

actitudes culturales y a las presiones sociales que las fuerzan a actuar en aquellas áreas que se consideran más propias del sexo femenino.

f) "Hobbies"

Los "hobbies" son actividades a las que el adolescente dedica parte de su tiempo libre a causa del placer y satisfacción que encuentra en ellas. Como tiene gran interés en estas actividades -con frecuencia la afición dura muchos años-, los "hobbies" tienden a ser persistentes.

Para el observador ajeno, este tipo de pasatiempo podría ser definido como una forma de trabajo, o sea una actividad destinada a alcanzar algún resultado final. Sin embargo, para el propio adolescente significa un descanso placentero y una verdadera recreación. De no ser así, no se dedicaría a esta actividad porque ni se le paga por sus esfuerzos ni se lo obliga a cumplirla. La elección del "hobby" es una cuestión personal, y el tiempo y el esfuerzo que requiere son completamente voluntarios. Cuando el interés se debilita, no se ve obligado a seguir con esa actividad ni se siente culpable por abandonarla.

g) Ensoñación

La ensoñación es una de las distracciones populares de la adolescencia. Como desea estar solo y apartado del grupo social en la pubertad, el individuo tiene más tiempo para sus fantasías. Además, su mayor desarrollo mental hace de la ensoñación una experiencia más agradable de lo que fueron las fantasías de la infancia y, hasta cierto punto, reemplaza las satisfacciones que entonces brindaba el juego activo.

Cuando la vida se muestra demasiado complicada para el adolescente joven, éste opta por retraerse más y más de la realidad. En todo el curso del ciclo secundario, la ensoñación es un problema para el propio alumno y para sus profesores. Si bien la elaboración de fantasías disminuye a medida que aumenta la edad del adolescente, sigue siendo común incluso entre los estudiantes universitarios.

La ensoñación es casi universal durante los años adolescentes, pero hay variaciones notables en cuanto a la frecuencia de su manifestación. El joven bien aceptado, por ejemplo, no tiene tanto tiempo ni tanta necesidad de dedicarse a fantasear como aquél que sólo es admitido de manera marginal, ignorado o directamente rechazado.

Según se muestra en el Recuadro 2, las

ensoñaciones de los adolescentes pueden ser divididas a grandes rasgos en dos categorías principales. Independientemente de la categoría en que se inserta la ensoñación, ésta gira alrededor de los intereses del individuo en ese momento. Estos intereses se dramatizan y el soñador es el personaje central. Muchas ensoñaciones se tejen alrededor de temas popularizados por los medios de comunicación en masa. Como lo señaló Blazer:

La civilización moderna nos brinda "fantasías en lata" que toman la forma de películas cinematográficas, programas de radio y espectáculos de televisión. Ya no tenemos que elaborar nuestros propios sueños; podemos hacer que vengan a nosotros moviendo un interruptor eléctrico o verlos en technicolor en la pantalla del cinematógrafo local.

Por medio del proceso de identificación podemos incorporar estos sueños manufacturados a nuestro propio repertorio, donde sirven como modelos para más fantasías del mismo tipo.

Evaluación. El agradable recreo de las ensoñaciones satisface algunas de las necesidades personales y sociales del adolescente. También crea problemas. En el aspecto positivo, permite al individuo verse como le gustaría ser, y esto afirma al yo a la edad en que es característico que el joven esté inseguro de sí mismo y de su valor para la sociedad. Además, los sueños diurnos liberan la tensión emocional acumulada, en especial la que se origina en ansiedades y agresiones. En su mundo fantástico, el adolescente frustrado puede expresar sus agresiones sin temor a la desaprobación o al castigo de la sociedad; puede escapar y esconderse de situaciones que producen ansiedad sin que los demás lo califiquen de timorato. Puede hallar reposo para los fuertes impulsos eróticos que acompañan a la maduración sexual. Las ensoñaciones también proporcionan una estructura dentro de la cual el adolescente puede elaborar una solución para ciertos problemas. Por ejemplo, puede imaginar la manera de ganar el dinero necesario para la compra del nuevo vehículo que considera indispensable para la aceptación social.

Por otra parte la ensoñación lleva a menudo a adaptaciones personales y sociales deficientes aun cuando pueda satisfacer las necesidades del individuo en el momento. Blazer señala que "la fantasía sirve de sustituto para el logro de objetivos que serían

satisfactorios pero que no cuentan con la aprobación de la sociedad o se encuentran, a juicio del individuo, más allá de sus posibilidades". Con mayor frecuencia, no obstante, es una forma de escape, sobre todo en momentos de desaliento. De esta manera, la ensoñación permite fugar de la realidad cuando los adolescentes no pueden afrontar con éxito los desafíos de la vida. En esas condiciones, como nos lo explica Blazer, muchos jóvenes recurren "casi automáticamente a su tema fantástico favorito cada vez que se sienten aburridos, inseguros, frustrados o despreciados. Se valen de la elaboración fantástica, así como el niño se chupa el pulgar en busca de consuelo y relajamiento". Cuando las ensoñaciones no incitan a una acción eficaz se vuelven perjudiciales. A menudo suponen la pérdida de un tiempo que pudo emplearse con más provecho en estudios o en actividades recreativas de mayor valor para la socialización.

Uno de los efectos más nocivos de la ensoñación es que da al adolescente un concepto deformado de sí mismo y de sus aptitudes, y así conspira contra la autoaceptación. Las fantasías de inferioridad, pongamos por caso, llevan a la creencia de que la propia capacidad es inferior a la de otros. Esto causa insatisfacción personal, tendencia a trabajar por debajo de la capacidad y alejamiento de los contactos sociales. Las fantasías de superioridad traen muchas veces como consecuencia un autoconcepto idealizado que está tan lejos de la realidad que conspira tanto contra la aceptación de sí mismo como contra la aceptación social. El adolescente espera que los demás lo traten de acuerdo con su autoconcepto idealizado; cuando ello no ocurre, el hecho lo llena de ira y de resentimiento.

Lo que es igualmente pernicioso es que el soñador está a menudo tan satisfecho de su vida imaginaria que poco se esfuerza para alcanzar el éxito en la vida real. Recurre más y más a la fantasía, se evade de la participación social y corre el riesgo de perder el contacto con la realidad. Cuando la elaboración de fantasías es consecuencia del fracaso o de la falta de interés en el propio ambiente, significa la retirada de una realidad a la cual el adolescente tiene pocas razones para retornar.

En tanto el individuo se entregue con moderación a la elaboración de fantasías y mientras se mantenga en contacto con la realidad, su práctica no puede ser condenada totalmente. Como dijo Kuhlen, "sería incorrecto presumir que toda ensoñación está cargada de peligros psicológicos; ha de repetirse, en

cambio, que ello depende del grado en que el individuo se entregue a la fantasía". Cuando el adolescente se vale de la ensoñación como retirada continua y habitual del mundo real, quiere decir que hay una grave inadaptación subyacente.

Recuadro 2: Categorías corrientes de ensoñaciones

Ensoñaciones de superioridad

La mayoría de los sueños diurnos de la adolescencia inicial y final entra en esta categoría. El soñador se ve a sí mismo como héroe conquistador que triunfa en todo lo que es importante para él en ese momento (deportes, romances o rendimiento escolar). Es reconocido y aplaudido por sus pares, padres y profesores.

Ensoñaciones de inferioridad

Se dan más fantasías de inferioridad en la pubertad que en cualquier otro momento de la vida. El individuo se ve como un mártir que padece la incompreensión y el maltrato de los demás. Se complace con sus sufrimientos, mas casi siempre termina siendo un héroe que se satisface con las actitudes penitentes de quienes causaron sus padecimientos.

h) Radio

La popularidad de la radiotelefonía como recreo adolescente queda demostrada por la cantidad de tiempo dedicada a esta actividad. Aunque la radio no llega al nivel de la televisión durante la primera parte de la enseñanza secundaria, lo cierto es que su popularidad se va acrecentando a medida que avanza la adolescencia. En los años del ciclo secundario los jóvenes escuchan radio de 1 a 3 horas diarias. Los que lo hacen mientras estudian, los que llevan consigo sus aparatos transistores y los que cuentan con un receptor en su coche superan ese promedio de audición diaria.

Muchos adolescentes encienden el aparato tan pronto como llegan al hogar y lo mantienen funcionando mientras estudian, leen, se visten o conversan. Sin embargo, el tiempo de audición varía. Los jóvenes bien aceptados tienen más intereses fuera del hogar que los aislados o los marginados. Sólo cuando escuchar radio es una actividad ociosa que cuenta con la aprobación de la camarilla el adolescente bien aceptado pasa tanto tiempo en este recreo como el deficientemente aceptado.

Programas preferidos. Cuando tienen tiempo para escuchar radio, los adolescentes escuchan todo tipo de programa disponible. Sin embargo, si se les da oportunidad de elegir, sus preferencias pueden compararse con sus intereses en el campo de la lectura.

Durante la adolescencia, los programas radiofónicos que presentan la música popular más reciente constituye una fuente de creciente placer. Aunque los temas de moda aparecen y desaparecen, los jóvenes se prestan a oír la música de la que hablan sus amigos o que éstos entonan. La música clásica o semiclásica atrae a muchos adolescentes de más edad, en especial a los de grupos socioeconómicos superiores.

A pesar de estas preferencias que se manifiestan casi universalmente, los estudios correspondientes registran ciertas variaciones. Los adolescentes de uno y otro sexo pasan más o menos el mismo tiempo escuchando radio, pero las preferencias de las muchachas abarcan una gama más amplia, con énfasis particular en las radionovelas y la música romántica; los varones prefieren los programas de aventuras y humorísticos. Los miembros de ambos sexos gustan de las audiciones en que hay competencia intelectual (v.g. concursos de preguntas y respuestas, etc.) y participación del público presente en los estudios. Los jóvenes más inteligentes se sienten atraídos por programas de tipo intelectual, en tanto que los de inteligencia promedio prefieren los que evocan respuestas emocionales.

Evaluación. Una de las necesidades personales más fuertes y más universales de los adolescentes de ambos sexos es la de compañía de otros (preferiblemente la de sus pares). La compañía les proporciona no sólo una sensación de seguridad sino también de pertenencia. No obstante, hay momentos en los que incluso los jóvenes que gozan de la mayor aceptación deben estar necesariamente lejos del grupo. Encender la radio y oír que alguien habla o canta sirve para combatir la idea de que se está solo, y ésto compensa la ausencia real de los pares. Muchos adolescentes mantienen su radio en funcionamiento mientras estudian, alegando que de este modo pueden estudiar mejor. En verdad, no es la distracción radiofónica lo que los ayuda a estudiar sino más bien la falta de soledad.

En todas las edades la música actúa como catarsis emocional ayudando al individuo a obtener el

relajamiento físico y mental. Los adolescentes realizan este descubrimiento, muchas veces al tanteo, y así se explica la creciente popularidad de los programas musicales a medida que avanza la adolescencia.

Por otra parte algunos jóvenes tienden a ser en extremo sugestionables y caen con facilidad bajo el influjo de lo que oyen por radio. Para ellos, los locutores son personas importantes, y aceptan lo que dicen sin cuestionamiento alguno. Esa aceptación sin análisis crítico influye con seguridad en las actitudes y valores de estos adolescentes de manera favorable o desfavorable, según el tipo de programas que prefieren.

5. RAZONES POR LAS CUALES LAS RECREACIONES DEBEN SATISFACER LAS NECESIDADES ADOLESCENTES

De la descripción y evaluación detallada de las actividades recreativas típicas de la adolescencia, se deduce que algunas satisfacen mejor que otras las necesidades personales y sociales del adolescente. Hay dos razones por las cuales es importante que las recreaciones sirvan para ello. En primer lugar, sólo las diversiones que satisfacen contribuyen a la felicidad y a la salud física y mental. En segundo lugar, los pasatiempos de la adolescencia fijan el patrón de los recreos en la vida adulta. Habida cuenta de la tendencia hacia la reducción de los horarios laborales, y como disponen de más dinero, los adultos necesitan entretenimientos satisfactorios para mantener una buena salud física y mental.

El grado de satisfacción de las necesidades del adolescente depende de las actividades recreativas disponibles, de sus actitudes hacia ellas y del grado de aceptación que le dispensa el grupo de pares que domina los pasatiempos. Si hay fuertes presiones sociales para desempeñarse bien en una actividad particular y dejar atrás a otros componentes del grupo, el placer y la satisfacción que debieran derivar de la recreación son reemplazados por la tensión y la ansiedad. Cuando se insta a los muchachos a competir con sus pares en justas deportivas, por ejemplo, las actividades de este tipo asumen las características del trabajo y dejan de ser juegos. De manera similar, el énfasis que se pone en la popularidad en las reuniones sociales hace que éstas sean competitivas y no relajantes.

Mientras que la falta de dinero y de medios recreativos en el hogar, en la escuela y en la comunidad pueden limitar las oportunidades que tiene el adolescente de dedicarse a pasatiempos satisfactorios,

esos factores son menos formidables y están más sujetos al control que la falta de aceptación social.

El adolescente inaceptado está aislado de la mayoría de actividades que tienen un valor prestigioso durante los años adolescentes: reuniones, cine, baile, deportes, juegos y alguien con quien conversar. Aunque podría ir al cinematógrafo solo o con un miembro de su familia, lo cierto es que no lo hace para no poner en evidencia su aislamiento y su falta de aceptación.

Un programa recreativo satisfactorio para los años adolescente depende, por lo tanto, de un status razonablemente seguro dentro del grupo de pares. Los problemas recreativos juveniles pueden ser resueltos satisfactoriamente sólo cuando se han aclarado los problemas relacionados con el status social. Esto no es fácil porque los grupos sociales adolescentes son herméticos y difíciles de penetrar, además de que la aceptación social obtenida previamente puede perderse a medida que cambian los intereses y valores del grupo correspondiente.

Por las observaciones que hayas hecho de los adultos (tus padres, profesores, etc.) ¿cuáles crees que son sus intereses prioritarios?

4. ¿Cuáles crees que podrían ser tus intereses de adulto?

Blank lines for writing answers to question 4.

5. ¿A qué conclusiones te llevó este análisis del cambio de tus intereses?

Blank lines for writing answers to question 5.

6a. SESIÓN

E. CAMBIOS EN LAS EMOCIONES

La adolescencia es un período de cambios emocionales... Elizabeth B. Harlock... El mundo a la adolescencia se intensifica... La aceptación de estas creencias sirvió de... E. CAMBIOS EN LAS EMOCIONES... I. SIGNIFICADO DE LA EMOTIVIDAD... "Emotividad intensificada" es un... denominación relativa. Se refiere a un estado... emociones... intensidad de las emociones... intensidad de las emociones... Cuando una persona generalmente siente... repentinamente experimenta un estado de... algunas un aumento de... Elizabeth B. Harlock, "El mundo a la adolescencia", Ed. Talde, México, 1960, pp. 84, 85, 87