



## Resumen Tertulia día 29 de mayo del 2007

### “LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ADOLESCENCIA”

#### ¿Qué problemas sufren los jóvenes? ¿Qué emociones se hacen más presentes durante la adolescencia?

El tema de la tertulia del pasado martes día 29 permitió que reflexionáramos sobre los problemas que viven los adolescentes, sobre sus respuestas emocionales ante lo que les sucede a su alrededor y sobre el papel que juega la familia y la sociedad en la prevención de la violencia juvenil. Estos fueron los temas principales que tratamos en la pesada tertulia, entre otras muchas cosas, porque dos horas dan para mucho.

En primer lugar, lo que hicimos fue retroceder unos cuantos años atrás para revivir nuestra época adolescente. De esta forma nos sería más fácil después ponernos en la piel de nuestros hijos, alumnos, y, en general, de los adolescentes que conocemos y que nos rodean.

Cada uno de los participantes vivió su adolescencia de forma diferente y, en general podríamos decir que las emociones que más nos invadieron en esa época de nuestra vida fueron las siguientes: alegría, vergüenza, tristeza y miedo. Y los sentimientos que afloraron en nuestra época adolescente se podían resumir en soledad e inseguridad. Y tanto estas emociones como estos sentimientos hacían que actuáramos con rebeldía y en constante búsqueda de nuestra propia identidad.

Las emociones que identificamos como propias de nuestra etapa juvenil no son muy diferentes a las que atribuimos a los adolescentes de hoy en día. Los jóvenes, de edades comprendidas entre los 13 y los 18 años siguen teniendo las mismas emociones que tuvimos nosotros en esa misma edad: miedo, tristeza, vergüenza y alegría. Lo que sí ha cambiado notablemente ha sido el marco social que tanto influye en la vida de un adolescente. Y si ésto es así es porque los jóvenes son más permeables que los adultos a los cambios que suceden en el entorno social. Actualmente se vive la cultura de la inmediatez, nos cuesta aplazar las gratificaciones, todo lo queremos ahora, ya. Y los jóvenes se comportan de esta misma manera. Tienen menos límites que antes y, aunque

disponen de más libertad, al mismo tiempo son más dependientes de sus familias porque han aprendido que todo se obtiene gracias a la ley del mínimo esfuerzo. También se ven presionados a elegir su futuro profesional con mucha rapidez, sin tomarse el tiempo necesario para decidir con cautela. Todo sucede de forma rápida y antes de tiempo.

Ocurre además que muchos jóvenes crecen solos sin recibir suficiente cariño y contacto por parte de sus padres, ya sea porque trabajan muchas horas fuera de casa o porque viven con familias monoparentales.

Cuando llegó el momento de hablar en la tertulia de la relación entre la violencia y la adolescencia, todos coincidimos en que la violencia juvenil se debía sobre todo al excesivo uso y abuso de los videojuegos, las películas violentas y la música estridente y violenta. Los jóvenes contienen toda la agresividad que reciben a través de los videojuegos, las películas y la música pero la exteriorizan de forma violenta en sus relaciones con los demás, con otros jóvenes, con los profesores y con los padres. Otros factores que también podrían influir en la respuesta violenta de muchos jóvenes son la contaminación ambiental y la cantidad de toxinas que ingieren a través de la "comida basura".

Para finalizar la tertulia compartimos una frase del filósofo francés Jean Jacques Rousseau: *"La adolescencia es como un segundo parto, en el primero nace un niño y en el segundo, en éste, un hombre o una mujer"*. Y, como todo parto, requiere una preparación, un tiempo de aprendizaje. Y en este proceso de preparación, de aprendizaje y, añadiría, de prevención de futuros problemas, han de implicarse las familias y la sociedad. Todos somos responsables de que esos niños lleguen a convertirse en unos adultos emocionalmente inteligentes.

Y, como recuerdo de esta tertulia tan amena y agradable para todos, nos hicimos esta foto:



Desde aquí quiero agradecer a todos los que participásteis en la Tertulia vuestras ganas de compartir y vuestras valiosas aportaciones.

Mayte Saavedra  
Fundadora y Directora del Portal de Inteligencia Emocional