los padres deben aclimatarse a la nueva realidad. La orientación a la estructura es necesaria para ambos. Los padres que tienden a ser sobreprotectores pueden tener dificultades para conectarse con muchos maestros diferentes cuando estaban acostumbrados a comunicarse sólo con uno. Los niños descubren que los maestros tienen diferentes estilos de enseñanza y diferentes expectativas. No existe una forma correcta de estructurar la escuela. Es un proceso en constante evolución en el que los maestros en comunicación con los padres deben ser los modeladores significativos del formulario, siempre teniendo en cuenta las preguntas: ¿Quiénes son los estudiantes de secundaria en la actualidad? ¿Qué necesitan? ¿Cuál es la mejor forma en que nuestra comunidad puede apoyarlos? ¿Cuáles son nuestros recursos? Se necesita coraje y visión para abordar estas preguntas y elegir la fórmula que funcione aquí y ahora.

## CAPÍTULO 11

# La tecnología en la secundaria

La tecnología siempre ha estado presente en la vida de las personas. Siempre que el conocimiento se pone en práctica para resolver problemas o inventar herramientas útiles, confiamos en la tecnología. En la revolución industrial, la tecnología incorporó máquinas a los procesos comerciales, mientras que en la era digital la tecnología incluye dispositivos que se conectan a Internet y pueden usarse para acceder a información y resolver problemas. Si bien la tecnología siempre ha sido utilizada por adultos, la tecnología digital ahora ejerce una fuerza poderosa en la vida de niños y adolescentes.

Dondequiera que uno vaya, la escena es la misma. Niños, adolescentes y adultos mirando sus teléfonos. Una persona comentó que parece como si estuvieran jugando a las cartas donde cada uno mira su propio mazo. Y no, nadie mira al otro. Cada uno está en un mundo aislado conectado a través del dispositivo. El uso recreativo de pantallas y teléfonos inteligentes por parte de los niños es ahora la actividad dominante en sus vidas. Cada uno de nosotros tiene su propia experiencia con el smartphone y podemos citar ejemplos de su uso tanto para el bien como para sus peligros. Al considerar el uso por parte de los niños de la escuela secundaria, se hace necesario darse cuenta de que este es un hábito que una vez desarrollado, es difícil de romper.

No hay reglas para los estudiantes de secundaria sobre cómo comportarse en este nuevo panorama de las redes sociales, ni guías sobre cómo responder a la forma en que los demás se comportan o se tratan. “Fueron pioneros en las redes sociales, pero era como si estuvieran al mando de sus carromatos sin mapas ni sextantes”. (Sales, p. 371)

Todo escritor considera que ciertas preguntas son esenciales para la comunicación: quién, qué, dónde, cuándo, cómo y por qué. ¿Cuál es el impacto de la tecnología en los estudiantes de secundaria? En décadas anteriores, el cine y la televisión eran nuestra preocupación tanto como padres como maestros. ¿Quién tenía el control, cuál era el contenido, dónde se estaba experimentando, a qué o cuántas horas, cómo afectaba eso el desarrollo neurológico y por qué se estaba utilizando en primer lugar? Los padres tenían el control ya que generalmente controlaban qué películas se veían o había un televisor en la casa y los padres podían controlar su uso. Con el tiempo eso cambió, se agregaron televisores adicionales en otras habitaciones, la capacidad de grabar programas para su uso posterior, la llegada de copias de películas en VHS, todo dio a los padres más libertad y más control al mismo tiempo. Sin embargo, en conclusión, lo importante era dónde estaba ubicada la máquina.

En el pasado, caractericé a la televisión como un extraño que entra en casa y compite con los padres, aportando diferentes valores e influencias. Cuando los niños son pequeños, imitan inconscientemente a quienes los rodean, pero los de secundaria imitan a los adolescentes y a los adultos que ellos eligen. El impacto de la televisión es leve en comparación con lo que la computadora ha traído al hogar.

Las preguntas han cambiado. ¿Quién tiene el control? Los padres ya no tienen el control total sobre el contenido, aunque pueden poner ciertos límites. Los estudiantes de secundaria tienen más libertad para decidir a qué quieren tener acceso, así como cuándo y dónde. La computadora portátil se puede llevar a otros lugares fuera del hogar y los teléfonos inteligentes se pueden usar en cualquier lugar donde haya una conexión wifi. Cuando los estudiantes de secundaria tienen sus teléfonos inteligentes o computadoras en sus habitaciones, tienen el control total, lejos de sus padres. Pueden justificar su uso para la comunicación, la información y el entretenimiento, pero no tienen la capacidad de saber cuándo parar. Sobre todo, no consideran los efectos nocivos sobre su desarrollo neurológico cuando se asoma la peligrosa tendencia de la adicción.

La televisión era principalmente una visión pasiva. Lo que ofrecen la computadora y el teléfono inteligente que la televisión no ofrece es la interacción con los demás. Ser capaz de conectarse con otras personas cercanas o lejanas en un videojuego es muy emocionante; estimula la competencia y la colaboración. Algunos videojuegos brindan lo que los juegos siempre han brindado: trabajar en equipo o en solitario para alcanzar una meta que se puede utilizar con fines sociales o antisociales o para competir o ganar a otros. El proceso incluye la elaboración de estrategias para los pasos del juego y experimentar la anticipación y la emoción. El problema con los videojuegos para estudiantes de secundaria es cómo respondemos las preguntas clave: ¿Cuál es el contenido? ¿Cuál es el propósito? ¿Quién tiene el control? ¿Cuándo se juega? ¿Cómo está afectando el desarrollo neurológico?

Si bien los niños siempre han sentido la tentación de hacer lo que prohíben los padres, han escondido revistas *sexys* en sus habitaciones debajo de los colchones, o han intentado imitar la estética, los gestos corporales y las poses *sexys* de las estrellas de cine o los culturistas, los padres de hoy tienen poco o ningún acceso a lo que inunda las mentes de sus hijos de once y doce años desde los dispositivos digitales. Además, el mundo de *YouTube* abre una tienda de dulces secreta de información que fluye a la mente del niño sin la guía de un adulto, convirtiéndose en un modelo distorsionado de pornografía, violencia y comercialización. También ofrece acceso a información sobre cómo construir, crear y hacer cosas en tiempos y modos accesibles.

Mientras que los varones de secundaria tienden a usar la tecnología para jugar videojuegos y disfrutar de la experiencia agresiva y competitiva del poder sobre los demás, las niñas tienden a usar la tecnología para las redes sociales, para conectarse con otros, para satisfacer su deseo de ser incluidas, deseadas, apreciadas, admiradas, de hacerse famosas o parecer una celebridad.

El monstruo en los medios de comunicación es la enorme presencia de la pornografía que se ha convertido en una sombra que se superpone a la comprensión y la experiencia de la sexualidad. Ha

distorsionado la imagen de las relaciones sexuales en muchos niños, ha filtrado su vocabulario en los mensajes de texto y la forma en que se habla sobre las chicas e influye en la forma en que actúan con ellas. Bajo la influencia de estas imágenes y mensajes, los niños consideran su propio cuerpo y el de los demás como objetos puramente de placer. La pornografía se ha infiltrado en las imágenes de cómo las chicas ven sus propios cuerpos, cómo se visten y se retratan a sí mismas en las redes sociales al imitar a celebridades que en realidad son estrellas porno.

La investigación de la Kaiser Family Foundation indica que los niños de 8 a 18 años pasan la asombrosa cantidad de 5 hora y media al día consumiendo entretenimiento de diversas tecnologías de pantalla, incluidos videojuegos, redes sociales, videos en línea y televisión. Los estudiantes de secundaria pasan 2 horas y media adicionales cada día enviando mensajes de texto y hablando por teléfono, más tiempo del que pasan en la escuela. Necesitamos estar preocupados y atentos.

Los niños de la escuela secundaria son probablemente el blanco del uso excesivo de toda esta tecnología de entretenimiento. En este momento crucial de su desarrollo, se ven afectados en cuatro áreas: la vida familiar, la vida social, la escuela y su desarrollo neurológico. Hablaré de la tecnología en la escuela en un capítulo aparte.

## *VIDA EN FAMILIA*

La comunicación y las relaciones cara a cara son esenciales para un desarrollo saludable.

Gran parte de lo que se transmite entre padres e hijos no es verbal, es a través de expresiones faciales, contacto visual, abrazos y tono de voz. La mente humana está especialmente en sintonía con estas señales tácitas. Activan la dopamina, la oxitocina y otras sustancias químicas cerebrales para “sentirse bien” que fomentan y mantienen el vínculo, incluido el que existe entre padres e hijos adolescentes. (Freed, *Wired Child* [El niño conectado], p. 170)



El apego a los padres es una de las experiencias más importantes en el desarrollo infantil. Jugar juegos en línea reduce el tiempo que pasan con la familia. Usar la tecnología para hacer la tarea e investigaciones no es un problema en sí. El problema es que los niños necesitan la participación de los padres para desarrollar su función ejecutiva.

Los niños con un vínculo parental saludable regulan mejor sus emociones, obtienen mejores puntajes intelectuales y académicos y tienen una autoestima más alta que los niños que no viven un vínculo saludable. El apego sigue siendo vital en la adolescencia. (Freed, *Wired Child* [El niño conectado], p. 20)

Los padres están muy ocupados y tienen menos tiempo para supervisar a sus hijos. Están abrumados por las empresas que anuncian que todo el uso de la tecnología digital es normal y presenta poco riesgo de adicción. La realidad es que los niños están conectados y los propios padres están atrapados en el uso constante del teléfono inteligente o de Internet. La ciencia comienza a describir los problemas que el uso excesivo de la tecnología está causando en el desarrollo de los niños.

En promedio, los padres pasan frente a la pantalla 6 horas y media al día entre la televisión, la computadora, los teléfonos móviles y otros momentos frente a la pantalla. El resultado es que los miembros de la familia siguen su propio camino con poco tiempo para comunicarse, resolver problemas, planificar o disfrutar haciendo cosas juntos. Pueden estar en la misma habitación, pero sus mentes están en otra parte.

Lynn & Johnson, en *Breaking the Trance* (Rompiendo el trance), afirman que los padres también están en un trance que incluye todas las ideas y creencias que se han tragado sobre lo que significa ser un buen padre, incluidos pensamientos como “Así son las cosas hoy en día.” “Mis hijos deberían apreciarme”. “No puedo obligar a mis hijos a hacer nada que no quieran”. Los padres necesitan crear un nuevo conjunto de valores, incluyendo su propio compromiso con las relaciones interpersonales en lugar de las virtuales, enfrentando los desafíos,

reconociendo que los padres estrictos también pueden ser padres amorosos y cambiando el comportamiento de los niños.

Sin embargo, el uso regular de los videojuegos funciona como una droga, provocando que la dopamina, un poderoso neurotransmisor basado en recompensas, aumente en el cerebro. Cada vez que el niño juega un juego electrónico, siente placer y quiere jugar más. A medida que pasa el tiempo, necesita jugar con más frecuencia para obtener la misma cantidad de placer. Mientras tanto, nada más que pueda hacer le hará sentir esa ola de placer, así que ¿para qué intentar algo diferente? Defenderá su uso de videojuegos con toda la vehemencia propia de un alumno de secundaria.

El Dr. Sax cita la recomendación del profesor Anderson (p. 88, ver #28) de que los padres jueguen el videojuego o vean a alguien jugarlo. Sugiere preguntas para los padres, tales como:

1. ¿El juego tiene algunos personajes que intentan dañar a otros?
2. ¿Sucede esto con frecuencia, más de una o dos veces en 30 minutos?
3. ¿Se recompensa el daño de alguna manera?
4. ¿Se describe el daño como humorístico?
5. ¿Están ausentes las soluciones no violentas o son menos “divertidas” que las violentas?
6. ¿Se muestran consecuencias realistas del uso de la violencia en el juego?

Una situación familiar común es encontrar al estudiante de secundaria encerrado en su habitación, perdido en la neblina de la pantalla. Los padres no saben lo que está experimentando, con quién está en contacto, cuánto tiempo se le debe dejar hacer esto o qué efectos tiene este aislamiento de la vida familiar.

¿Qué pueden hacer los padres?

1. Saber lo que ven sus hijos. Mirar algunas cosas con ellos. Poner límites a lo que pueden ver y hacer.

2. Establecer horas en las que no haya pantallas. Esto incluye comidas y conversaciones en familia.

3. Limitar el acceso a las computadoras colocándolas en un área común donde los padres puedan ver qué está pasando. Dejar el smartphone fuera del dormitorio por la noche.

4. Trabajar junto con otros padres de su escuela o vecindario. Unirse a grupos de acción para padres como “Esperemos hasta octavo grado” antes de darles o permitirles a los niños teléfonos inteligentes. Si los padres necesitan contactar a sus hijos por razones de seguridad u otros motivos, pueden tener un teléfono básico que solo haga llamadas y envíe mensajes de texto.

5. Llevar a los estudiantes de secundaria a participar en actividades al aire libre, a leer, a participar en actividades familiares, a seguir un pasatiempo o interés particular que no dependa del uso de la pantalla. No esperar hasta que los niños estén en la escuela secundaria, se puede fomentar hobbies e intereses desde antes.

6. Observar su propio uso de la tecnología. ¿Está presente con su hijo o también se distrae constantemente con el teléfono o la pantalla?

Freed cita a Sherry Turkle, quien descubrió en su investigación que:

los niños a menudo mencionaban los mismos tres ejemplos de sentirse emocionalmente heridos sin querer mostrarlo cuando sus padres usaban un dispositivo en lugar de prestarles atención: en las comidas, cuando los llevaban o recogían de algún lugar, ya sea después de la escuela o una actividad extracurricular o durante eventos deportivos. (Citado por Freed, *Wired Child* [El niño conectado], p. 25; Turkle, *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less of the Other* [Juntos solos: Por qué esperamos más de la tecnología que del otro], New York: Basic Books, p. 267)

Gracias a que los mensajes de texto hacen posible que los niños se comuniquen con sus padres rápida y frecuentemente, los estudiantes

de secundaria pueden posponer el resolver sus problemas por sí mismos. En cambio, hay un flujo constante entre padres e hijos donde los estudiantes de secundaria comparten sus problemas de inmediato y obtienen una solución rápida. Los padres a menudo consideran esta interacción constante como una prueba de que su hijo los ama y confía en ellos. Pero esto plantea la cuestión de hasta qué punto debería enfrentar el estudiante de secundaria sus problemas y tratar de resolverlos sin depender de sus padres para encontrar soluciones. ¿Cuánta ayuda es demasiada? Los estudiantes de secundaria necesitan tiempo para reflexionar sobre lo que está sucediendo, tiempo para discutir la situación y oportunidades para recibir apoyo. Reaccionar de inmediato a menudo provoca un cortocircuito en las conversaciones en las que el joven podría llegar a encontrar respuestas a una situación. ¿Hay algo que se pierde aquí?

Melinda Gates, que ha dedicado su carrera a la tecnología, escribe:

Aún así, como madre que quiere asegurarse de que sus hijos estén seguros y felices, me preocupo. Y pienso en cómo podría haber hecho las cosas de manera diferente. Los padres deberían decidir por sí mismos qué funciona para su familia, pero probablemente habría esperado más antes de poner una computadora en los bolsillos de mis hijos. Los teléfonos y las aplicaciones no son buenos o malos por sí mismos, pero para los adolescentes que aún no tienen las herramientas emocionales para navegar las complicaciones y confusiones de la vida, pueden exacerbar las dificultades de crecer: aprender a ser amables, lidiar con sentimientos de exclusión, aprovechando la libertad mientras ejerce el autocontrol. Es más importante que nunca enseñar la empatía desde el principio, porque nuestros hijos la van a necesitar. (*On Parenting Perspective* [La perspectiva de la crianza], 24 de agosto, cortesía del Archivo Gates)

La vida en familia es la base de la vida del niño. Lo que falte no se podrá recuperar fácilmente.

## ZAMIGOS Y VIDA SOCIAL

“El mundo social de la escuela secundaria es increíblemente importante para el desarrollo del niño y debe ser tratado con respeto”.  
(Icard)

La forma en que los estudiantes de secundaria piensan sobre sí mismos sienta las bases de lo que pensarán en la escuela bachiller. Sus puntos de vista pueden volverse fijos e incluso bloquearse.

Los compañeros lo son todo: qué dicen, qué visten, que escuchan, que miran y que comen. Debido a que los estudiantes de secundaria se están separando de sus padres para poder desarrollar su propia identidad, la autoridad de sus amigos toma el lugar de la de sus padres, al menos por un tiempo.

Los estudiantes de secundaria están desarrollando sus redes sociales. A medida que se vuelven conscientes de sí mismos en un grupo social, son extremadamente vulnerables a lo que la gente dice o piensa sobre ellos. Todavía no tienen la confianza en sí mismos para reconocer que no se puede complacer a todos. Cuando un amigo hace un comentario sobre ellos en las redes sociales, se lo toman literalmente y muy en serio.

Parte de la vulnerabilidad de esta edad es que se ven afectados por todo lo que viven. Entienden los comentarios que se hacen de manera casual o irreflexiva como si fueran la verdad. Gran parte de lo que están descubriendo es la complejidad del comportamiento grupal. Luchan por saber qué se necesita para gustar, ser popular, ser aceptado. Si oyen que tienes que hacer ciertas cosas para ser popular, se lo creerán y harán todo lo posible para hacerlo. Su sentido de sí mismos es frágil, apenas comienza a nacer, y necesitan tiempo, apoyo y conexiones humanas reales a medida que avanzan en este camino del desarrollo.

La conexión en red o los mensajes de texto es el uso principal de los teléfonos inteligentes. Los estudiantes de secundaria son vulnerables a las conexiones sociales, ya sea anhelando ser aceptados o sintiéndose excluidos. La forma en que los teléfonos inteligentes afectan la popularidad social supone una pesada carga para los jóvenes

adolescentes. Utilizan plataformas de Internet como Facebook, Instagram, etc., como una forma de medir cómo los ven los demás. ¿Cuántos “me gusta” recibe su foto? ¿Están viendo fotos de una fiesta a la que no fueron invitados a asistir? No comprenden las consecuencias de lo que publican, aunque sea algo ofensivo sobre un compañero de clase. Carecen de juicio para prever las consecuencias de sus acciones. Debido a que sus emociones los guían, responden de manera errática en situaciones sociales.

## CAPÍTULO 12

# Los alumnos de secundaria aman sus aparatos

### *LA TECNOLOGÍA EN LA ESCUELA*

Las escuelas tienen diferentes políticas sobre el uso de tecnología en las aulas de secundaria. Algunas escuelas usan tecnología todos los días, conectando pizarrones blancos a computadoras, proyectores o laptops. Los estudiantes pueden usar computadoras o teléfonos para la investigación, para participar en proyectos con escuelas de todo el mundo o para usar calculadoras o diccionarios en línea.

Otras escuelas optan por usarlo solo cuando es necesario, y prefieren usar medios más simples de comunicar información: prefieren pizarrones negros o verdes en los que pueden dibujar ilustraciones o gráficos detallados. Enfatizan el pensamiento matemático antes de depender de las calculadoras y requieren que los estudiantes de secundaria usen diccionarios y otros libros de referencia. No están en contra de la tecnología, pero quieren que los estudiantes sepan cómo acceder a la información de múltiples formas antes de depender de las computadoras. Cuando se corta la electricidad, o se encuentran en situaciones más básicas, es útil saber cómo resolver problemas usando sus propias habilidades. Sabemos que algunos estudiantes tienen rabietas porque el maestro no les deja usar calculadoras para resolver problemas aritméticos bastante sencillos.

Las escuelas tienen diferentes reglas con respecto al uso de teléfonos celulares. Sin importar la regla, este campo es un desafío en cualquier circunstancia. Algunas escuelas piden entregar los teléfonos

celulares al comienzo de la clase y usarlos solo en casos de emergencia. Otras permiten el uso del teléfono celular durante los descansos o la hora del almuerzo. Algunas dejan que los estudiantes escuchen música en sus teléfonos celulares mientras resuelven problemas de matemáticas o escriben. Hay tantas variaciones en el uso de teléfonos móviles en clase como hay imaginación de las personas. Francia está considerando descartar todo uso de teléfonos celulares en las escuelas. Una de las objeciones a la regla de no teléfonos móviles es la de los padres que quieren poder contactar a sus hijos en cualquier momento. Hay escuelas donde los padres saben que pueden comunicarse con la oficina de la escuela si tienen que hablar con su hijo.

El mayor problema de la tecnología en las escuelas es cómo lidiar con el uso antisocial de dispositivos digitales por parte de los estudiantes, como la intimidación y el acoso. Algunas escuelas están utilizando Cyber Civics, un programa de tres años para escuelas secundarias que incluye lecciones de ciudadanía digital, alfabetización informacional y alfabetización mediática. Diana Graber ([dgraber@cybercivics.com](mailto:dgraber@cybercivics.com)), fundadora de Cyber Civics, ha apoyado a los padres con información en su sitio web sobre formas de manejar situaciones domésticas relacionadas con los teléfonos celulares. Asistí a uno de sus talleres y el programa me pareció una forma muy útil de ofrecer apoyo a los estudiantes de secundaria e involucrarlos en la reflexión acerca de los problemas que surgen del uso del teléfono celular.

Por supuesto, este tipo de atención al uso de teléfonos celulares tiene el potencial de alentar a los niños a usarlos, aunque sea de manera responsable. Dada la investigación sobre la naturaleza altamente adictiva de los aparatos electrónicos de pantalla, especialmente con los jóvenes, hay que tomar esto en consideración antes de recurrir a un curso presencial de cómo usar cualquier medio electrónico para la vida, el trabajo y la comunicación.

Como ocurre en otros campos, los adultos son los modelos. Si el uso de teléfonos celulares está restringido en la escuela, los maestros también deben restringir su uso, al menos cuando están en el patio



durante el recreo. Pueden ir a la sala de profesores u otro lugar para usarlos. Esto es más desafiante de lo que parece, como descubrí cuando estaba observando las clases. La tentación de revisar nuestro teléfono móvil es tan poderosa para los adultos como para los niños, quizás más.

### *LAS NIÑAS DE SECUNDARIA Y LA TECNOLOGÍA*

Las niñas, se enfocan en las relaciones, y tienden a impulsarse hacia la escena social. Anhelan tener amigos cercanos y cooperarán con otros para lograr una meta grupal. Al mismo tiempo, son hipersensibles a cómo los miembros del grupo se miran entre sí. Si se sienten traicionadas por una chica que pensaban era su amiga, el resultado es devastador. Debido a esta sensibilidad, algunas niñas se sienten abrumadas por la jungla social que puede ser la escuela secundaria y se distancian para evitar el dolor social que el juicio constante de otras niñas o niños les hace sentir. Esto aísla socialmente a estas niñas y, a menudo, les deja cicatrices de por vida.

Es divertido tomarse fotos entre sí, y es una forma en que las chicas se relacionan en las fiestas de pijama. La mayoría de las veces es inofensivo. Sin embargo, al carecer de un sentido de límites, pueden dejarse seducir por el poder de lo que han visto en revistas o videos de *YouTube*. Estudian la forma en que una modelo, una empresa de maquillaje o una estrella del pop les muestra cómo fruncir los labios o sacar los senos. Sin pensarlo, publican fotos de sí mismas, con la esperanza de obtener una cantidad fenomenal de “me gusta”. No contentas con su apariencia, a menudo retocan sus imágenes para que se parezcan a la estrella que están imitando. La cultura popular define el estándar de belleza, y estas alumnas de secundaria están haciendo todo lo posible para cumplir con ese estándar.

Las niñas que tienen intereses como la gimnasia, la equitación, el cuidado de los animales, las actividades religiosas, el servicio comunitario, el teatro, los deportes u otros clubes, tienden a encontrarse con otras personas que tienen intereses similares, y esto les da una especie de protección contra el embate de las influencias de la cultura

popular. Otras llevan una vida en familia lo suficientemente fuerte, y una relación con sus padres que les permite encontrar un equilibrio entre la vida familiar y la vida social.

¿Cuál es la verdadera preocupación aquí? El punto principal es que durante los años de la escuela secundaria las niñas desarrollan un sentido de sí mismas, de quiénes son y en quiénes se convertirán. Si la niña se enfoca en una visión superficial basada principalmente en su apariencia o en enfoques comerciales, estas influencias, aunadas a la interacción con otras niñas en la escena social se convierten en la manera principal de saber quién es ella. La identificación temprana de la belleza y la sexualidad crea un comportamiento que se internaliza con el tiempo y que afecta los años de escuela secundaria, a menudo eclipsando aspectos más sutiles de la personalidad.

Las niñas usan las plataformas de redes sociales para mostrarse unas a otras quiénes son, con quién están, qué están haciendo, sin comprender el costo para ellas mismas. Gracias a lo que publican otras niñas, es fácil sentir que otras están muy avanzadas y que necesitan ganar tiempo, tener experiencias sexuales, brindar sexo oral a los niños, vestirse de manera provocativa y, al mismo tiempo, sienten que todo el mundo las está mirando. Según muchas niñas, el séptimo grado es cuando aumenta este tipo de comunicación. Parece extraño incluso escribir esto, y sería fácil para los padres negar que tales pensamientos o actividades en realidad ocurran. En muchos casos, se trata principalmente de conversaciones, pero las niñas de esta edad no tienen forma de saber qué es la verdad y qué es una proyección jactanciosa.

Las niñas quieren la atención de los niños; a menudo quieren tener niños de amigos, pero este deseo a menudo se malinterpreta. Dependiendo del marco social en el que viva la niña, está a merced de lo que otros digan de ella. ¿Cuáles son las interacciones sociales en la vida de la niña? ¿Tiene una mejor amiga? ¿Es parte de un grupo popular? ¿Está aislada?

Cuando las niñas publican sus pensamientos, pueden estar tratando de entretener a sus amigos, pensar en ciertas acciones,

compartir pensamientos profundos o comentar sobre otros sin darse cuenta del impacto de sus palabras. Existe una enorme diferencia entre lo que publican en Internet y lo que habrían escrito en una nota o en su diario.

Cuando yo era maestra de sexto grado, recogí una nota del suelo. Era vulgar, y después de sorprenderme por su contenido, decidí romperla y tirarla a la papelera. La chica que la escribió más tarde se convirtió en monja, y estoy segura de que le daría mucha vergüenza saber que yo la leí. Las niñas de esta edad no censuran lo que dicen o escriben; usan lenguajes nuevos como si fueran atuendos y nunca pretenden que sea permanente. Pero una vez que está publicado en las redes sociales, está ahí para ser visto, para dar falsas impresiones, para lastimar a los demás y para fijar la imagen que una joven tiene de sí misma. Así como puede lastimar a los demás, también puede ser lastimada por ellos..

Las niñas tienden a querer ser perfectas en cualquier área que decidan que debe gobernar la perfección: su apariencia, su comportamiento social, su rendimiento académico. Hay tanto aprendizaje en este momento y tantos caminos para elegir, ¿cómo pueden saber cuál es el correcto? Sabemos que las niñas tienden a mostrar desdén por su propio cuerpo e incluso por sus propias capacidades, y nunca se sienten lo suficientemente valiosas. Sabemos que esto también nos persigue en la vida adulta. Pero las niñas de secundaria aún no tienen el desarrollo neurológico para ser objetivas y darse cuenta de que todos tienen virtudes, así como aspectos que podrían mejorar, que nadie es perfecto.

Dado que en este capítulo nos ocupamos de la tecnología, reconocemos que las redes sociales han cambiado el escenario de la vida de las niñas. Cada generación de niñas se ve afectada por las redes sociales en cuanto a la imagen que tienen de sí mismas. Estas generaciones no duran treinta años como solía ser la regla. Ahora todo se ha acelerado y mantenerse al día con las últimas plataformas de redes sociales, juegos, estrellas musicales o lo que está de moda es un desafío.

Este no es el mundo en el que crecieron sus padres, ni siquiera en el que crecieron sus hermanos mayores. La escena social es intensa, teñida de pornografía, desagradable y degradante. Hay muchas presiones, faltas de autorrespeto, es vulgar y virtual. Si una chica rechaza la escena social, puede ser etiquetada como “mojigata”, “asustada” o acusada de “tildar de putas” a otras chicas.

¿Por qué pasan tanto tiempo en las redes sociales? Las niñas siempre han valorado ser vistas como bonitas o agradables, pero cuando reciben docenas de “me gusta” por una pose en particular, los centros de recompensa en sus cerebros se iluminan, afectando sus hormonas de modo que se inundan de una sensación de placer. Pero cuando son ignoradas, atacadas o ridiculizadas, quedan devastadas. Lo peor de todo es que han sido avergonzadas públicamente. Su autoestima se ve amenazada y la ansiedad y la depresión pueden provocar problemas de salud mental.

La escena social no es benigna. Un estudio de la Asociación Estadounidense de Psicología (APA) en 2007 encontró que:

Las niñas están siendo sexualizadas o tratadas como objetos de deseo sexual ... como cosas en lugar de personas con sentimientos sexuales legítimos propios, en prácticamente todos los medios, incluyendo películas, televisión, videos musicales y canciones, videojuegos e Internet, publicidad, dibujos animados, ropa y juguetes .... La APA estudió múltiples investigaciones que revelaron vínculos entre la sexualización de las niñas y una amplia gama de problemas de salud mental, incluida la baja autoestima, la ansiedad, la depresión, los trastornos alimentarios, las auto heridas, incluso la disfunción cognitiva .... La atención crónica a la apariencia física deja menos recursos cognitivos disponibles para otras actividades físicas y mentales. (Sales, p. 14)

Se ha determinado que la prevalencia de la pornografía en los sitios de Internet afecta las actitudes de cómo los niños y las niñas se

tratan entre sí en un contexto sexual, tanto dentro como fuera de las redes sociales, con violencia contra las mujeres a través de insultos verbales, demandas de servicio sexual o abuso físico.

Si los padres quieren tener una visión de este mundo, miren el libro de Kim Kardashian, *Selfish* (Egoísta), que se publicó en 2015. Es difícil creer que ha sido considerada una de las mujeres más famosas del mundo, la estrella más grande de las redes sociales, y que tiene muchos millones de seguidores en su sitio. Ella figura en Wikipedia como una personalidad de telerrealidad estadounidense, socialité, actriz, empresaria y modelo. Su trabajo es ella misma, haciendo lo que quiere, vistiendo lo que quiere, posando en poses seductoras, incluyendo comentarios de su esposo, el músico Kanye West. Tiene una aplicación de juego en la que los jugadores pueden gastar dinero real comprando ropa virtual con las tarjetas de crédito, a menudo, de sus padres. Desde el punto de vista de Kardashian, los padres son los que tienen el problema si no controlan a sus hijos. Ella dice:

No hay nada de malo en la premisa de un juego que alienta a los jóvenes a aspirar al estrellato lleno de riqueza material ... En el juego definitivamente ves que es divertido y no es realmente serio. Tú eliges a tus amigos y tú eliges tu ropa. (Cultura pop, “Kim Kardashian defiende su popular aplicación de Hollywood: los padres deben ‘ser responsables’”, Eun Kyung Kim, *Today* [Hoy], 12 de agosto de 2014)

Estas son las imágenes que miran las niñas de secundaria, esto es lo que les piden emular, y mientras intentan ser cool, están a merced de los juicios de otras chicas.

### *LOS NIÑOS DE LA ESCUELA MEDIA Y LA TECNOLOGÍA*

¿Y los niños? ¿Cómo están experimentando la tecnología en su vida social? Los niños quieren ser parte de una tribu, físicamente activos, validando su propio comportamiento con el de otros niños. Competir dentro de la tribu es común. Lo que otros niños piensan es

mucho más importante que lo que las niñas o los adultos piensen de ellos.

¿Cómo se ven afectados los niños en la vida social por su enfoque en los videojuegos? Todo en perspectiva: hay videojuegos y hay videojuegos. En cuáles se enfocan y con qué frecuencia afectan su comportamiento social.

Mientras que las niñas están más conectadas con sus sentimientos, los niños se identifican con su actividad física. Les encanta correr riesgos, ser parte de equipos que asumen desafíos y viven al borde de saber si tendrán éxito o no. Cualquiera que haya criado hijos sabe que puede convertir cualquier cosa en una competencia, incluso quién puede orinar más lejos o con mayor precisión en un inodoro. Esta fue sin duda mi experiencia como madre de hijos varones.

Los chicos que son buenos amigos pueden jugar duro unos contra otros en equipos separados, haciendo todo lo posible para ganar. Después del juego, pueden reír y volver a ser buenos amigos. Por el contrario, las chicas a menudo se toman las cosas de manera más personal.

La mayoría de los chicos de secundaria no están tan interesados en las redes sociales como en los videojuegos. Cuando están en bachiller, envían muchos más mensajes de texto que de sexto a octavo grado. A los niños no solo les encanta competir, sino que también quieren sentirse a cargo, crear sus propias reglas cuando sea necesario y liderar la pelea. Los videojuegos son perfectos para satisfacer el poder que anhelan.

Los niños pueden ser muy creativos en el uso de los videojuegos:

Hoy en día, cualquier niño con una conexión a Internet de alta velocidad puede jugar en tiempo real contra otro jugador al otro lado de la ciudad o al otro lado del planeta. Los auriculares sofisticados permiten a los niños participar en combates en línea simulados en equipos, organizando emboscadas coordinadas de combatientes enemigos utilizando armamento virtual de alta tecnología. (Sax, *Boys Adrift* [Niños a la deriva], p. 79)

¿Qué significa esto para un niño en su entorno social? Las actividades en su vida social a menudo parecen aburridas en comparación con los videojuegos, y prefieren aislarse en su habitación, meterse en medio de la batalla virtual, que tener que interactuar con otros. El Dr. Sax cita los siguientes estudios en *Boys Adrift* (Niños a la deriva) p. 83. “Cuanto más realista es la violencia, mayores son los efectos”. (Sax citando a Barlett y Rodeheffer, *Aggressive Behavior* [Comportamiento agresivo], volumen 35, págs. 213–224, 2009)

Los jóvenes que juegan videojuegos violentos cambian sus cerebros, volviéndose insensibles a la violencia a diferencia de los jóvenes que juegan videojuegos no violentos. (Sax citando a Bartholow, *Journal of Experimental Social Psychology* [Revista de psicología social experimental], vol. 42, págs. 532–539, 2006)

Debido a que los videojuegos son tan seductores, los niños están menos involucrados con el mundo real de los amigos a menos que sus amigos también estén involucrados en el juego. El peligro está en que vean a los compañeros y amigos como objetos y actúen de una manera más agresiva.

Un patrón comienza lentamente en séptimo y octavo grado y está en plena floración en noveno grado. Los niños comienzan a jugar videojuegos, en su mayoría solos en sus habitaciones y no quieren estar con la familia a la hora de comer o cenar. Comienzan a resentirse con sus padres cuando se lo piden, y se ponen irritables y enojados. Su habitación se convierte en refugio donde evitar la interacción social. Minimizan la importancia de su trabajo escolar y dicen que podrían hacerlo mejor si le echan más ganas, pero que para ellos no es importante. Incluso aquellos que alguna vez fueron activos en los deportes comienzan a perder interés, ya que es demasiado esfuerzo. Se alejan de amigos que no son jugadores de videojuegos y luego dejan de hacer las tareas escolares o comienzan a faltar a la escuela para jugar videojuegos. El siguiente paso es que quieren ser educados en casa en lugar de tener que ir a clases donde están fracasando por no

hacer un esfuerzo. Los padres tratan desesperadamente de apartarlos de los videojuegos, pero la combinación de comportamiento errático de la adolescencia temprana y la frustración con los adultos que intentan controlarlos hace que los padres finalmente los lleven a terapia especializada para solucionar la adicción.

Hay tres áreas en las que los niños se ven afectados en su vida social a través de la tecnología. Como se describió anteriormente, ser adicto a los videojuegos da como resultado un comportamiento antisocial de aislamiento. La segunda tentación surge de su exposición a la pornografía y la tercera al ciberacoso.

### *PORNOGRAFÍA*

La pornografía está en todas partes. Se puede acceder directamente o puede aparecer sorprendentemente cuando los niños estén buscando otra cosa. Hay muchos sitios en Internet, así como en *YouTube*, que muestran imágenes de interacción sexual, incluidas violencia contra la mujer y actos sexuales que degradan a la otra persona. Ver pornografía cambia la forma en que los chicos ven a las chicas, a sus ojos se convierten en objetos sexuales que hay que abusar y degradar violentamente. Ha cambiado el lenguaje que los niños usan hacia las niñas, y esto se escucha regularmente en las letras de canciones en *YouTube* donde a las mujeres se les llama “perras”, “culos”, etc. Ven a las niñas en términos de quién es más sexy y qué pueden hacer por ellos.

La pornografía se ha filtrado en películas, televisión por cable, canciones de rap, fotos de revistas, modelos de moda y libros. Lo que solía definirse claramente como pornografía ahora aparece como parte del discurso público. Los adolescentes jóvenes lo aceptan como parte del comportamiento normal y se convierte en un modelo de cómo relacionarse entre sí. La tosquedad en el lenguaje y el comportamiento que hubieran sido inaceptables en el pasado ahora se consideran parte de la comunicación diaria. Cuanto más inconscientes son los adultos sobre esto, más jóvenes lo consideran como algo totalmente aceptable.



## *VÍDEOS PORNO*

Ver vídeos pornográficos afecta la capacidad de los chicos para interactuar con las chicas. A menudo es más fácil masturbarse con un video que tener que desarrollar intimidad en una relación.

Algunos chicos se sienten intimidados por las imágenes que se muestran en la pornografía y no saben cómo conectarlas con una relación de pareja en la vida real. Los niños suelen tener miedo al tipo de interacción social donde tienen que escuchar, responder, encontrar áreas de interés común, permitir que surjan sentimientos y cuidar a otro ser humano.

¿Se imaginan cómo los videos porno afectan la forma en que un chico piensa sobre una chica de la que está enamorado? No sabe cómo relacionarse con ella de manera respetuosa. En cambio, tiene imágenes de mujeres siendo abusadas violentamente. ¿Qué va a hacer con estas imágenes que abarrotan su mente?

Aunque en su mayoría son varones los que ven vídeos porno, algunas niñas también los ven como una forma de aprender sobre modelos de comportamiento sexy. Pasa también, que los niños sienten que deben cumplir con lo que esperan las niñas de ellos. El lenguaje vulgar, el comportamiento y las expectativas han contaminado el mundo del sexo.

## *ACOSO CIBERNÉTICO*

Los niños están atravesando cambios significativos en su cuerpo físico, así como en su estructura psicológica. Sus emociones alimentan su energía, y carecen de frenos a sus impulsos. En la vida social de una escuela o vecindario, un niño bajo la influencia de la pornografía puede expresarse enviando fotos de su pene (lo que se conoce como “dick pic” en inglés), coleccionando fotos de chicas desnudas y reenviándolas en las redes sociales

Los usuarios habituales de pornografía llegan a tomar fotos de chicas y usarlas como chantaje para que la chica haga lo que ellos quieren, que suele ser sexo oral. Lo triste es que muchas veces las

chicas no tienen ninguna relación emocional con el chico y es un acto mecánico. Tanto los niños como las niñas sufren de relaciones emocionales poco saludables en tales casos, y esto afecta la forma en que desarrollan la intimidad en su tierno despertar adolescente.

El acoso cibernético es más común entre los niños que manejan mucha tecnología porque estos chicos pasan casi todo su tiempo en los reinos del entretenimiento cibernético, incluidas las redes sociales y los juegos en línea, donde las cosas malas son más fáciles de decir que en la vida real porque los niños no tienen que enfrentarse al objeto de sus comentarios. (Freed, *Wired Child* [El niño conectado], p. 21)

Mientras que las niñas usan el ciberacoso como una forma de manipulación emocional, los niños lo usan con más frecuencia para satisfacer sus necesidades físicas.

### LA TECNOLOGÍA DENTRO DE LA ESCUELA

Al comienzo del siglo XXI, las escuelas, vulnerables como siempre han sido a las modas académicas, se han reformado una y otra vez en pos de ‘curas’ milagrosas. “... En este mundo febril la tecnología se ha convertido en la máxima innovación, el dispositivo que permitirá a las escuelas acercarse a sus sueños académicos sin importar cuáles sean los objetivos. O eso dice la teoría”. (Oppenheimer, p. xiv)

Visitar las escuelas es muy revelador. Cuando los visitantes ingresan al jardín de infantes, a una clase de tercer grado o a una clase de biología de secundaria, ven computadoras por todas partes. La educación se ha transformado para que las actividades de aula, las presentaciones, las tareas y los proyectos grupales encajen en lo que la computadora puede hacer. Las presentaciones de PowerPoint se han convertido en la norma habitual en muchas aulas, de modo que los estudiantes copian el texto de la pantalla en lugar de transformar el tono de voz, las expresiones faciales y la información del maestro en apuntes, un proceso importante de pensamiento.

Esto no quiere decir que hay que eliminar las computadoras del aula, particularmente en la escuela secundaria, pero debemos observar el efecto que tienen en el aprendizaje de los estudiantes, así como en su salud.

Uno de los mayores efectos de usar tecnología en el aula es la cantidad de dinero que se gasta, no sólo en los dispositivos en sí, sino en las redes, servidores, cables de telecomunicaciones y actualizaciones constantes. Esto sin siquiera acercarse a si la radiación del wifi en las aulas es saludable para los niños.

El plan de estudios está escrito por empresas de medios, a menudo con juegos de dibujos animados para enseñar a leer, escribir y aritmética. Los estudiantes están escribiendo en computadoras en el salón de clases, y haciendo matemáticas, ciencias y estudios sociales usando pantallas en la escuela primaria. Repito, puede que esto sea útil en ciertas circunstancias. Sin embargo, los costos exorbitantes de equipar la escuela y el aula con Internet a menudo merman la inversión en libros, material de arte y equipo científico. Los estudiantes de sexto grado pueden parecer muy sofisticados en sus conocimientos de biología marina porque han interactuado con un programa de video en lugar de haber observado y anotado lo que ven en el mar, pero no es el mismo nivel de desarrollo de pensamiento.

Las aulas de la escuela secundaria pueden llegar a depender fácilmente de la tecnología en lugar de la interacción humana. No se trata de ser antiguo y de querer volver a vivir en el pasado. Se trata de analizar los aspectos esenciales de la educación en este particular momento del desarrollo del niño. Las computadoras pueden hacer que algunos niños sientan que están haciendo algo adulto o sofisticado, pero es posible que no los ayude a largo plazo.

Los estudiantes de secundaria necesitan desarrollar pensamiento crítico, resolución de problemas, autonomía y autoestima.

## LOS EFECTOS AL DESARROLLO CEREBRAL

Una de las descripciones más claras del efecto de la tecnología en el cerebro es de Laurence Steinberg, profesor de psicología en la Universidad de Temple y autor de *Age of Opportunity* (La era de la oportunidad). Describe dos sistemas cerebrales distintos que compiten, uno tiene que ver con la búsqueda de recompensa y emoción, y el otro con el freno a los impulsos. (Freed, *Boys Adrift* [Niños a la deriva], p. 163)

Si la búsqueda de sensaciones está en su punto máximo entre los quince y los diecisiete años, es obvio que los estudiantes de secundaria mayores y aquellos que empiezan bachiller están luchando por controlar sus impulsos. A medida que avanzan hacia su período de crecimiento secundario alrededor de los dieciséis años, comienzan a tener más control y a contener su deseo de vivir intensas emociones. Sin embargo, es solo el comienzo.

En *Wired Child*, Richard Freed, PhD, psicólogo de niños y adolescentes y experto en la crianza de niños en la era digital, señala que las técnicas de imágenes cerebrales, como fMRI y PET, revelan que los videojuegos impactan la mente de manera similar a las drogas y el alcohol. “Los videojuegos desencadenan la liberación de dopamina a niveles comparables a una inyección intravenosa de anfetamina, un psicoestimulante poderoso y adictivo”. (p. 77)

Los problemas no solo se manifiestan en un embotamiento de la compasión y la concentración, sino que también hay cambios reales en el cerebro. Esta adicción estimula la sensación de placer en el cerebro y afecta áreas relacionadas con la motivación, la percepción, el autocontrol y la toma de decisiones.

Cuando se usan repetidamente durante muchas horas, los videojuegos y las redes sociales tienen resultados similares: cambios en el centro de recompensa del cerebro. El hambre de estimulación sensorial constante crea el ansia de pasar más tiempo frente a la pantalla. Ambos mantienen a los niños nerviosos, listos para el siguiente encuentro, esperando nerviosamente la respuesta a un mensaje de

texto, o la próxima entrega de un juego, o cómo responden sus amigos a su última foto publicación en redes sociales.

Para mí está claro que los niños están en riesgo y los padres deben intervenir y hacerse cargo. ¿Están los padres indefensos? No, es posible que sientan que no hay nada que puedan hacer. Pero, ¿qué padres se quedarían al margen mientras sus hijos consumen veneno?

Los padres pueden cambiar el hábito de los videojuegos, ya que la mayor parte de los videojuegos se juegan en casa. Hay que tomarse en serio la situación y reconocer que todavía pueden cambiar los hábitos de sus hijos de secundaria. Como sucede con la adicción a las drogas, los niños negarán que hay problema con sus juegos. Acusarán a sus padres de armar un escándalo por nada. Después de todo, sus amigos también están haciendo esto y están bien. Pero no están bien, y algunos jóvenes son más susceptibles que otros, más sensibles.

A pesar de la publicidad y el dinero gastado en tratar de convencer a padres y profesores de que los videojuegos hacen que los niños sean más imaginativos y creativos, no es verdad. Las ganancias son virtuales, no reales. En *Breaking the Trance* (Rompiendo el trance), Lynn y Johnson nos recuerdan que:

El sistema nervioso de un niño se desarrolla cuando tiene que usar su mente y talentos para superar obstáculos reales, no virtuales. Este proceso comienza con el aburrimiento. Sin acceso a las pantallas, el niño se aburre y vence el aburrimiento buscando cosas que hacer. El cerebro del niño necesita este tipo de aburrimiento porque sin él no puede ejercitar las neuronas que forman parte del proceso de imaginación. Así es como todos desarrollamos las habilidades y la sabiduría para crecer: imaginando nuestras vidas y encontrando formas ingeniosas de hacer realidad esa imaginación. (p. 13)

El tiempo dedicado a los videojuegos en el smartphone o en la computadora es tiempo en el que los chicos de secundaria evitan el aburrimiento. Necesitan comprometerse con el mundo real, sentir

curiosidad por él, empezar a prestar atención a lo que les rodea, a lo que ven en la naturaleza o en los problemas de la historia y la cultura. Para hacer esto, necesitan concentrarse, darse un tiempo y activar su pensamiento. Si la pantalla los entretiene constantemente, no podrán ejercitar su propio pensamiento e imaginación.

El programa que Lynn y Johnson ofrecen a los padres para desarrollar control de la pantalla a través de siete pasos es impresionante. Recomiendo a los padres que lean su libro, *Breaking the Trance* (Rompiendo el trance), y hagan un plan.

¿Qué les pasa a los chicos de secundaria si no cambian sus hábitos?  
¿Qué futuro podemos imaginar?

La investigadora Jean Twenge, profesor de psicología y autor, ha estado investigando a los jóvenes durante veinticinco años y ha llegado a conclusiones que son impactantes. “La ubicuidad del iPhone ha llevado a la ‘iGen’ a estar al borde de la peor crisis de salud mental en décadas”. (*Sacramento Bee*, 3 de octubre de 2017) Ella lo atribuye particularmente al uso constante del iPhone, especialmente durante más de dos horas al día.

La preocupación de Twenge se agrava cuando hace referencia a los cambios en los adolescentes mayores y los adultos desde 2007, el año en que se introdujo el iPhone. Su investigación indica que quienes han estado usando el iPhone durante más de dos horas al día durante años han desarrollado ciertos patrones de comportamiento que crean un tipo diferente de generación. Si somos conscientes de los peligros, puede ser un incentivo suficiente para modificar cómo guiamos a nuestros niños y jóvenes adolescentes, mientras estemos a tiempo.

Twenge habla de nueve síntomas que son radicalmente diferentes a otras generaciones. Estos son: pasar menos tiempo con los amigos, un porcentaje menor sale con un chico o una chica, un porcentaje menor tiene licencia de conducir, un porcentaje menor trabaja medio tiempo, un porcentaje menor ha tenido relaciones sexuales alguna vez, hay menos embarazos adolescentes, un porcentaje menor bebe alcohol, un porcentaje más alto no duerme lo suficiente y un porcentaje mayor dice sentirse solo.

Ahora, ¿qué pasa con las chicas? ¿Están a salvo de los problemas de desarrollo neurológico? Algunas niñas juegan, pero en general, juegan menos que los niños y tienden a leer más. Tienden a tener mejores resultados en la escuela que los chicos y es más probable que vayan a la universidad. Sin embargo, algunas chicas son igualmente adictas a la pantalla y la utilizan para estar en redes sociales y hablar o enviar mensajes de texto en su teléfono.

Las niñas también se ven atrapadas en la tensión entre la recompensa y el control de los impulsos, al igual que los niños. Es más probable que su desarrollo social se vea afectado. Mientras que los niños se sienten conectados con sus compañeros de juego, las niñas se sienten juzgadas por sus compañeros. Al desaparecer en el ciberespacio no tienen que relacionarse con su familia o con sus amigos cara a cara.

Para los niños y niñas en la escuela secundaria sería muy bueno limitar su uso diario del teléfono, así como los programas de alfabetización digital. De esta manera, aprenden a evitar avergonzarse o herir a los demás y aprenden a responder a las solicitudes de fotos íntimas. Se hacen más conscientes de la presión social a través de la tecnología y cómo resistirla. Aprenden a recuperar su propio tiempo para no tener que estar disponibles todo el tiempo en línea. Cuando la educación digital se trae a las aulas, los estudiantes se dan cuenta cómo están siendo manipulados y cómo les afecta. Participan más en las actividades extracurriculares y encuentran nuevos intereses que les ayudan a desarrollar sus capacidades para un futuro mejor. Aprenden sobre relaciones reales que les ayudan a desarrollar la intimidad y la amistad, afrontan los retos que se presentan cuando los jóvenes tienen que hablar entre ellos para aclarar malentendidos, vivencian la satisfacción de una profunda amistad. Tienen más tiempo para participar en actividades después de la escuela, ya sean deportes o teatro, dar tutoría a niños más pequeños o cuidar de un animal.

Los niños usan pantallas para jugar mucho antes de llegar a la escuela secundaria. Muchos ya han desarrollado el hábito de depender de los dispositivos de pantalla para ocupar su tiempo. Es posible que sus

padres los hayan utilizado como niñeras o para tenerlos entretenidos cuando estaban de mal humor o los padres estaban ocupados. Cuando los niños dicen que están aburridos, los padres se ponen ansiosos y ofrecen entretenimiento o juegos en la pantalla.

Esto no quiere decir que toda la tecnología sea mala, pero es una cuestión de equilibrio. Los niños de la escuela secundaria aún no pueden establecer un equilibrio por sí mismos y necesitan la guía de los adultos para poner límites.

Nuestra sociedad se enfrenta a efectos nefastos si no protegemos los cerebros de los estudiantes de secundaria. El pensamiento claro, la capacidad de elaborar estrategias, tener compasión y reflexionar sobre nuestro comportamiento son habilidades necesarias para una sociedad saludable. No podemos arriesgarnos a que nuestros niños y adolescentes las pierdan.



## CAPÍTULO 13

# Los alumnos de secundaria como consumidores

Durante los años de la escuela secundaria, cuando los jóvenes están dando forma a su individualidad, están absorbiendo anuncios que se basan en el narcisismo, los derechos y la insatisfacción. Sus identidades están siendo definidas por sus hábitos de consumo. Los estudiantes de secundaria quieren ser aceptados. No quieren privarse de lo que todos los demás tienen ya que, si todos los demás lo tienen, es porque es genial.

La comercialización de productos o ‘merchandising’ ya ha llegado a la edad preescolar y, para cuando tienen 12 años, los estudiantes de secundaria ya son leales a la marca. Cuando eran más jóvenes, tenían dificultades para diferenciar la publicidad de la realidad en los anuncios, así como entre un programa y los comerciales. Creían que la publicidad era cierta y que todo lo que se decía sucedería realmente. Alrededor de los 12 años, con su nuevo pensamiento de causa y efecto, comienzan a comprender las diferencias y, sin embargo, todavía están influenciados por lo que creen que los hará ‘cool’ o atractivos.

¿Por qué el consumismo es un problema? Es un problema moral que compite con los valores arraigados de la vida familiar y la sociedad: ser honesto, trabajar duro y compartir con los demás. Las fuerzas detrás del consumismo, ya sea a través de anuncios, vallas publicitarias, comerciales de televisión, Internet u otros medios, tienen generalmente un solo objetivo: generar dinero para una empresa. El mensaje principal de la sociedad de consumo es que los seres humanos

existen para conseguir trabajo, ganar dinero y comprar cosas. Comprar las cosas adecuadas nos hará sentir bien, nos hará más atractivos, nos ayudará a conseguir amigos y pareja, y le dará sentido a nuestra vida.

Dado que las pantallas son mucho más poderosas y seductoras que la conversación cara a cara, y que los niños están expuestos a los medios durante más horas que a la enseñanza escolar o a sus padres, la combinación de las pantallas y la publicidad ha llevado a que el consumismo se convierta en una nueva “religión”. El mundo de los adultos está ejemplificando la misma debilidad. No es de sorprender que después del 11 de septiembre, el consejo que dio el presidente George Bush a la gente fue ayudar al país yendo de compras.

El consumismo se ha impuesto en la vida de los niños desde pequeños, robándoles su infancia, dando a entender que a través del consumo tendrán una buena vida. Ha corrompido a la sociedad, enfatizando la codicia y el egoísmo. Ha cambiado las prioridades de todos. El consumismo les dice a los niños que necesitan cosas que realmente no necesitan. De hecho, en muchos casos lo que les pide consumir no es saludable para ellos, como cereales azucarados, refrescos o artilugios que a menudo se rompen. Estos productos se convierten en símbolos de poder y aceptación, ya sea una chaqueta deportiva particular o una mochila cara. Los niños se vuelven celosos de aquellos que son dueños de las mejores marcas, incluso motivándolos a robar. El consumismo llena el vacío de estar conectado con los demás. Dado que existe el miedo a estar solo, las imágenes comerciales de personas riendo juntas crean la impresión de que, si compras el producto adecuado, tendrás amigos y serás aceptado.

Brian Swimme, PhD, en su artículo, “¿Cómo es que nuestros hijos se quedan tan atrapados en el consumismo?” lo dice claramente:

La imagen del ser humano ideal también está profundamente arraigada en nuestras mentes gracias a los interminables sermones del anuncio. El ideal no es Jesús ni Sócrates. Olvidémonos de Rachel Carson o Confucio o Martin Luther King, Jr., y de todo su sufrimiento, amor y sabiduría. En la

propaganda del anuncio, las personas ideales, los seres humanos completamente humanos, están relajados y despreocupados, bebiendo Pepsi alrededor de una piscina, sin poner atención a las poderosas ideas sobre la naturaleza de la bondad, sin ser perturbados por visiones de sufrimiento que podrían aliviarse si los seres humanos se abocaran a ser justos. Nada de eso aparece, nunca. En la religión del anuncio la tarea del ser humano es mucho más sencilla. El significado último de la existencia humana es poseer todas estas cosas. Eso es el paraíso. ¿Y el significado de la Tierra? Productos de consumo prefabricados.

### *EL PODER DE LA PUBLICIDAD*

Los diseñadores sofisticados con capacidad intelectual y tecnología sofisticada tienen mucho dinero para contratar estrellas del deporte y del cine. ¿Quién puede competir con esto? Crean una insatisfacción con nuestras vidas, nuestros cuerpos y nuestras relaciones, y crean un deseo por un producto de consumo para satisfacer la necesidad o la inseguridad. Esto es manipulación emocional.

Comparar el marketing de hoy con el marketing de antaño es como comparar una pistola de aire comprimido con una bomba inteligente. El marketing moderno está reforzado por la tecnología, enfocado por psicólogos infantiles y alimentado por miles de millones de dólares. (Susan Linn, *Consuming Kids* [Niños consumiendo])

### *LOS NIÑOS NO TIENEN PROTECCIÓN CONTRA EL ATAQUE.*

¿Dónde empezó esto? Un evento importante ocurrió en 1929 en el informe emitido por la Conferencia de la Casa Blanca sobre Salud y Protección Infantil. En “El hogar y el niño”, en el que se ve a los niños como seres independientes con preocupaciones particulares propias.

Los padres deben darles a los niños sus propias habitaciones, muebles, salas de juegos, juguetes, etc. Deben llevarlos de

compras y dejar que escojan las cosas por sí mismos. Esto le da al niño una sensación de orgullo de propiedad y, finalmente, le enseña que su personalidad se puede expresar a través de las cosas. 1931 (citado en Richard Robbins, *Global Problem and the Culture of Capitalism* [Problema global y la cultura del capitalismo], Allyn y Bacon, 1999, págs. 24–25)

En solo noventa años, la vida de los niños en Estados Unidos ha cambiado drásticamente con la economía de consumo impulsada por un poder económico que rivaliza con el de los adultos.

Lo que ven los niños les afecta. Los programas van y vienen, pero la publicidad se vuelve cada vez más fuerte para llamar la atención. La diferencia entre los mundos virtual y real se vuelve más difusa. Los comerciales se vuelven cada vez más inteligentes, se han acelerado, confundiendo la capacidad del pensar. El cerebro no es capaz de diferenciar y lidiar con la velocidad.

Los comerciales durante los avances en las películas tienen mensajes subliminales que nos hacen la boca agua mientras ansiamos palomitas de maíz o refrescos. Mientras tanto, las porciones se han vuelto cada vez más grandes, lo que contribuye a la obesidad en niños y adultos. Los anuncios tienen que ser cada vez más inteligentes porque la estimulación artificial actúa como una droga cada vez más fuerte para atraer la atención de los estudiantes de secundaria. Esto conduce a la adicción, a la sobreestimulación o, de lo contrario, se aburren fácilmente. Los anuncios de televisión se han acelerado, confundiendo la capacidad de pensar. El cerebro no es capaz de diferenciar y lidiar con la velocidad, por lo que ingresa a una zona en la que no está pensando, simplemente aceptando lo que se vende.

Los publicistas trabajan sobre el pensamiento concreto de los estudiantes de secundaria. Si el anuncio dice algo, debe ser cierto. Solo en los anuncios de medicamentos para adultos se enumeran los efectos secundarios, incluida la posibilidad incluso de muerte. Pero en los anuncios dirigidos a estudiantes de secundaria y adolescentes, la

imagen convincente de una celebridad es una autoridad más fuerte que los padres. Llevan el mensaje de que debes parecerte a las modelos y comprar lo que anuncian o te pasa algo raro. Esto da lugar a sentimientos de inseguridad, trastornos alimentarios, autodesprecio por el cuerpo y una importancia excesiva de la imagen corporal.

Los estudiantes de secundaria y los adolescentes se centran en las apariencias. ¿Soy lo suficientemente bonita? ¿Lo suficientemente sexy? ¿Suficientemente fuerte? Si bien este es el momento apropiado para que se miren a sí mismos desde afuera, los medios de comunicación y el consumismo han impulsado esta preocupación desde mucho antes, donde el niño tiene que definir la imagen de sí mismo y hacer consciencia de sí mismo en un momento en el que no tiene las habilidades cognitivas para comprender el poder de la manipulación. Enfatizan que lo que vistes es más importante que quién eres, ya sea que muestren la sexualización del cuerpo de la niña o la musculación del cuerpo del niño.

Sin embargo, no se trata solo de apariencias externas. También se trata de valores. Si se sienten aceptados, reconocidos y valorados porque compran las cosas correctas, entonces anhelan esa aceptación. Es que su elección de objetos y posesiones representa lo geniales que son, no su verdadera autoestima.

### *¿QUÉ PODEMOS HACER?*

Para que los niños en la escuela secundaria se resistan a los mensajes malsanos que les llegan y que abruman su frágil sentido de sí mismos, deben desarrollar una imagen saludable de sí mismos con la que se sientan cómodos. Tienen que esperar. Esto no es fácil.

¿Cómo lo logran? Tenemos que empezar por conseguir que los anunciantes cambien las imágenes de sus anuncios. Si pudiéramos hacer eso, ¿qué enfatizaríamos?

- Mostrar imágenes en las que las escenas de belleza estén conectadas con la bondad y el amor en lugar de la imagen de la belleza identificada con atuendos sexualizados.

- Mostrar imágenes de comidas familiares con comida saludable en lugar de imágenes de comida rápida ‘cool’.
- Mostrar imágenes de agua o jugo en lugar de refrescos con mucha cafeína.
- Mostrar imágenes de refrigerios saludables en lugar de comerciales de comida rápida durante la programación para niños.
- Conseguir que los patrocinadores de comida rápida cambien su enfoque.
- Mostrar imágenes en las que la gente hable de las cualidades de sus amigos, no de las etiquetas de los diseñadores en la ropa de sus amigos.
- Mostrar imágenes de familias que resuelven conflictos de manera pacífica en lugar de con violencia y agresión.
- Supervisar la televisión, los videojuegos, la compra de artículos de marca.
- Ofrecer otras actividades: manualidades, estar en la naturaleza, participar en obras de teatro, jugar al aire libre.
- Negarse a comprar ropa de marcas publicitarias. Explicar a los estudiantes de secundaria por qué es saludable hacer esto.
- Elaborar los regalos en casa, reducir la cantidad de regalos, dar un regalo a alguien menos afortunado, dar experiencias en lugar de cosas.
- Asignar tareas sencillas en el hogar (contrarrestando las actitudes de “tengo derecho” y “quiero”).
- Pasar tiempo juntos en lugar de gastar dinero.

Lo más importante es comprar menos, y vivir más. Simplificar la vida. Concentrarse en la vida familiar.

Es hora de que los padres actúen y les digan a las corporaciones y anunciantes que dejen de manipular a nuestros hijos para que puedan desarrollar un sentido de logro y autoestima. Démosle su tiempo a los estudiantes de secundaria. Fortalezcamos la imaginación para que

puedan defenderse de las imágenes de los medios que los llenan de fantasía escapista, necesidades falsas y valores negativos. La sensación de un Yo individual con su propio espacio interior no se desarrolla en esta situación. Al contrario, llena muchísimo a los jóvenes que se sienten vacíos, esto suena como una contradicción, pero no lo es porque cuando están llenos de imágenes externas no hay sensación de un espacio interno, un lugar para la reflexión. Es como mantenernos tan ocupados que no tenemos tiempo para pensar.

Podemos contrarrestar la necesidad de imágenes con experiencias que les permitan interesarse por otras personas, otras culturas ... Podemos crear situaciones, experiencias que ayuden a otros y que lleven a los niños de secundaria a sentir que esto también es genial. Por ejemplo, cuando los estudiantes “populares” consideran que el voluntariado es ‘cool’, eso capta a otros que admiran a esos estudiantes que están más arriba en la escala social. Los profesores pueden ser particularmente eficaces para crear una situación de este tipo en sus clases.

Podemos apoyar un cambio en la posición social cuando el “nuevo estilo” se basa en valores que tienen que ver con la integridad, el compartir, la creatividad, etc. Por ejemplo, si algunas comunidades escolares pueden lograr el éxito por medio del teatro, las artes marciales, la construcción de un jardín de infantes para los niños sin hogar, etc., eso se considera genial, y luego se vuelve atractivo para los demás.

Las imágenes de los medios pueden alimentar sentimientos de autodesprecio y odio hacia el cuerpo. La gente nunca puede ser lo suficientemente delgada o sexy o lo suficientemente fuerte. Esto genera inseguridad justo en el momento en que en su desarrollo psicológico se ve abrumado por mensajes del exterior. Los alumnos de secundaria están buscando sus modelos, a quienes quieren emular y seguir en sus vidas. El poder de las estrellas del deporte, del cine y de la música que se presentan en costosos anuncios elegantes usando o vistiendo el producto es convincente. Los estudiantes de secundaria son más propensos a imitar estos modelos incluso cuando los adolescentes

comienzan a sospechar cómo están siendo manipulados. Sin embargo, para la mayoría de los adolescentes es difícil penetrar en esta conciencia hasta años después.

Si bien los adolescentes reciben la mayor parte de su información sobre sexo y productos de los medios de comunicación, los estudios muestran que aún valoran las actitudes de sus padres. Esto nos dice que tenemos una labor que hacer desde que son más jóvenes donde podemos hablar sobre estos temas, permitiéndoles comprender lo que consideramos como sexualidad saludable y cómo comprender el poder de los medios de comunicación. Estas conversaciones pueden ser casuales y sin presión. Lo último que quieren los estudiantes de secundaria es que sus padres les sermoneen. Es más probable que se lo tomen en serio si lo menciona un maestro al que admiran o un consejero escolar. Es sorprendente para ellos descubrir que su maestro o consejero puede decir lo mismo que sus padres. ¡Imaginen eso!

¿Qué está sucediendo internamente para fortalecer a los niños? Aquí es donde los padres y maestros son tan esenciales. Tenemos que crear un muro interior para alejar la contaminación ambiental que nos rodea. Los adultos pueden reírse de los anuncios y comprender cómo los anunciantes están tratando de engancharnos para comprar el artículo, pero los niños no pueden. Incluso los adolescentes no pueden.

### *EDUCANDO AL CONSUMIDOR*

Dar clases de educación del consumidor ayuda a los estudiantes de secundaria a comprender el poder del marketing. Pueden hacer una lista de cosas que necesitan y cosas que quieren, y luego discutir cómo esta lista afectaría lo que comprarían. Comprender la diferencia les ayuda a convertirse en pensadores.

¿Pueden ver cómo manipulan las imágenes de los comerciales? ¿Cómo se relacionan con los muñequitos divertidos que hablan? ¿Pueden identificar cuál es la intención del anunciante? Los estudiantes de octavo grado pueden desarrollar proyectos para averiguar por qué los anunciantes muestran sus productos de una manera particular.



¿Cuál es la intención? ¿Cuál es la influencia de una celebridad que habla de su producto favorito? ¿Qué significa ser influenciado?

Dicha educación del consumidor es de gran ayuda para ayudar a los niños de la escuela secundaria a despertar y adquirir habilidades de pensamiento crítico. Dichas habilidades también se desarrollarían en su clase de tecnología, cuando estudian el uso de teléfonos celulares y computadoras, y redes sociales y se comparan con los modelos en anuncios de televisión, revistas o vallas publicitarias.

Por ejemplo, pueden elegir un artículo como una bicicleta. Podrían investigar, compararlo con bicicletas similares fabricadas por otra empresa, evaluar los precios y lo que se incluye como extras, y luego decidir si querrían comprar este producto. Se aprenderían términos como consumo conspicuo, compras navideñas, Black Friday, etc. Los estudiantes de octavo grado estarían orgullosos de compartir este tipo de información con sus padres. Dado que los estudiantes de secundaria tienen un efecto en lo que los padres compran a través del “poder de insistir”, tener claridad les informará mejor sobre las marcas de ropa, los aparatos electrónicos e incluso los electrodomésticos para el hogar.

Dado que los estudiantes de secundaria tienen acceso a ingresos ya sea a través de sus trabajos ocasionales, mesadas, regalos de cumpleaños u otros, se sorprenderían al darse cuenta de cuánto poder tienen en las tiendas del centro comercial.

Las fuerzas del marketing quieren dirigir la forma en que los estudiantes de secundaria usan su dinero o el de sus padres, convertirse en consumidores educados puede protegerlos de estas fuerzas y ayudarlos a decidir por sí mismos lo que necesitan y quieren.

Aunque los estudiantes de secundaria son más propensos a escuchar anuncios que incluyan adolescentes como modelos más que a adultos, todavía están influenciados por los hábitos de compra de sus padres. La presión para ser delgadas es una de las causas del aumento del tabaquismo en las niñas durante estos años. Sabemos por estudios que si un niño forma una lealtad a una marca de cigarrillos alrededor de los trece años, probablemente esta será su marca en la edad adulta.

Los estudiantes de secundaria, como consumidores, pueden llegar a discernir lo que compran o anhelan. Con orientación, videos que muestran lo que sucede tras bambalinas e involucrándolos en la investigación del consumismo, pueden comenzar a tomar decisiones más cuidadosas. Si los niños de la escuela secundaria pueden convertirse en socios en la exploración del efecto de la publicidad, es posible que se sientan empoderados para ser pioneros. Al trabajar juntos en grupos, pueden sumar fuerza para tomar decisiones difíciles y sentirse poderosos.

## CAPÍTULO 14

# Los padres también son personas

Ser padre es un gran desafío porque es una parte importante de todo el sistema de vida en el que estamos comprometidos. Sin embargo, estoy convencida de que es el trabajo más sagrado que hacemos. Además de la presión que siempre ha existido, el estrés en torno a la crianza de los hijos ha cambiado radicalmente. Eso suena contrario a la intuición porque tenemos muchos electrodomésticos que ahorran energía. Pero la vida es más rápida, más compleja, más desconocida. Las convenciones pasadas que mantenían unida a la sociedad se han relajado.

Los padres han perdido la confianza en su capacidad para ser una autoridad con sus hijos, y los niños están gobernando el gallinero. Los niños necesitan padres que estén dispuestos a ser adultos, establecer límites y tener expectativas razonables. Habiendo sido maestra y madre de estudiantes de secundaria, puedo sentir empatía con los desafíos que tuvieron los padres de niños en mi clase, así como reflexionar sobre las experiencias con mis propios tres hijos, un niño de crianza y varios estudiantes de intercambio. Todos necesitamos ayuda, especialmente cuando nuestros hijos llegan a la escuela secundaria y comienzan a tener una mente propia, así como un lenguaje para comunicar sus deseos.

La familia es la imagen de la sociedad humana. Lo que los niños aprenden en su familia les da el modelo de lo que es la vida, cómo se relacionan las personas entre sí, qué están dispuestos a dar al otro y cómo las fortalezas y debilidades de cada uno afectan a todos los demás. Para algunos niños, la experiencia familiar es un regalo que moldeará sus vidas de manera positiva. Para otros, es algo que se debe evitar.

Cuando nuestros hijos llegan a la escuela secundaria, nos enfrentamos a nuestros propios miedos, ansiedades y sueños. Queremos protegerlos para que no crezcan demasiado pronto y, sin embargo, a veces queremos unirnos a ellos y convertirnos en adolescentes nosotros mismos. Pero la tarea más importante es orientarlos.

Creo firmemente que TODOS los padres (y yo me incluyo aquí) todavía están estancados psicológicamente en una o algunas de las muchas fases del desarrollo adolescente normal. (Considerando que la adolescencia es de 13 a 18 años.) Cuando nuestros hijos adolescentes alcanzan las etapas (edades) en las que vive nuestro propio dolor o dolor sin resolver, quedamos atrapados en emociones y confusión que no entendemos. Podemos tratar de imponer un control rígido sobre nuestros adolescentes, en lugar de ofrecerles guías y límites. Es posible que perdamos la conciencia de las cosas que nosotros mismos hicimos o dejamos de hacer cuando éramos adolescentes y dudemos en ver el problema como nuestro. Es posible que tardemos en buscar ayuda externa, y nos enteremos gracias a la policía, la escuela, los amigos, otros padres o familiares que nuestro adolescente tiene una vida secreta de la que no sabíamos nada. (Elium, *Raising a Teenager* [Criando a un adolescente], págs. 6-7)

Una de las cosas más importantes al trabajar con los niños en la escuela intermedia es encontrar tiempo para hablar con ellos. La generación anterior de padres les dijo a sus hijos que salieran a jugar. Los padres de hoy tienen muchas preocupaciones: extraños, violencia, lesiones, caídas e intimidación. Entonces, por un lado, los niños lo tienen todo y por otro, carecen de experiencias críticas.

## *DINÁMICA DE LOS PADRES*

Como los años de la escuela secundaria son una de las etapas más frágiles, todo lo que sucede alrededor de los jóvenes los afecta de maneras que no comprenden. Sus habilidades de razonamiento aún no están ahí, por lo que experimentan cada situación como todo lo que hay, pero carecen de contexto. Por ejemplo, un padre dice: “Superarás estos sentimientos de soledad. Un día mirarás hacia atrás y apreciarás que tienes amigos y familiares que te quieren”. El niño no puede imaginar eso, no puede pensar en sí mismo mirando hacia atrás. Todo lo que saben es lo que siente en ese momento.

Debido a que los estudiantes de secundaria están pasando por tantos cambios internos, necesitan poder contar con sus padres. Aunque pueden rechazarlos exteriormente, todavía dependen mucho de ellos y los escuchan incluso cuando no lo parece.

En los casos en que los padres están en desacuerdo, los jóvenes pagan el precio. Para obtener lo que quieren, los estudiantes de secundaria aprenden a manipular a los adultos, a enfrentarlos entre sí, o hábilmente hacer que piensen que el lugar al que deben ir o lo que deben hacer fue realmente idea de los padres cuando era lo que el joven quería todo el tiempo. A veces, los resultados no benefician al joven a largo plazo, pero el disfrute del éxito temporal aumenta la sensación de poder. El padre se ha rendido y se puede restablecer la paz y la tranquilidad.

Nuestra familia compartía las cenas del lunes por la noche con nuestros parientes vecinos. Eran situaciones tensas en las que el comportamiento de los primos bastaba para que quisieras cavar un hoyo y esconderte. Sus padres no estaban de acuerdo con la disciplina y qué tipo de contestaciones tolerarían. Todos estaban estresados. Cuando comíamos en su casa, los niños se sentaban en una mesa separada de los adultos. Cuando las dos familias cenaban en nuestra casa, los niños y los adultos nos sentábamos juntos. Descubrimos que la conversación con los padres era un modelo del que los primeros adolescentes podían aprender y al que podían contribuir. Una noche después de

que regresamos a casa, mi hijo dijo: “Nunca nos dejarías hablarte así”. Estaba claro que quería estar seguro de que nunca toleraremos tal comportamiento.

Los estudiantes de secundaria buscan estabilidad y la falta de ella aumenta su confusión. Necesitan adultos que sean adultos. Cuando los padres recurren al niño en busca de aprobación o confían en él para tomar decisiones importantes, este reemplazo incorrecto de autoridad desestabiliza al niño. Aunque puede evitar la confrontación a corto plazo, se está erosionando la autoridad sana. Hay formas de incluir a los jóvenes en las decisiones grupales. De hecho, es importante hacerlo, siempre que todos tengan claro quién toma la decisión final. Las ideas creativas pueden surgir cuando se incluye y se respeta a los jóvenes en las conversaciones.

Los padres bajo estrés se vuelven egocéntricos, solo tratan de pasar cada día. Pueden perder de vista las necesidades de sus hijos y concentrarse solo en las suyas. Los niños tienen que preparar sus propias comidas, organizar paseos, pasar mucho tiempo sin supervisión y poca supervisión de sus tareas escolares. Algunos niños que regresan a casa con una casa vacía, pasan horas a solas antes de que los padres regresen, puede que llenen el tiempo con videojuegos, visitas no autorizadas de compañeros de clase, pornografía en Internet u otro comportamiento inapropiado. Justificar las largas horas del niño a solas diciendo que sus hijos son flexibles y que les irá bien, puede ser ilusorio.

Los padres que tienen que trabajar muchas horas a menudo tratan de mantenerse conectados con sus hijos llamándoles cada hora para recordarles lo que deben hacer y haciéndoles saber cuándo volverán los padres. Esto ayuda al niño a sentir la presencia de los padres. Tener un vecino o un abuelo disponible para ayudar, ya sea estando en la casa o haciendo que el estudiante de secundaria pase tiempo en la casa de un amigo o abuelo puede ser un salvavidas.

Los padres monoparentales tienen el estrés adicional de administrar el hogar y la relación con los hijos por su cuenta. Sus intenciones son a menudo muy buenas y quieren ser padres involucrados, asistir a las

actividades de sus hijos y apoyar los intereses de su hijo o hija, pero es difícil poder hacer todo. Es una cuestión de equilibrio: cómo satisfacer las expectativas en el trabajo y cómo satisfacer las necesidades en el hogar.

Con varios hijos en la familia, la tarea de los padres es más complicada. Es importante construir una sólida red de apoyo de amigos y familiares que ofrezcan amor y compromiso continuos, ayuden con las citas, escuchen atentamente y ocasionalmente les den un descanso a los padres. Las presiones financieras, los problemas médicos, las reparaciones de la casa y los horarios de vacaciones escolares se suman al estrés de los padres solteros.

Cuando los padres comparten una relación sana entre ellos, la crianza de un niño de edad de escuela secundaria es una experiencia común con momentos de calidez y compañerismo, humor, estabilidad e incluso aventura. El niño es parte del “hogar, dulce hogar”. Pero ninguna relación es perfecta y los padres seguirán teniendo problemas y lucharán por recuperar el equilibrio. Si logran recordar que su hijo de secundaria se ve afectado por el estrés, es posible que puedan asegurarles que todo se resolverá. Los niños pueden tolerar mucho siempre que no sientan que su vida está al borde del colapso.

Recuerdo a mis padres peleando entre ellos y cómo me revolvía el estómago. Me escondía en mi habitación y me prometía a mi misma que cuando creciera nunca pelearía con mi esposo. Habría sido más saludable para mí cuando era niña entender que los padres tienen momentos en los que no están de acuerdo entre ellos y necesitan resolverlo, pero que el mundo no iba a llegar a su fin. Me habría beneficiado si nos hubieran explicado que, aunque no estaban de acuerdo, todavía se amaban. Desafortunadamente, esa generación no era tan consciente psicológicamente de los efectos de su comportamiento sobre sus hijos.

Mi hijo adulto es consciente de lo sensible que soy con las peleas entre padres. Durante las vacaciones de Navidad, lo visité a él y a su esposa. No estaban de acuerdo sobre dónde estaba el vivero de árboles de Navidad. Aunque no se estaban hablando enojados ni a gritos, yo

sentía como mi estómago comenzaba a hacerse un nudo (un remanente de la infancia). Mi hijo se volvió hacia mí y me dijo: “No te preocupes, mamá, no estamos discutiendo, solo tenemos una diferencia de opinión”. Resultó que ambos tenían razón sobre la dirección de la guardería porque había una en ambos lados opuestos de la ciudad. Todos nos echamos a reír. Fue un recordatorio de cómo las experiencias de la infancia permanecen con nosotros como desencadenantes en nuestra edad adulta. ¡Los padres también son personas!

Cuando los niños de esta edad se meten en dificultades debido a su mal comportamiento, los padres deben tener cuidado de no proyectarse en ellos de manera que protejan a sus hijos de las repercusiones de sus acciones.

Susannah, alumna de sexto grado, era la tesorera de su clase. Después de una recaudación de fondos, Susannah recogió el dinero y lo entregó. Sin embargo, se quedó con \$25. Encontraron el dinero en la billetera de Susannah, en su mochila. Su madre acusó a la maestra de ser injusta porque su hija nunca robaría dinero. Entonces, todo el asunto se enfocó en “Mi hija nunca ...”, como si las acciones de la niña fueran un reflejo directo del adulto. Debido a que la madre no pudo aceptar esto como una oportunidad para ayudar a su hija a resolver el problema, como pudo ser devolver el dinero y escribir una disculpa, la madre sacó a la niña de la escuela.

### *ATRAPADOS EN EL MEDIO*

Cada situación es diferente, pero los niños a menudo se ven atrapados en medio de problemas matrimoniales, divorcios y pérdidas. Se espera que lo superen y sigan adelante. Pero los niños de secundaria son frágiles. Saben lo suficiente como para saber que sus padres lo están pasando mal, pero no comprenden (y no deberían tener que hacerlo) la complejidad de las relaciones adultas.

Peter, de doce años, estaba sentado con la cabeza gacha, lejos de sus compañeros de clase. Su padre acababa de mudarse y le habían pedido a Peter que ayudara a llevar las cajas de las cosas de su padre al



coche. Sentía emociones contradictorias mientras estaba sentado allí, casi paralizado por la tristeza. Tal vez la vida sería más tranquila en casa, tal vez todavía vería a su padre los fines de semana, tal vez tendría que convertirse en el hombre de la casa, sea lo que sea que eso signifique, tal vez tendría que ayudar con sus hermanos menores, tal vez, tal vez, quizás. No sabía a quién culpar, pero sentía que tal vez había hecho algo para que su padre se fuera. “Tal vez si hubiera sido más útil, tal vez si no le hubiera ganado al ajedrez, tal vez si hubiera ordenado mejor mi habitación”. Se sentía culpable, pero no sabía por qué. Simplemente se sentía fatal.

Estar atrapado en medio de una batalla por la custodia es devastador para un estudiante de secundaria. Sin la madurez necesaria para comprender las relaciones humanas, todo el sentido de supervivencia del niño se ve amenazado. Russell dijo que sentía que estaba en medio de una guerra. Realmente no importaba quién estaba equivocado y quién tenía razón. Odiaba todo el asunto. Si mostraba interés en estar con su padre, su madre lo acusaba de desleal y en ocasiones incluso amenazaba con hacerse daño. Russell tuvo que tomar el lado de su madre ya que vivía con ella. De vez en cuando decía algo, pero sobre todo estaba callado. Solo quería que toda la situación volviera a ser como había sido antes. No había forma de que pudiera entender lo que sentían los padres. Solo quería que pasaran las semanas. Tan pronto como cumplió los dieciocho, se unió al ejército.

Una niña de trece años lidió con la tensión entre sus padres escapándose por la ventana y saliendo a fumar marihuana con otros adolescentes. Estaba furiosa con su padre por irse y no quería escuchar su punto de vista. Sentía resentimiento hacia su madre, pero era leal a ella y aceptó la opinión de su madre sobre la relación. Antes, había sido una niña encantadora, ansiosa por aprender y llena de aventuras. La dura experiencia de la ruptura de la familia resultó en una adolescente muy enojada que eligió una vida dura y rápida, y tardó décadas en recuperar el equilibrio.

John, alumno de séptimo grado, no hizo preguntas cuando su padre se mudó. Se quedó callado y de mal humor. Una noche, mientras

su madre y sus hermanas estaban cenando, John golpeó la mesa con el puño y preguntó: “Sólo quiero saber qué está pasando por aquí”.

Ambos padres divorciados se sienten tentados a compartir sus sentimientos con sus hijos, confiando en ellos sobre su propia vida personal, a menudo incluso pidiéndoles la opinión de sus hijos sobre un nuevo “amigo”. Es estresante cuando uno de los padres hace comentarios sobre el gusto de la expareja en novias o novios o involucra a los niños en nuevos acuerdos. “¿Será agradable verdad? Todos iremos a las montañas el fin de semana”. La palabra todos incluye al padre, a la nueva amiga del padre y a los hijos de esa nueva amiga, o amigo. ¿Qué se supone que debe hacer el joven de secundaria? ¿Fingir que todo está bien? ¿Quién es esa persona? ¿Se va a mudar a la casa? ¿Qué pasa con sus hijos?

Cuando los padres se divorcian, las experiencias de cada hijo se basan en la etapa de desarrollo en la que se encuentran. Por ejemplo, en una familia, la hija mayor había tenido una infancia estable y estaba en undécimo grado cuando sus padres se separaron. Estaba molesta con ellos, pero su personalidad ya estaba formada, por lo que no estaba traumatizada emocionalmente.

Sin embargo, su hermano estaba en séptimo grado cuando vivió ese hogar estresante. Su padre se había ido. Su madre estaba luchando por cuidar de la familia, trabajar a tiempo completo y él estaba confundido acerca de su papel. Mientras que él había sido el hijo del medio enfocado en sí mismo, en aventuras, construcción de fuertes y patinaje sobre hielo, ahora tenía que asumir más responsabilidades y lo peor era que su padre no estaba allí. Mientras comenzaba a moldear su identidad, la situación era inquietante. El estudiante de secundaria no tiene la capacidad de comprender los sentimientos de cada adulto y solo está tratando de no ahogarse en la corriente.

Su hermana menor estaba en cuarto grado y ella se vio afectada de manera diferente. Había estado muy unida a su padre, sentía que era su favorita y ahora se había ido. Su madre estaba luchando por salir adelante y ella lo sabía, pero no sabía qué hacer. Cuando surgió

la posibilidad de que su madre viera a otro hombre, se molestó mucho porque trastornó su fantasía de creer que sus padres volverían a estar juntos algún día. Cargó con el sentimiento de abandono hasta su edad adulta cuando pudo comenzar a comprender los sentimientos de un adulto.

Los estudiantes de secundaria responden a estas situaciones con sus sentimientos, antes que nada: ira, tristeza, furia o retraimiento.

### *INDIVIDUOS DENTRO DE LA FAMILIA*

El camino para convertirse en un individuo tiene muchos giros y vueltas. Los estudiantes de sexto grado son como capullos, delicados pero llenos de promesas. Los estudiantes de octavo grado son como flores, volviéndose fuertes y multicolores. Llegarán más plenamente a sí mismos a medida que florezcan en la escuela secundaria. A medida que los niños pasan por la escuela secundaria, tienen la oportunidad de explorar áreas de interés, probar diferentes roles, relacionarse con el éxito y el fracaso, acercarse a los adultos, escoger amistades, sentirse felices, solos, decididos e inseguros mientras encuentran su camino al tiempo que experimentan dramas sociales. Cada una de estas experiencias ayuda a moldear el sentido de identidad e individualidad del joven.

Los padres tienen que saber qué tan involucrados estarán en la experiencia de su hijo de secundaria. La amabilidad es buena, pero demasiada simpatía impide que el niño sepa qué hacer. Parte de su desafío es aprender a separarse de los padres y, por doloroso que esto pueda parecer a veces, es necesario. Dando pequeños pasos en el camino se preparan para el cambio más grande que sucederá después de la escuela secundaria.

Por supuesto, comenzaron a dar estos pasos cuando eran más jóvenes, decidiendo qué hacer, qué vestirse, eligiendo qué jugar o a qué amigo visitar. Si constantemente se sienten demasiado inseguros para tomar algunas de estas decisiones, es posible que dependan demasiado de sus padres. Naturalmente, los padres deben tomar decisiones con

respecto a su seguridad y la idoneidad en ciertas situaciones, pero permitiendo áreas de elección independientes.

Algunas de las áreas en las que el estudiante de secundaria toma estos pasos incluyen la decoración de su habitación, la ropa que usa, las materias optativas que toma, las actividades extracurriculares y los juegos a los que se une. Ciertas decisiones necesitan discutirse: si el joven acompaña a la familia o no a visitar a los abuelos, si un amigo puede ir de vacaciones con la familia, elegir una dieta diferente a la del resto de la familia, entre otras.

También hay experiencias que los estudiantes de secundaria eligen que son secretas, o que al menos los padres no saben sobre ellas durante mucho tiempo. Los estudiantes de octavo grado pueden optar por asistir a una fiesta con estudiantes de secundaria y no contarles a sus padres sobre ello. Esto puede dar lugar a muchas conversaciones difíciles según la actitud de los padres. Otros estudiantes de octavo grado toman malas decisiones con respecto al alcohol y el sexo. Las decisiones más comunes hoy en día tienen que ver con las redes sociales.

Todas estas experiencias son oportunidades de crecimiento. Permiten conversar con los padres sobre cómo lidiar con la decisión que tomaron, qué más podrían haber hecho de manera diferente y cómo vivir con las consecuencias. No importa cuán mala sea la decisión, los padres deben hacer saber a sus hijos que están allí para apoyarlos y ayudarlos a asumir la responsabilidad de sus acciones.

### *¿QUIÉN ESTÁ A CARGO?*

Con sus habilidades de pensamiento recién adquiridas, los estudiantes de secundaria agudizan su capacidad verbal discutiendo con sus padres o averiguando cuál de ellos es más maleable. La dificultad para los padres es que cuando sus hijos agudizan sus habilidades para discutir, el encuentro no tiene fin. El niño tiene la energía para seguir adelante sin ninguna conclusión. Si no se salen con la suya, continúan discutiendo al día siguiente. El padre está agotado y, a menudo, cede a la solicitud, aunque no sea deseable. El estudiante de secundaria conoce

los puntos débiles de los padres y sabe insistir, causando frustración y, a veces, desesperación. Unas horas más tarde, el padre todavía se siente molesto mientras el joven sigue su camino alegre.

Durante muchos años enseñé una clase a estudiantes de duodécimo grado durante la cual miraban hacia atrás en su vida familiar. Un tema común era “Odiaba a mi madre cuando no me dejaba ir a ese concierto, pero ahora estoy agradecido por su orientación”. Cuando tienen 17 o 18 años, miran hacia atrás y reconocen cuánto pensaban que sabían y lo poco que realmente sabían. Pero no hubiera ayudado haberles dicho eso cuando estaban en medio de una rabieta, en plena edad de escuela secundaria.

No hay una forma fácil de sobrellevar esta etapa de la vida. Los cálidos sentimientos de amor hacia un bebé o un niño pequeño no se transmiten tan fácilmente a un niño de escuela secundaria que desafía cada declaración. Tenemos que desarrollar habilidades para involucrar al joven en una conversación en la que se escuche y se respete la opinión de cada uno.

Aunque los estudiantes de secundaria discutan sobre los acuerdos familiares, quieren saber que un adulto está a cargo. Si hay una opción de vacaciones familiares, los niños deben ser escuchados, pero tiene que quedar claro quién toma la decisión final. A veces, sugerir que traigan a un amigo puede facilitar la decisión. Por otro lado, tener al estudiante de secundaria y a su amigo acurrucados en el dormitorio jugando videojuegos no es la mejor idea para unas vacaciones familiares.

A menudo, la decisión de con qué padre pasará las vacaciones el niño se decide por los acuerdos de divorcio. Al menos, en ese caso, está claro. Sin embargo, habrá ocasiones en las que los padres divorciados necesitarán negociar las visitas debido a compromisos que interfieren con los arreglos acordados. Si pueden resolver esto sin demasiado estrés, el niño gana. Si el niño se siente maltratado por la conversación, es una pesadilla.

Recuerdo con afecto haber visitado a una amiga. Su hijo de octavo grado no quería seguir tocando el violín. Ella tenía una voluntad

muy fuerte, e insistió a su hijo para que siguiera practicando. Mientras miraba esto, yo pensé que ella estaba yendo demasiado lejos. Pero mi amiga conocía a su hijo, y después de sus muchas protestas, hizo algunas bromas, pero no se rindió. Cuando terminó de practicar, estaba sonriendo. En la escuela bachiller, se le permitió cambiar de instrumento si quería, y escogió la guitarra con entusiasmo.

Si los padres se quedan demasiado atrapados en el aspecto difícil de criar a los niños en la escuela secundaria, pueden perderse los maravillosos momentos creativos en los que sus hijos tienen muy buenas ideas, entusiasmo, idealismo y espontaneidad. ¡Esta experiencia no debe perderse!

### *BUSCANDO MÁS INDEPENDENCIA*

Los estudiantes de secundaria tienen un sentido poco realista de sus propias capacidades para manejar su independencia. Quieren que se les permita probar nuevas experiencias, ir más lejos de casa o pasar el rato con diferentes grupos de amigos. Sienten que tienen buen juicio y que sus padres deberían sentirse cómodos con eso. Al mismo tiempo, quieren que sus padres los ayuden con transporte, dinero, y cuentan con sus padres para rescatarlos, si es necesario. Necesitan comenzar el proceso que en el futuro resultará en que el niño se mude de casa. Es un proceso que pasa por muchas etapas.

Un niño no quiere que su madre sea cariñosa con él frente a sus amigos. A medida que cambia su lealtad de padres a amigos, usa a sus compañeros en esta lucha por la libertad. “Todos mis amigos tienen un teléfono celular”. “Todos mis amigos pueden quedarse hasta tarde”. “Todos mis amigos pueden elegir adónde ir en verano”.

Aquí hay dos formas en que puede desarrollarse una conversación.

Chico: Todo el mundo tiene un iPhone, menos yo.

Padre: ¿Todos? ¿Cada persona tiene un iPhone?

Chico: Sí, y a mí me tratas como a un bebé y no me compras uno. No confías en mí solo porque otros estudiantes usan el suyo

de mala manera, yo soy lo suficientemente maduro para usarlo bien.

○

Chico: no confías en mí. Nunca me dejas hacer lo que quiero ni tener nada de lo que quiero. Te odio.

○

Chico: Todos en mi clase tienen un iPhone, excepto yo.

Padre: Bueno, tal vez eso sea cierto o tal vez no. Sin embargo, no necesitas un iPhone ahora. Cuando vayas al bachillerato lo consideraremos.

Tuve la suerte de compartir un taller con David Elkind, el destacado psicólogo y autor de *The Hurried Child* (El niño apurado) y *All Grown Up and No Place to Go* (Ya mayorcito y sin donde ir). Describió cómo le insistió a su abuela que quería algo que todos los demás tenían. Su abuela le rodeó la cara con las manos con cariño y le dijo: “David, sé que lo quieres, pero ¿qué necesitas?”. La diferencia entre querer y necesitar es una realidad importante con la que un niño de escuela secundaria debe luchar.

Los varones emprenden la batalla por la independencia primero dentro de la familia y luego fuera. Pasan más tiempo fuera de casa, generalmente con amigos varones, y trabajan duro para demostrar su masculinidad, ya sea con otros chicos, con novias y tomando trabajos fuera de casa. Un padre dice: “Mike no moverá ni un dedo para ayudar en el jardín, pero ganó \$180 dólares desyerbando, cortando el césped y regando las plantas de los vecinos. Ellos comentan lo responsable que es, pero no podemos lograr que haga nada en casa”.

Parte de lograr la independencia es guardar secretos. Quieren tener su propio sentido de poder, eligiendo cómo gastar su tiempo y con quién. Annette, de sexto grado, me confió: “Cuando vuelva a casa esta tarde, pasaré dos horas jugando a mi videojuego favorito. Mi madre no lo sabrá. Pensará que estoy haciendo mi tarea”.

Diarios, lenguajes secretos, códigos y gestos con las manos, susurros, disimulos, todos son parte de este nuevo mundo de secretos.

Sólo cuando nuestros hijos se convierten en adultos, descubriremos algunas de las muchas cosas secretas que hacían.

Las chicas también quieren independizarse, pero lo hacen de otra forma. Están en conflicto entre apoyarse en sus madres para pedirles consejo y alejarse de ellas. Piden prestada la ropa de su madre y luego dicen que está pasada de moda. Se quejan constantemente porque están atrapadas entre ver a sus madres como modelos y querer separarse de ellas. Ir de compras con una hija de secundaria es una experiencia inolvidable. La madre dice que el atuendo se ve bien, la niña decide que su madre no tiene gusto. La madre dice que un atuendo no le queda bien, la niña decide comprárselo.

Incluso las chicas obedientes encuentran formas de ser independientes. Lana era una niña muy respetuosa, interesada en todo lo que la rodeaba y no propensa a la rebeldía. Su familia vivía en Asia, donde su padre era maestro. Dondequiera que fueran, la gente quería tomar fotos grupales. Lana odiaba todo ese alboroto. No iba a avergonzar a sus padres negándose a aparecer en las fotos de grupo, pero en todas las fotografías salía de ojos cruzados. Todos encuentran su propia manera de decir: “Yo decidiré qué hacer”.

Los padres y los estudiantes de secundaria sienten el tira y afloja entre la libertad y la responsabilidad en el camino hacia la independencia. ¿Cuánta responsabilidad es demasiada o muy poca?

Las niñas viven la relación con su padre de maneras diferentes. Dependiendo de cómo la trate, ella puede cultivar su propia relación con él, sentándose en su regazo, yendo al mercado con él, compartiendo secretos y dejando fuera a su madre. La forma en que su padre la trata puede afectar su sentimiento de feminidad. ¿Le dice que se ve atractiva? ¿Le dice que está empezando a ponerse un poco regordeta? ¿Le dice que no quiere que crezca demasiado rápido? ¿Critica sus intentos de vestirse como una adolescente? ¿Es hipersensible y toma sus comentarios muy profundamente? Después de todo, él es el primer hombre en su vida y su relación con él afectará sus relaciones posteriores con los demás hombres.



Las niñas son más capaces de acudir a su padre o madre en busca de ayuda cuando enfrentan un problema sin sentirse avergonzadas. Debido a que están más conectadas con su vida emocional, valoran el apoyo cuando lo piden. Es menos probable que los niños compartan sus dificultades, que sientan que tienen que manejarlas ellos mismos. Esto deja a los niños más solos cuando realmente necesitan la calidez del amor de sus padres. Los estudiantes de secundaria tratan de ejercer la independencia, especialmente cuando llegan al octavo grado, expresando si irán a reuniones familiares o participarán en prácticas religiosas. A menudo, el rito religioso de aprobación de la confirmación o bar o bat mitzvah sirve como un punto de inflexión. Después de eso, los jóvenes pueden tomar su propia elección. También quieren tener la libertad de elegir a sus propios amigos independientemente de las opiniones de sus padres.

### *ELECCIÓN Y LIBERTAD*

¿Cuánta libertad es la adecuada? ¿Qué tan involucrados deben estar los adultos? Organizarse es una de las habilidades más difíciles para los estudiantes de secundaria. Apenas pueden recordar dónde dejaron sus mochilas, pero quieren que confíen en ellos para emprender una aventura. Qué harán, adónde irán, cómo viajarán, dónde dormirán, cómo comerán, etc. Aquí es donde los padres pueden ayudar en la etapa de planificación. En lugar de que los padres se hagan cargo de la planificación, pueden discutir la situación. ¿Qué tipo de aventura funcionará? ¿La aventura es irte en bicicleta el resto del día o pasar la noche fuera? ¿Cuánta libertad puede tener un niño de 12, 13 o 14 años sin la supervisión de un adulto? En algunas partes del país es normal que los estudiantes de secundaria se ausenten todo el día solos; en otros lugares, no. ¿Qué sería aceptable para dos o tres jóvenes que se fueran solos? ¿Un viaje al centro comercial? ¿Por qué? ¿Para qué? ¿Qué harán allí? ¿Un paseo en bicicleta y un picnic por el sendero hasta el parque estatal? Es muy común en Europa que los jóvenes tomen el tren solos para visitar a amigos o familiares a muchas horas de distancia.

Esto es mucho menos común en los EE. UU., donde existe una mayor preocupación por la seguridad de los niños y niñas.

Puede ser que la aventura sea una actividad grupal lejos de la familia, con una clase, un club u otra familia. Por ejemplo, si los estudiantes de secundaria van a un viaje de campamento con un club, un grupo Scout o su clase, el adulto puede ayudarlos a organizarse y revisar la lista, pero dejándoles averiguar qué es lo que necesitan, que tienen y que necesitan obtener. Sin embargo, no están solos como lo estarían los estudiantes de bachiller. Si los estudiantes de secundaria hacen esto solos, los resultados pueden ser devastadores. “No pude encontrar mi poncho”. “No traje el par de zapatos extra que se requería, y ahora estoy empapado. Soy un estúpido. Odio esto. Nunca volveré a hacer esto”.

Se debe aprovechar cada oportunidad para ayudar a los estudiantes de secundaria a organizar sus vidas sin tomar del todo las decisiones por ellos.

### *¿CUÁNTO ES DEMASIADO?*

La tendencia, especialmente entre los padres de clase media, es darles a sus hijos demasiadas experiencias. Llenar sus horas extracurriculares con lecciones de música, actividades deportivas, baile, yendo de una cosa a otra, cenando un refrigerio rápido en el camino, llegando tarde a casa, todavía con algunos deberes por hacer y sin poder dormir lo suficiente. Los padres deben preguntarse, ¿cuánto es suficiente? ¿Están haciendo esto porque quieren o es para complacerme a mi?

Los sábados a menudo están llenos de juegos o ensayos obligatorios. Los padres dejan al niño en el evento o se quedan y observan. Estas experiencias colocan a los estudiantes de secundaria en constante comparación con los demás. ¿Los padres van a criticar cómo fue el juego o qué debería haber hecho mejor el joven? Vivo al otro lado de la calle de un campo que se llena todos los sábados por la mañana con equipos. A veces no está claro si los niños o los padres

están involucrados emocionalmente en lo que está sucediendo. Animar es una cosa, pero gritar correcciones o juicios es otra.

Cuando las actividades organizadas llenan el tiempo fuera de la escuela, le quitan tiempo a la familia, ya sea que se trate de trabajar juntos en el jardín, llevar al perro a pasear o ir de picnic. Una vez que los niños están en la escuela secundaria, el tiempo se vuelve muy valioso.

### *EL PENSAMIENTO DE LOS NIÑOS DE SECUNDARIA AFECTA LA VIDA FAMILIAR*

El nuevo sentido de pensamiento de causa y efecto del estudiante de secundaria se manifiesta en la dinámica familiar. Si el adulto elogia demasiado y pone mucha atención en los logros de los estudiantes de secundaria: ballet, béisbol, conocimientos de tecnología, etc., los jóvenes pueden asumir que esa es su identidad. Entonces puede que se muestren reacios a probar cosas nuevas o renunciar a las antiguas, ya que se han convertido en su identidad. Es útil que los padres encuentren cosas positivas que decir sobre varias habilidades o talentos para que el estudiante de secundaria no limite su identidad.

Al mismo tiempo, si los padres elogian demasiado al hijo de otra persona debido a un talento en particular, o lo comparan desfavorablemente con su propio hijo, el joven puede sentir que “no soy bueno en nada, un fracaso total”. Los estudiantes de secundaria son muy literales y toman cada ejemplo como una realidad total.

Los padres que lean esto pueden sentir que nunca lo van a hacer bien, que todo lo que digan puede ser entendido negativamente por su hijo en esta etapa. Esto es verdad. Lo que los padres pueden hacer para aprovechar la situación al máximo es decir algo como: “Has trabajado muy duro para mejorar tu ortografía. A veces puedes sentir que no estás progresando mucho, pero esto no se logra de la noche a la mañana. Veamos si puedes mejorar un poco en cada prueba de ortografía”.

O “Realmente disfruté la actuación de tu compañera de clase Jill en la obra. Debe haber puesto mucho esfuerzo en aprender todas esas líneas. ¿Qué opinas?” Eso deja abierta la conversación, incluso si la

respuesta es “No lo sé”. Y “Recuerda cuando eras el caballero o el pastor en esa obra en cuarto grado. Esta obra era mucho más difícil”.

El pensamiento concreto o literal puede llevar a suposiciones falsas. Cuando estaba en séptimo grado, mi clase organizó un paseo al canal en un barco con fondo de vidrio. Costaba un dólar, sin embargo, yo sentía que no podía pedirles el dinero a mis padres porque los había oído hablar acerca de que tenían poco. No tenía perspectiva de lo que eso significaba, así que no les conté a mis padres sobre el paseo, pero me quedé en la escuela el día que mi clase se fue. Años más tarde, cuando mi madre se enteró, dijo: “Podíamos haberte dado el dinero. ¿Por qué no preguntaste?” ¿Qué significa “poco”? Asumí en mi mente de séptimo grado que poco significaba que no podían darme un dólar. Los estudiantes de secundaria están tratando de descubrir el mundo y es difícil cuando solo la mitad de su cerebro es lo suficientemente maduro.

Los estudiantes de secundaria a menudo ven el mundo en términos de “nunca”, “siempre” y “todos”. Zack jugaba fútbol en la escuela secundaria. Sus padres trabajaban muchas horas, pero se esforzaban por ir al menos a un partido cada temporada. Cuando Zack estaba en el duodécimo grado, me dijo que sus padres nunca lo apoyaron, que nunca vinieron a verlo jugar, especialmente el día que marcó el gol de la victoria. El hecho de que sus padres asistieron a un juego no cambió su sensación de pérdida al ver a otros padres que iban a todos los partidos. Cuando lo hablamos, y le pregunté si sus padres habían asistido siquiera a un juego, respondió que tal vez sí, pero no lo creía. Era difícil, incluso con su mayor habilidad para resolver las cosas, para él superar la conclusión a la que había llegado en octavo grado.

### *UN APEGO SALUDABLE Y NO SALUDABLE*

El vínculo y la crianza entre el niño y el adulto en sus primeros años, así como el juego, sientan las bases de un apego saludable. Sin esas experiencias, especialmente en los primeros tres años, el niño carece de confianza en las personas y el medio ambiente. Los gestos de las personas en su infancia se han impreso en ellos, los de agresión, de

bondad, de abrazar suavemente, de desinterés, todos están ahí como una comida no digerida. Durante los próximos años se digieren estas experiencias y se comienza a construir la propia identidad. ¿Soy lo que he sido antes? ¿Una tercera hija, un niño triste y huérfano, un niño despreocupado, una hermana celosa? ¿Un niño abandonado? ¿Un niño amado? ¿O soy algo diferente, algo más?

Los niños pequeños han demostrado que tienen ciertos instintos morales hacia los demás, amorosos, generosos y amables. Durante la infancia imitaron el lenguaje y movimiento de los adultos. Se volvieron hacia las figuras de autoridad que los guiaron, escucharon lo que les dijeron y siguieron sus instrucciones. Aceptaron las reglas y convenciones de la vida: no seas grosero con tus padres, quédate callado en clase, no robes dulces de la tienda, ayuda a tu abuela a cargar la compra, cepíllate los dientes dos veces al día, no te comas el lunch de tu compañero de clase, etc.

Sin embargo, alrededor de los 11 o 12 años, se dan cuenta de que hay diferentes tipos de reglas. Pueden afirmar algunas con su propia brújula interior, tienen sentido. Reconocen que otras reglas fueron creadas por personas y son diferentes en diferentes familias y en diferentes escuelas. ¿Qué reglas son necesarias para una vida moral y cuáles son puramente hechas por adultos? Todavía no comprenden las razones detrás de las reglas convencionales y comienzan a probarlas, a usar nuevas habilidades de pensamiento para ver qué sucede cuando no se comportan de acuerdo con la costumbre. A medida que responden a la autoridad de una manera nueva, discuten y negocian.

“No tengo que hacer lo que me dices”.

“¿Por qué tengo que sentarme con la familia a cenar?”

“¿Por qué tengo que ir a la iglesia o la sinagoga?”

“¿Por qué tengo que ir a casa de la tía Lily? Odio eso. No tengo nada que hacer”.

“¿Por qué no puedo estar solo con mis amigos?”

“¿Por qué no puedo tener un teléfono celular?”

“¿Por qué tenemos que sentarnos en los asientos asignados?”

En estas situaciones, los padres deben practicar el respeto por sí mismos y no aceptar que sus hijos les hablen de una manera grosera o vulgar. Vale la pena recordar que estos tiempos pasarán, y aunque los vínculos entre padres e hijos en secundaria se ponen a prueba, hay días más brillantes por delante

## Palabras de cierre

El deber de los padres y maestros que trabajan con estudiantes de secundaria es alimentar la chispa, la chispa de la bondad, la belleza y la verdad, que vive en los corazones de los jóvenes.

Los padres tienen la experiencia todos los días de vivir la vida con sus hijos de edad secundaria, de modelar cómo mantienen viva su propia chispa. Es un desafío y es esencial. Sólo años más tarde los niños se darán cuenta de lo que sus padres les han dado y más adelante podrán expresar aprecio y gratitud.

Los maestros tienen la tarea de relacionarse con los estudiantes de secundaria con entusiasmo, respeto e integridad, abriendo sus mentes, corazones y extremidades para comprender y cuidar a los demás, sentir un propósito en sus vidas y reunir estos tesoros para comprenderlos en el futuro.

Una clase de sexto grado pasó el año recitando “Si” de Rudyard Kipling. Discutieron las situaciones descritas en el poema y cómo se relacionaban con su propia experiencia. Cuando lo recitaron juntos, lo hicieron erguidos con voces firmes. Era como si las palabras fueran su columna vertebral para afrontar las decisiones. El poema termina,

Si puedes estar con multitudes y conservar tu virtud,  
O caminar con reyes, sin perder tu sensibilidad al prójimo,  
Si ni los enemigos ni los amigos queridos pueden lastimarte,  
Si todos los hombres cuentan contigo, pero ninguno demasiado;  
Si puedes llenar el minuto implacable con sesenta segundos de  
    distancia recorrida,  
Tuya es la Tierra y todo lo que hay en ella, y, lo que es más, ¡serás  
un hombre, hijo mío!

Las niñas entendían que estas palabras también estaban destinadas a ellas, a pesar del uso limitado de las palabras “hombre” e “hijo”.

En las escuelas Waldorf, un verso escrito por Rudolf Steiner se dice a menudo durante las asambleas

Maravillarse con la belleza.  
Vigilar la verdad.  
Ver lo noble.  
Decidir lo bueno.  
Esto nos lleva verdaderamente  
a un propósito en la vida,  
a lo correcto en nuestras acciones,  
a la paz en nuestros sentimientos,  
a la luz en nuestro pensamiento,  
y nos enseña a confiar,  
en la obra de Dios,  
en todo lo que hay,  
En lo ancho del mundo,  
En lo profundo del alma.

Como ocurre con muchas palabras que se hablan durante la escuela secundaria, la comprensión no llega hasta más tarde. Fue interesante descubrir que los exalumnos que ahora tienen cuarenta y cincuenta años eligieron publicar este verso en Facebook durante los días difíciles del 2017. Algunos de los que lo hicieron se habrían burlado de estas frases cuando estaban en la escuela secundaria, pero ahora comprendían su significado más profundo y estaban agradecidos de tenerlos en el cofre del tesoro de su alma.

A pesar de los desafíos en la sociedad, a pesar de las poderosas fuerzas que influyen en los niños de la escuela secundaria durante su Brecha de Vulnerabilidad, nuestra tarea es ayudarlos en este momento, mientras se preparan para la Mente Civilizadora que marcará la diferencia en la sociedad que ellos construirán.



## Bibliografía (en inglés)

- Aeppli, Willi. *Rudolf Steiner Education and the Developing Child*. New York: Anthroposophic Press, 1986.
- Anderson, Craig, et al. "Violent Video Game Effects on Aggression, Empathy, and Prosocial Behavior in Eastern and Western Countries: A Meta-Analytic Review," *Psychological Bulletin*, volume 136, pp. 151–173, 2010.
- Baldwin Dancy, Rahima. *You Are Your Child's First Teacher*, third edition, Berkeley: Ten Speed Press, 2012.
- Barlett, Christopher and Christopher Rodeheffer. "Effects of Realism on Extended Violent and Nonviolent Video Game Play on Aggressive Thoughts, Feelings, and Physiological Arousal." *Aggressive Behavior*, volume 35, pp. 213–224, 2009.
- Bartholow, Bruce, et al. "Chronic Violent Video Game Exposure and Desensitization to Violence: Behavioral and Event-Related Potential Data," *Journal of Experimental Social Psychology*, vol. 42, pp. 532–539, 2006.
- Brizendine, Louann. *The Female Brain*, New York: Morgan Road Books, 2006.
- Csikszentmihalyi, Mihaly and Reed Larson, *Being Adolescent, Conflict and Growth in the Teenage Years*, New York: Basic Books, 1984.
- Damour, Lisa. *Untangled, Guiding Teenage Girls through the Seven Transitions into Adulthood*, New York: Ballantine Books, 2016.
- Elium, Jeanne and Don. *Raising a Daughter*, Berkeley, CA: Celestial Arts, 1994.
- \_\_\_\_\_. *Raising a Son*, Hillsboro, OR: Beyond Words Pub., 1992.
- \_\_\_\_\_. *Raising a Teenager*, Berkeley, CA: Celestial Arts, 1999.

- Elkind, David. *All Grown Up and No Place to Go*, New York: Perseus Books, 1998.
- \_\_\_\_\_. *The Hurried Child*, Reading, MA: Addison-Wesley, 1981.
- \_\_\_\_\_, ed. *Jean Piaget: Six Psychological Studies*, Sussex, UK: The Harvester Press, 1980.
- Freed, Richard. *Wired Child, Reclaiming Childhood in a Digital Age*, 2015
- Garbarino, James. *Lost Boys*, New York: Anchor Books, 2000.
- Greenspan, Louise and Julianna Deardorff. *The New Puberty*, New York: Rodale, 2014.
- Greenspan, Stanley. *The Growth of the Mind and the Endangered Origins of Intelligence*, New York: Addison-Wesley Pub. Co., 1997.
- Gurian, Michael and Patricia Henley. *Boys and Girls Learn Differently*, San Francisco: Jossey-Bass, 2001.
- Gurian, Michael. *A Fine Young Man*, New York: Jeremy Tarcher/Penguin, 1998.
- Healy, Jane M. *Endangered Minds*, New York: Simon & Schuster, 1990.
- Himowitz, Kay S. "Tween: Ten Going on Sixteen," article *Targeting Tweens*, July 29039, 2002, New York.
- Hinshaw, Stephen. *ADHD, What Everyone Needs to Know*, New York: Oxford University Press, 2016.
- Hinshaw, Stephen and Rachel Kranz. *The Triple Bind, Saving Our Teenage Girls from Today's Pressures and Conflicting Expectations*, New York: Ballantine Books Trade Paperbacks, 2009.
- Icard, Michelle. *Middle-School Makeover: Improving the Way You and Your Child Experience the Middle-School Years*, Bibliomotion Mass, 2014.
- Jensen, Frances E. and Amy Ellis Nutt. *The Teenage Brain, A Neuroscientist's Survival Guide to Raising Adolescents and Young Adults*, New York: Harper Collins, 2015.
- Kahumoku, Jr. George. *A Hawaiian Life, Volume Two*, Lahaina, HI: Kealia Press, 2016.

- Kessler, Rachael. *The Soul of Education*, ASCD (Association for Supervision and Curriculum Development), Alexandria, VA, 2000.
- Lynn, George and Cynthia Johnson. *Breaking the Trance*, Las Vegas, NV: Central Recovery Press, 2016.
- Miller, Derek. *The Age Between, Adolescence and Therapy*, NJ: Jason Aronson, Inc., 1983
- Miller, Edward and Joan Almon. *Crisis in the Kindergarten: Why Children Need to Play in School*, College Park, MD: Alliance for Childhood, 2009.
- See NPR. "Hidden World of Girls. Why Do Girls Love Horses, Unicorns, and Dolphins," Feb. 9, 2011 on *All Things Considered*, National Public Radio.
- Olfman, Sharna, ed. *Childhood Lost, How American Culture Is Failing Our Kid*, CT: Praeger, 2005.
- Oppenheimer, Todd. *The Flickering Mind, The False Promise of Technology in the Classroom and How Learning Can Be Saved*, New York: Random House, 2003.
- Pearce, Joseph Chilton. *The Biology of Transcendence*, VT: Park Street Press, 2002.
- Pollack, William S. *Real Boys' Voices*, New York: Random House, 2000.
- Postman, Neil. *Amusing Ourselves to Death*, New York: Viking, 1985.
- Sales, Nancy Jo. *American Girls, Social Media and the Secret Lives of Teenagers*, New York: Alfred A. Knopf, 2016.
- Salter, Joan. *The Incarnating Child*, Gloucestershire, UK: Hawthorn Press, 1987.
- Sax, Leonard. *Boys Adrift*, New York: Basic Books, 2016.
- \_\_\_\_\_. *The Collapse of Parenting*, New York: Basic Books, 2016.
- \_\_\_\_\_. *Girls on the Edge*, New York: Basic Books, 2010.
- \_\_\_\_\_. *Why Gender Matters*, New York: Broadway Books, 2005.
- Schoorel, Edmund. *The First Seven Years* Fair Oaks, CA: Rudolf Steiner College Press, 2004.

Siegel, Daniel J. *Brainstorm, The Power and Purpose of the Teenage Brain*, New York: Jeremy P. Tarcher/Penguin, 2015.

Smith, Sean. *Kim*, London: Harper Collins, 2015.

Staley, Betty. *Between Form and Freedom. Being a Teenager*, Gloucestershire, UK: Hawthorn Press, 2009.

\_\_\_\_\_. *Adolescence: The Sacred Passage, Inspired by the Legend of Parzival*, Fair Oaks, CA: Rudolf Steiner College Press, 2011.

Steiner, Rudolf. *The Child's Changing Consciousness and Waldorf Education*, Dornach, Switzerland: Anthroposophic Press, 1923.

\_\_\_\_\_. *Education for Adolescence*, Anthroposophic Press, 1996  
translation of lectures given in 1921 in Stuttgart, Germany.

Swimm, Brian. "How Do Our Kids Get so Caught up in Consumerism?"

Twenge, J. "iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood—and What That Means for the Rest of Us," in *Sacramento Bee*, Tuesday, Oct. 3, 2017, p. 48.

Wilson, Frank R. *The Hand, How Its Use Shapes the Brain, Language, and Human Culture*, New York: Pantheon Books, 1998.

Wiseman, Rosalind, *Queen Bees & Wannabees, Helping Your Daughter Survive Cliques, Gossip, Boys, and the New Realities of the Girl World*, 3rd edition, New York: Harmony Books, 2016.

Wolfe, Naomi, *The Beauty Myth*, New York: W. Morrow, 1991.

# Agradecimientos

No podría haber escrito este libro sin la ayuda de muchas personas, especialmente los niños que he conocido en los últimos cincuenta años. Además de mis propios estudiantes, he visitado escuelas, observado clases de secundaria, hablado con maestros, directores y psicólogos, y he reflexionado sobre los cambios que yo viví, no solo en la sociedad estadounidense, sino en mis visitas a escuelas en Asia, África y Europa. Los talleres con padres en estas escuelas a menudo planteaban las mismas preguntas que surgían cerca de casa.

Quiero agradecer a las docenas de padres y maestros que siguieron animándome a escribir este libro. Espero que salga a tiempo para ayudarles con sus hijos.

En particular, quiero agradecer a Jeff Lough por su ayuda al leer y comentar el manuscrito. El trabajo de Jeff como psicólogo escolar y el contacto con muchos estudiantes de secundaria hicieron que mis palabras se mantuvieran actualizadas.

Betty Staley nos trae lo verdaderamente relevante del desarrollo humano de los once a los catorce años ... acoge esa edad con fulgor, comparte su sabiduría, experiencia, intelecto, humor y anécdotas personales que nos recuerdan que las luchas del adolescente avivan las llamas del adulto. Si alguna vez nos preguntamos al mirar a un adolescente: ¿qué está pensando? Staley nos trae la respuesta en *Alimentando la chispa*. La neurociencia, la investigación pedagógica y el desarrollo del niño se enfrentan a las exigencias sociales de nuestro tiempo, y ayudan a iluminar el impacto que sufre la juventud de hoy.

—Mechelle Horning, Directora de Alice Birney Waldorf Public School

...Para mi, la influencia más significativa que cualquiera pueda ejercer sobre el niño, está basada en una relación de profundo entendimiento del desarrollo humano ... *Alimentando la chispa* nos da una vital visión de una etapa poco comprendida y a menudo subestimada, un periodo de intenso crecimiento social, emocional, físico, biológico y espiritual ... Este libro de Betty, como los demás, es para mi una fuente de referencia constante. *Alimentando la chispa* es una guía práctica para maestros y padres, está firmemente anclada en el “porqué” del desarrollo del niño de secundaria.

—Jeff Lough, MS, psicólogo escolar certificado



After more than five decades of teaching in elementary, middle school grades, high school, and teacher training, Betty Staley is a legend of experience and innovation in the Waldorf school movement. One of the founding teachers of the Sacramento Waldorf High School and of Rudolf Steiner College as Director of the Waldorf High School Teacher Education Program, she has lectured internationally on child and adult development. Betty's books on Waldorf education, biographical studies and curriculum are well known in the Waldorf community around the globe, some having been translated into several languages. Her book, *Between Form and Freedom*, has become a classic for parent study groups. She earned her MA in education from St. Mary's College of California and her BA in psychology from the City University of New York. Betty now lives in Fair Oaks, CA.

*Waldorf*  
PUBLICATIONS

351 Fairview Avenue, Suite 625  
Hudson, NY 12534

ISBN 978-1-943582-26-6



9 781943 582266