

ENTIENDE A TU PRE-ADOLESCENTE

LO QUE PADRES Y MAESTROS
DEBEMOS SABER

MARK OESTREICHER



ENTIENDE A TU PRE-ADOLESCENTE, lo que padres y maestros debemos saber

e625 - 2016

Dallas, Texas

e625 ©2016 por Mark Oestreicher

Todas las citas Bíblicas son de la Nueva Biblia al Día (NBD).

Traducido por: **Virginia Bonino de Altare**

Diseñado por: **JuanShimabukuroDesign**

RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS.

ISBN: 978-0-9983051-0-3

ENTIENDE A TU PRE-ADOLESCENTE

LO QUE PADRES Y MAESTROS DEBEMOS SABER

Los preadolescentes son probablemente la tribu menos entendida de hoy entre las nuevas generaciones. ¿Son niños? No. ¿Son adolescentes? Tampoco todavía. ¿Qué son exactamente entonces? Eso es lo que vamos a explicar en este libro y sobre todo, cómo involucrarnos con inteligencia en sus vidas para ayudarles a pasar por esta etapa magnífica como un delfín en el mar.

En e625 creemos que la iglesia y la familia deben ser aliadas y por eso este libro es para padres y para maestros y líderes por igual. Mark, su autor, es un veterano de muchos años enfocando su atención en los preadolescentes. Hace algunos años fue pastor de una iglesia muy grande e influyente y luego también ejecutivo de una organización muy importante y aun así, nunca perdió su carga de especializarse en los *pres*. De hecho, dejó algunas de esas posiciones para poder tener más tiempo (y menos dinero) para poder pasar más tiempo dedicándole a esta etapa tan maravillosa de la vida y ayudando a las iglesias a saber cómo tratarlos y sacar su potencial a la luz. Entonces, Marko (como le dicen los amigos) no escribió este libro porque alguien tenía que hacerlo sino que al pensar en un libro como este, no pudimos pensar en un mejor autor.

¡Que lo disfrutes!

CONTENIDO

Capítulo 1

¿POR QUÉ LOS PADRES Y MAESTROS NECESITAMOS ENTENDER CÓMO
PIENSA UN PREADOLESCENTE? 5

Capítulo 2

LO MÁS IMPORTANTE EN LA CRIANZA DE PRE ADOLESCENTES (Y QUÉ
TIENEN QUE VER SUS CEREBROS CON ESTO)..... 16

Capítulo 3

¡HOLA ABSTRACCIÓN! 32

Capítulo 4

EL EFECTO GOTEADO DEL PENSAMIENTO ABSTRACTO (O POR QUÉ LOS ADO-
LESCENTES ACTÚAN ASÍ) 44

Capítulo 5

¡ESTÁBAMOS EQUIVOCADOS! (NUEVOS DESCUBRIMIENTOS SOBRE EL CERE-
BRO DE LOS ADOLESCENTES) 51

NOTAS 59

Capítulo 1

¿POR QUÉ LOS PADRES Y MAESTROS NECESITAMOS ENTENDER CÓMO PIENSA UN PREADOLESCENTE ?

Esta es la escena: la semana pasada, nueve varones de 6° grado y yo en la sala de mi casa. Es mi grupo pequeño del ministerio juvenil. Me reúno con ellos todos los miércoles por la noche para disfrutar de una buena combinación de conversar sobre temas espirituales y por qué no confesarlo, hacer algunas tonterías.

Los chicos de 11 y 12 años tienen una forma de pensar bastante concreta (más adelante hablaremos mucho sobre lo que esto significa), y tener conversaciones espirituales sobre ideas abstractas acerca de la fe a veces es todo un desafío. Es por eso que la asombrosa y casi confrontativa pregunta de Cris, me tomó un poco por sorpresa: ¿Por qué nadie responde mis preguntas?

Lo dije más como una afirmación que como una pregunta, con una alta dosis de frustración y un dejo de ira. Y yo no podría haber estado más emocionado.

Unos meses atrás, nuestro grupo había estado hablando sobre la encarnación (era principios de diciembre y ellos ya pensaban todo el tiempo en la Navidad). En medio de mi descripción sobre lo maravilloso que era que Dios hubiera escogido insertarse él mismo *dentro* de su propia creación para poder conectarse con nosotros, Cris me interrumpió. Dio un suspiro y preguntó: "¿Cómo sabemos que todo esto siquiera es verdad?"

En ese momento yo no estaba seguro si Cris realmente quería una respuesta. Quizás debería haber repetido la pregunta que

Jesús le hizo al ciego Bartimeo: "¿Qué es lo que quieres que haga por ti? O quizás con una sutil variante: "¿Qué es lo que realmente estás preguntando Cris?"

Otro de los chicos de 6° grado, claramente criado en la iglesia y cargado de confianza preadolescente, le dio un empujón a Cris: "¡No debes hacer preguntas como esa!"

Entonces intervine respaldando fuertemente a Cris. Le dije que realizar ese tipo de preguntas era fantástico y que era una parte súper importante de seguir a Jesús. También le dije que *nunca* debía sentirse incómodo, avergonzado o con miedo de hacer preguntas.

Pero no respondí su pregunta. Lo vi como una oportunidad de afirmar su interés en preguntar pensando que ese era el verdadero asunto.

Pero no lo era.

Ahora, en estos meses posteriores, Cris estaba enojado y obviamente había estado luchando con su pregunta y algunas otras por el estilo durante mucho tiempo. Dijo que le había preguntado a más de una persona y que todos le seguían diciendo que era bueno hacer preguntas pero que nadie le había respondido las suyas. Incluso hizo referencia a un libro para preadolescentes sobre la fe que yo había escrito y que le había dado a él, ¡y aseguró que el libro había hecho lo mismo!

Sí. Sin ninguna duda era tiempo de responder las preguntas de Cris. Hice a un lado mis planes y le pregunté qué era lo que quería saber. Comenzó con: "Bueno, quiero saber cómo sabemos que la Biblia es verdad".

Otro de los chicos intervino: "¿Y si llegamos al cielo y descubrimos que teníamos el Dios equivocado?"

Entonces me zambullí en el asunto. Insistí una y otra vez en lo importante que era luchar con estas cosas y cómo esto era parte de su crecimiento para llegar a ser hombres de fe. Fui cuidadoso en mis respuestas utilizando frases como: "Esto es lo que yo creo que es verdad y es lo que hace que esté seguro de mi explicación; pero quizás necesites más que mis respuestas, y allí es donde aparece la fe".

Esto es lo que entendí en forma absoluta en ese momento: Cris estaba revelando, de manera gloriosa diría yo, la interacción entre el desarrollo de una mente preadolescente y la fe. Cris estaba mostrándome su mente en pleno cambio.

Y si yo no supiera nada acerca del desarrollo del cerebro en esta etapa, quizás hasta hubiera podido perderme ese momento, o hubiera acabado con su curiosidad con respuestas fáciles que no satisficieran la intensidad de las preguntas.

A mí me apasiona, me fascina la mente de estos chicos que están entrando en la adolescencia. Como líder veterano de jóvenes (ya llevo 30 años) y como padre de dos adolescentes, descubro que el hecho de continuar conociendo cada vez más la mentalidad preadolescente y adolescente retroalimenta casi todo lo que hago como líder y como padre.

Mi deseo es que este pequeño libro te proporcione algo de conocimiento, algunos momentos en los que puedas decir: "¡Ah! ¡Eso explica las cosas!". Pero mi mayor deseo es que, como resultado de esas cosas que has entendido, te comprometas *más* con la vida de ese jovencito que tienes en tu hogar o con los que tienes en tu grupo. Si yo pudiera separar a los padres en dos amplias categorías, basado en años y años de observarlos, esas categorías serían:

- ◆ Hogares en donde al menos uno de los padres está comprometido en forma significativa con la vida de su hijo.
- ◆ Hogares en donde los padres están físicamente presentes pero no están comprometidos en forma significativa con la vida de su hijo.

Y esto se aplica también a los líderes en las iglesias. Están los que se involucran realmente en las vidas de sus chicos y los que solamente se dedican a hacer una reunión con ellos una vez por semana.



**vivimos en una cultura en donde
la idea de lo que significa ser un
buen padre o maestro ha cambiado
dramáticamente**



Como padre de dos maravillosos pero no angelicales adolescentes, sé de primera mano el desafío que significa estar dentro de la primera categoría. Mis propios hijos a menudo me dan la impresión de que realmente no quieren que me involucre en sus vidas; a propósito, eso es una cortina de humo y parte de su necesidad de diferenciarse de ti, inherente a esta fase del desarrollo. Ellos parecen querer más independencia de lo que yo suponía que estaban preparados para tener. Mis hijos (se llaman Liesl y Max y les contaré historias sobre ellos a lo largo de este libro) frustran mis intentos de mantenerme involucrado con ellos y a menudo me hacen explotar.

A esto hay que agregarle que vivimos en una cultura en donde la idea de lo que significa ser un buen padre o maestro ha cambiado dramáticamente. Constantemente nos dicen que tratemos a nuestros adolescentes como niños, que ellos no están listos para ser responsables y que ni siquiera son capaces de serlo. Nos dicen que somos padres o líderes irresponsables si permitimos que tomen responsabilidades significativas o que experimenten las consecuencias de malas decisiones.

En conclusión: ¡ser padres y maestros de chicos pre y adolescentes es *realmente difícil!*

Y ser buenos padres o maestros comprende una gran cantidad de variables. No podemos ocuparnos de todas ellas en este pequeño libro, pero te prometo que el vistazo que daremos al desarrollo y la función del cerebro en esta etapa te ayudará.

El Mayor Cambio en los Preadolescentes

Por supuesto, ya sabes que tu preadolescente está cambiando. Después de todo, nosotros sabemos que estos años son años de transformación de la niñez a la adultez. Son como un cruce de río muy extraño, donde los chicos parten de una orilla con la cara sucia, inocentes y confiados y, luego de un agitado y casi zozobranante vadeo, llegan a la otra orilla pareciéndose a algo cercano a un adulto.

Pero la mayoría de los padres y líderes se enfocan en la parte externa: el crecimiento físico, los cambios corporales, el desarrollo sexual, los cambios en la voz. Eso es lo obvio y lo que está ocurriendo delante de nuestros ojos. Recientemente mi hijo de 14 años volvió de un viaje escolar de dos semanas y cuando mi

esposa y yo lo vimos caminar hacia nosotros en el aeropuerto dijimos simultáneamente: "¡Cómo ha crecido!".

Esos cambios físicos son todo un tema y yo jamás los minimizaría. Son cambios visibles para todos pero *sobre todo* son visibles para el joven que los está experimentando. Ellos viven con sus cambios físicos todos los días y ven todo su cuerpo como nadie más lo hace. En lo que se refiere a su desarrollo físico, los chicos que están entrando en la adolescencia tienen una tormentosa combinación de esperanza y miedo. Les han dicho una y otra vez cómo se *supone* que deben lucir sus cuerpos y viven escuchando un monólogo interno continuo e incisivo que les repite: "Mi cuerpo no está bien" y "Las cosas están comenzando a cambiar".



los cambios físicos son todo un problema pero no creo que sean los más importantes



De hecho, mi argumento siempre ha sido que no puedes encontrar ni un solo preadolescente o adolescente, en ningún lugar, que no piense en algún punto (a menudo durante largos períodos de tiempo) que él o ella "*no está bien*". Piensan que son muy bajos o muy altos, o muy delgados o muy gordos, muy por debajo de la curva de desarrollo o muy por arriba. Desean esos trocitos de desarrollo que todavía no han alcanzado y a menudo se sienten avergonzados e incómodos con aquellos mismos trocitos de desarrollo una vez que los tienen.

Sí, los cambios físicos son todo un problema pero *no* creo que los cambios físicos sean los cambios más importantes en este momento de la vida.

Yo creo que el cambio más significativo es el que tiene lugar en sus cerebros. Esto te puede parecer un poco loco pero déjame explicarlo. El cambio en el cerebro, que si queremos ir a lo técnico también es un cambio físico, re orienta cada aspecto de la vida de los preadolescentes, preparándolos para la adultez.

Observar el cambio cognitivo en sí mismo es todo un tema (ya nos ocuparemos extensamente de esto en las próximas páginas). Pero la razón por la que creo que el cambio en el cerebro es el más importante es porque es el punto central para todos los demás cambios que moldean la experiencia de esta etapa, incluyendo el emocional, relacional, espiritual y el de la independencia.

Y sin lugar a dudas, los cambios en el cerebro son la principal causa de conflicto con los padres y líderes. ¡Por lo general no tendrás problemas con tus chicos porque han crecido en estatura! Sin embargo, seguramente experimentarás una gran cantidad de fricción en áreas tales como: expectativas conflictivas, reglas, responsabilidades, exabruptos emocionales, auto expresión, uso de las redes sociales, vestimenta y estilos, elección de amigos, límites, prioridades y muchos otros temas que están *directamente* ligados al desarrollo del cerebro.

Sí, es tiempo de comenzar a conocer el cerebro de tu preadolescente.

El Cerebro de un Preadolescente No es Como el Tuyo

No te preocupes; no me pondré demasiado técnico en este libro. Hay tres razones para no hacerlo:

1. No hay espacio en un libro pequeño para demasiados detalles.
2. Probablemente no estarías muy interesado en los detalles técnicos y médicos.
3. No soy la persona para escribir ese tipo de libro. Yo soy un practicante, como líder de jóvenes y como padre. (Hace unos años había un comercial en el que el actor decía "No soy un médico pero una vez actué de médico en la TV", como si eso nos ayudara a confiar en su conocimiento médico. Quizás yo debería decir, "No soy un neurólogo, pero finjo ser uno en el ministerio juvenil").

No obstante, he leído un montón sobre este tema y he tenido largas conversaciones con médicos especialistas en cerebro. He reflexionado, he asimilado y he mirado estudios médicos cerebrales; también he observado durante años cómo las cosas que estaba aprendiendo sobre el cerebro preadolescente y adolescente se alineaban o no con lo que estaba leyendo.

Y lo más importante que tenemos que saber es esto: sus cerebros no son todavía cerebros adultos.

Sin embargo, es interesante ver que esto es una buena mezcla de limitaciones y oportunidades. Por ejemplo, los cerebros de los preadolescentes están todavía significativamente poco desarrollados en un par de áreas críticas (hablaremos de esto en el capítulo 5) lo cual implica que para ellos es un gran desafío ejercitar la

cordura, hacer elecciones razonadas, controlar impulsos e interpretar emociones.

Pero mientras los chicos que están entrando en la adolescencia tienen ciertas limitaciones debido a su cerebro que todavía está en proceso de desarrollo, también poseen una gran cantidad de habilidades que nosotros los adultos vamos perdiendo paulatinamente. Para mí es gracioso (algún día le preguntaré sobre esto a Dios en el cielo) que mientras estos chicos están naturalmente limitados para tomar decisiones y para otras importantes funciones cerebrales, por otro lado están en la cima de la función cerebral en un montón de áreas en las que yo, a mis 49 años ¡desearía ser fuerte! Por ejemplo, el reconocimiento de patrones, le velocidad cerebral y la memoria para los detalles crecen exponencialmente durante la preadolescencia y adolescencia, llegando a su pico entre los 16 y los 22 años, dependiendo de la función.

Algunos investigadores recientemente han comenzado a sugerir que las "limitaciones" del cerebro en esta etapa son en realidad beneficios. Lo que sugieren es, en pocas palabras, que tú y yo estamos apelmazados. Es decir, ningún investigador lo dice de esta manera, por supuesto. Lo que dicen es que el comportamiento arriesgado que naturalmente tienen los preadolescentes y la falta de inhibiciones y de toma de "buenas" decisiones, es lo que les permite descubrir los límites en el mundo. Ellos son capaces de pasar por encima de los límites de una forma en la que nosotros normalmente no lo haríamos, lo cual los ayuda a descubrir dónde existe ese límite en realidad.

Esto no tiene que ver sólo con temas morales o con comportamientos riesgosos clásicos relacionados a las bebidas, las drogas y el sexo. Veamos un caso de estudio neutral:

Diego es un chico de 15 años no demasiado sociable pero que cuenta con unos pocos buenos amigos. No es particularmente un chico popular pero ha estado genuinamente contento con la pequeña constelación de pares con la que se junta. En un momento dado, por más extraño que le parezca a Diego, surge la oportunidad de pasar tiempo con un grupo de chicos y chicas populares que tienen algo que Diego percibe que él desea y que no posee: puede ser que sean cool, que sepan moverse, que sean maduros o lo que sea. El problema, de todos modos, es claro: si Diego se asocia con este nuevo grupo de potenciales amigos, se verá forzado a abandonar a sus viejos amigos. Diego toma el riesgo sin pensarlo dos veces, dándoles la espalda a sus viejos amigos. Y cuando el nuevo grupo de amistades no resulta ser lo que él esperaba que fuera, Diego se queda sin amigos durante un tiempo.



el aprendizaje y crecimiento más significativo en mi vida por lo general vienen de situaciones que involucran el riesgo y el fracaso



Esta experiencia puede ser horrible para Diego pero al mismo tiempo es una fantástica experiencia de aprendizaje. Diego ha aprendido (siendo optimistas, o al menos tuvo la oportunidad de aprender) gran cantidad de información sobre lealtad, riesgo relacional, sobre la buena onda percibida y sobre la traición. Tú y yo probablemente no hubiéramos corrido el riesgo, lo cual hubiera sido la mejor elección en este caso; pero nosotros ya hemos aprendido esas lecciones.

Por cierto, no puedo dejar de ver la creatividad de Dios en todo esto. Yo sé que puedo aprender y crecer de muchas maneras pero el aprendizaje y crecimiento más significativo en mi vida por lo general vienen de situaciones que involucran el riesgo y el fracaso, incluso en mi madura mediana edad. El tema es que soy menos propenso al riesgo, y por lo tanto al fracaso, que cuando estaba en mis años adolescentes, lo cual significa naturalmente que estoy aprendiendo menos. ¿Ves la conexión? ¡Qué increíble que Dios diseñara el cerebro preadolescente y adolescente para ser naturalmente arriesgado!

Capítulo 2

LO MÁS IMPORTANTE EN LA CRIANZA DE PRE ADOLESCENTES (Y QUÉ TIENEN QUE VER SUS CEREBROS CON ESTO).

Con permiso de mi hija Liesl, me gustaría contarles un poco sobre ella. (Esto me hace sentir algo vulnerable porque amo a mi hija y tengo miedo, honestamente, de que puedas juzgarla a ella o a mí). De todos modos creo que este ejemplo puede ser útil.

En el momento en que escribo esto Liesl tiene 18 años y se graduará en la secundaria en menos de dos semanas. Ha sido aceptada por la Universidad de Redlands pero ha pospuesto su comienzo por un año para irse con una amiga a trabajar como voluntaria a Escocia, Inglaterra e India durante nueve meses. Como pueden imaginarse, estoy un poco nervioso de saber que mi hija de 18 años pasará nueve meses en Europa e India sin supervisión de un adulto; pero también estoy *muy* orgulloso de ella y creo que esto será una experiencia indescritiblemente poderosa para su crecimiento.

Liesl es un ser excepcional. Usa rastas y su vestimenta tiene un estilo que sólo podría ser descrito como único y consiste en mayor medida de prendas de segunda mano personalmente modificadas y una mochila con forma de oveja que lleva con ella a todas partes y hasta tiene su propia página en Facebook (la mochila). Toca el bajo (lo cual le sirve para la música que le interesa que es el punk de los años 70 y 80), el teclado (tocó en la banda de alabanza de la secundaria y en nuestra iglesia) y la viola (que le sirvió para obtener una pequeña beca de música para la

universidad). Estuvo a cargo de un grupo ambiental en nuestra iglesia con la supervisión de un adulto. Realizó una película para su proyecto final en la escuela y fue votada como reina de su promoción. Todavía le gusta tenernos a nosotros y a su hermano menor cerca (¡todo un milagro!) pero es extremadamente independiente y de voluntad firme. ¡Ah! También tiene una serpiente como mascota. Se llama Amii y come un ratón por semana.

Liesl también ha sido enviada de regreso a casa desde la escuela más de una vez, nos ha causado algunas noches sin dormir, nos ha mentado, fue arrestada una vez y tiene uno de los cuartos más desordenados que me pueda imaginar, ¡realmente a veces me aterroriza! También hemos discutido (léase: peleado) por la tarea escolar.

Liesl es bastante feliz y yo estoy feliz por eso. Pero nuestro objetivo principal como padres nunca fue que ella fuera feliz.

Liesl es bastante ambiciosa y flexible, dos estupendos atributos que le servirán en su vida. Pero el "éxito" como resultado de su ambición y flexibilidad nunca ha sido nuestro objetivo principal como padres.

Claramente, como puedes ver por la descripción que hice de ella, Liesl es creativa y única y me encanta que sea así. Pero nunca fue nuestro objetivo principal como padres el que ella fuera creativa y única.

La mayor parte del tiempo Liesl es muy agradable con todo tipo de personas. Amo ese rasgo de su carácter, pero (¿ya puedes ver el patrón?) nuestro objetivo nunca fue que ella sea "agradable".

Nuestro objetivo principal como padres, particularmente durante sus a veces turbulentos años de adolescencia, ha sido que se convierta en un adulto. Ella se *ha* convertido en un adulto;

una aspirante a adulto quizás, o una aprendiz de adulto, y yo no podría estar más orgulloso.

Ella está lista para despegar. Estoy seguro de que todavía tiene una gran cantidad de pasos en falso, metidas de pata, malas elecciones y consecuencias desafortunadas por experimentar. Pero está lista para ser un adulto y mi trabajo como padre está en su mayor parte completo. Ella no será una adolescente eterna que ronde por nuestra casa durante otros diez años, porque es responsable y porque posee una maravillosa combinación de autonomía y capacidad para pedir ayuda.



El objetivo de los padres y maestros de preadolescentes no debe ser crear mini versiones de nosotros mismos



¿Por qué decidí contarles esto? Porque a pesar de todas nuestras imperfecciones, enfocarnos en los objetivos correctos como padres es algo que, gracias a Dios, considero que mi esposa y yo hicimos bien.

El objetivo de los padres y maestros de preadolescentes no debe ser crear mini versiones de nosotros mismos. Tampoco debe ser crear ciudadanos buenos y complacientes. Y por cierto que tampoco debe ser lograr que sean trabajadores "exitosos" económicamente.

La meta principal de criar y acompañar a un preadolescente y a un adolescente es lograr que sea un adulto maduro, completo y

pleno. Cuando tu hijo o alumno termine la secundaria (y con algo de suerte comenzarás a notarlo intermitentemente antes de este momento), debe estar listo para decir con confianza: "Estoy listo para ser responsable de mí mismo, de mis buenas y malas decisiones y de mi influencia en el mundo".

Ahora bien, seguramente no te sorprenderás si te digo que esto está totalmente relacionado con el desarrollo del cerebro. Los adultos saludables (o los post adolescentes que se están lanzando hacia la adultez) tienen cerebros dados y diseñados por Dios que los asisten perfectamente en la primera característica de la adultez: la responsabilidad.

La Adolescencia Extendida y La Mentalidad de los Padres

En los últimos diez años, la adolescencia se ha extendido tan rápidamente que es casi imposible precisar dónde empieza y dónde termina. No desde un punto de vista biológico o neuronal sino en los términos de la conducta, las modas y las costumbres. Con la pubertad comenzando a edades cada vez más tempranas (diez años y medio u once años es la edad promedio para las chicas hoy en día), el punto de entrada a la adolescencia se ha adelantado. Por supuesto que la cultura, y los medios particularmente, han ayudado a este adelanto. Pero el otro extremo de la adolescencia, su finalización, se ha modificado más dramáticamente aún.

Veinte años atrás, la finalización de la adolescencia estaba firmemente marcada por la combinación de cumplir dieciocho años y terminar la escuela secundaria (y esto, a propósito, ya era una extensión de la norma cultural de principios de 1900, en la que la adolescencia finalizaba a los dieciséis años). Y la "distribución

normal", que es esa curva en forma de campana que describe el ochenta por ciento que debería ser descripto como "normal", era muy angosta. Una vez que cumplías los dieciocho y te graduabas, la expectativa cultural era que comenzarás a ser responsable de ti mismo y que funcionaras como un adulto. Todas las leyes, libertades y expectativas comenzaban a esa edad: el derecho a votar, la edad a la que podías unirse al ejército, el derecho de representarte a ti mismo en la corte o de firmar un documento legal, la responsabilidad de tener un servicio médico propio, el derecho a contraer matrimonio sin la autorización de los padres y la edad legal para beber (esto ocurrió durante muchos años pero ahora esta edad se ha elevado a los veintiuno en todos los Estados Unidos).

Pero los cambios masivos en la cultura en general, en los modelos de paternidad, en la economía y en otros factores, han extendido la adolescencia mucho más allá de los 18 o 19 años. El Dr. Robert Epstein, un prestigioso psicólogo y ex editor de la revista *Psychology Today* escribió un libro muy radical unos años atrás llamado *Teen 2.0* (Editorial Linden, 2010). En el libro Epstein escribe:

"...Hasta hace más o menos un siglo... la adolescencia tal como nosotros la conocemos apenas existía. A lo largo de la mayor parte de la historia humana, las personas jóvenes eran integradas a la sociedad adulta a una edad mucho más temprana, pero a comienzos del 1800, las nuevas leyes y las prácticas culturales comenzaron a separar a los adolescentes de los adultos, imponiéndoles un conjunto de restricciones cada vez más grandes y extendiendo artificialmente la niñez hasta bien pasada la pubertad. Las nuevas investigaciones sugieren que los adolescentes de hoy están sujetos diez veces más a restricciones de lo que lo es-

tán la mayoría de los adultos, y que la adultez se ha postergado hasta bien entrados los veinte o los treinta años. Es como si la confusión y el disturbio que hoy vemos entre los adolescentes es un resultado involuntario de la extensión artificial de la niñez”¹

Ahora prepárate para escuchar lo siguiente: los especialistas están diciendo que en este momento la adolescencia, en promedio, se extiende hasta los 30 años. De hecho, la adolescencia es tan extensa hoy en día (casi 20 años, ¡un cuarto de la vida!) que se la divide en tres etapas:

1. Adolescentes menores (11-14)
2. Adolescentes mayores (15-20)
3. Adultos emergentes (20-30) (A propósito, esta etapa originalmente era llamada “adolescentes tardíos”, pero ninguna persona de más de 20 quiere ser llamada adolescente; por lo tanto “adulto emergente” es ahora la terminología políticamente correcta).

Por supuesto, la distribución normal (esa curva de normalidad en forma de campana) se ha achatado sin el acuerdo cultural que teníamos en torno a los 18 años de edad. De modo que hoy tenemos personas de 21 años que están funcionando totalmente como adultos responsables y personas de 35 que todavía están atascados en un ciclo de adolescencia extendida.

Cuando hablo con los padres acerca de estos cambios, por lo general responden que la razón principal puede ser la económica; que es más difícil para un adulto joven ser financieramente independiente de lo que lo era una década o dos atrás. Ciertamente este es un factor; pero no creo que sea el más importante ni tampoco lo consideran así los que estudian este tema. Los padres también sugieren que la “necesidad” de contar con más adultos

jóvenes que vayan a la universidad y puedan obtener educación universitaria explica este cambio. Nuevamente, este es un factor; pero creo que es mucho más un resultado que una causa.

En realidad, este cambio es más fácil de entender de lo que parece a primera vista. Piénsalo de esta manera: si la definición de adultez es "ser responsable de uno mismo", entonces ¿no tiene sentido decir que lo que está faltando es dar responsabilidades? En primera instancia no es falla de los jóvenes adultos y de los adolescentes el hecho de que no "tomen" responsabilidades. La responsabilidad es más a menudo otorgada que tomada. El principal cambio, entonces, ha sido que ya no les damos responsabilidades (y las expectativas que van con ellas) a los preadolescentes, adolescentes y adultos jóvenes. Y en nuestras equivocadas ideas acerca de *proteger* a nuestros hijos (y también a nuestros alumnos), a menudo quitamos las consecuencias de sus elecciones, lo cual socava completamente el aprendizaje sobre la responsabilidad que brindan esas consecuencias.

Y aquí se ve cómo esto se conecta a nuestro tema del cerebro de un adolescente: la responsabilidad y la toma de decisiones son funciones de los lóbulos frontales (hablaremos más de esto en el capítulo 5). Y como esa parte del cerebro no está totalmente desarrollada hasta los 25 años, el cerebro tiene una asombrosa habilidad para compensar esa debilidad. Piénsalo de esta manera:



Sin lugar a dudas, hay un aspecto relacionado con la voluntad en esto; pero la responsabilidad es ante todo una función del cerebro. Y no podemos esperar que un adolescente sea responsable si nunca se le da una responsabilidad *significativa* (*significativa* es una palabra clave aquí).



la responsabilidad es ante todo una función del cerebro



Antes de continuar, quiero mencionar brevemente que el otro factor importante que contribuye a extender la adolescencia es el aislamiento de los adolescentes y adultos jóvenes. Los preadolescentes sobre todo, pasan casi cada minuto de su día con un grupo de pares homogéneos o solos. Casi no tienen oportunidad de pasar tiempo con los adultos *en el mundo de los adultos*; el único tiempo que pasan con los adultos es cuando los adultos vienen al mundo de ellos. Como resultado, tienen pocas oportunidades para practicar ser lo que a mí me gusta llamar "*aprendices de adultos*".

Cuando los chicos pasan tiempo con los adultos en el mundo de los adultos, sus cerebros se van moldeando y se fortalecen las vías neurales que ayudan a la función de la responsabilidad y otras funciones adultas. Si de repente un día te levantas con un tercer brazo que nunca ha sido usado (¡fuera del problema para encontrar ropa un tercer brazo sería muy útil a veces!), no puedes esperar que tenga fuerza o alguna utilidad hasta que lo ejercites un poco. Lo mismo ocurre con el cerebro de los adolescentes y

la responsabilidad. Ellos tienen la capacidad ¡pero necesita ser ejercitada!

El Compromiso Por Encima del Control

A lo largo de las dos últimas décadas ha habido un cambio significativo en los estilos de paternidad que para mí es bastante preocupante. Y lo que me parece particularmente interesante es que cuando me piden que dé charlas y seminarios para padres de pre adolescentes y hablo de este cambio destructivo, los padres están de acuerdo conmigo. Sin embargo, estoy muy seguro de que la mayoría de ellos cae en la gran presión cultural que tienen los padres con respecto a este "nuevo" estilo. En otras palabras: ¡es difícil para un padre ser distinto a todos los demás!

El nuevo estilo: el control.

Quizás se deba al miedo con el que viven tantos padres, el miedo a que nuestro mundo está cambiando tan rápidamente y muchos de esos cambios conllevan de manera inherente al menos alguna percepción de amenaza. Estuve leyendo "Hombría para Amateurs" (*Manhood for Amateurs*, Harper, 2009) el nuevo libro de no ficción de Michael Chabon, autor ganador del Premio Pulitzer, y encontré una impactante sección donde escribió sobre su hija y su experiencia al haber aprendido a andar en bicicleta. Chabon escribe:

"Hace poco tiempo mi hija menor, luego del típico esfuerzo y exaltación, aprendió a andar en bicicleta. Su alegría por su logro fue rápidamente seguida por un sentido cada vez mayor de desconcierto y desilusión a medida que iba quedando claro para los dos que no había ningún lugar a donde poder ir a andar en bicicleta (ninguno al que yo estaba dispuesto a dejarla ir).

Poco tiempo después salimos juntos después de cenar, ella en su bicicleta y yo siguiéndola a una distancia prudencial. Lo primero que me impactó en aquella encantadora tarde de verano mientras recorríamos las calles de nuestro hermoso barrio residencial, fue que no nos encontramos con ningún otro chico en esa hora que durante mi infancia había sido el momento mágico en el que todos los niños salíamos a jugar".²

No tengo ningún interés en idealizar el pasado. En realidad, cada estilo de paternidad a lo largo de la historia ha tenido sus propios puntos ciegos. Pero este tema del control es bastante nuevo y se ha asentado entre nosotros con una fuerza y velocidad destructoras.

Yo no cuestiono la *motivación* de los padres que gastan tanto esfuerzo intentando controlar cada aspecto de sus hijos y de las experiencias que ellos tengan con el mundo. Comienzo con la suposición de que su motivación es honorable y buena. Pero la obsesiva aproximación al control exprime la vida de los preadolescentes y los daña dramáticamente. El control excesivo limita las interacciones con el mundo que deben moldear sus cerebros a través del ocasionalmente brutal pero generalmente instructivo proceso de prueba y error.



**la obsesiva aproximación al control
exprime la vida de los preadolescentes
y los daña dramáticamente**



Quizás esto sea una leve exageración, pero la seguridad se ha convertido en la carta de triunfo de la paternidad. Los padres son considerados "buenos" si protegen a sus hijos.

Ahora bien, yo estoy a favor de los límites, como lo verán en la próxima sección. ¡Pero quiero que los adolescentes (incluyendo a los dos que viven en mi casa) tengan una dieta rica en experiencias, desafíos, obstáculos, raspones y momentos en los que se pregunten "¿debería hacerlo o no?" que los prepararán para la adultez!

La paternidad y el liderazgo por control no es relacional, es mecanicista, y a fin de cuentas no te provee a ti o tu preadolescente la relación que ambos desean (sí, tu hijo desea tener una relación contigo, incluso cuando todo indique lo contrario).



comprometerse no es fácil. Implica intencionalidad



Esta es la razón por la que estoy convencido de que uno de los valores más importantes que podemos tener como padres y líderes de preadolescentes es mantenernos involucrados y comprometidos con sus vidas (y ellos con las nuestras). Si pierdes tu compromiso en un intento de controlar ciertos resultados deseables, estarás desperdiciando tanto tu influencia como tu relación.

Comprometerse no es fácil. Implica intencionalidad, tiempo, involucramiento, flexibilidad, pedir disculpas y estar dispuesto a sentirse incómodo y torpe.

Como resultado podrás ser capaz de controlar algunos aspectos de la vida y comportamiento de tu preadolescente y así controlar también algunos aspectos relativos al moldeado de su cerebro. Cuando pierdes la relación, le estás entregando el cerebro de tu adolescente a cualquier otra fuerza modeladora del mundo.

Pero el compromiso te lleva, debido a que los pone juntos consistentemente en momentos de triunfo y en momentos de dolor y fracaso, a estar siempre al lado de tu adolescente. Y cuando vives junto a ellos tienes la oportunidad de ser un modelador de cerebros con la adultez en la mira.

Límites y Libertad

Con el propósito de crecer en la "fuerza de procesamiento", el cerebro adolescente necesita desesperadamente la oportunidad de explorar, arriesgarse, probar hipótesis y experimentar el fracaso. Por lo tanto es esencial una dosis significativa de libertad. En el caso de los preadolescentes, ellos necesitan comenzar a experimentar una cierta cantidad de libertad a medida que avanzan en las primeras etapas del pensamiento abstracto y explorando cómo funciona el mundo y cuál es su lugar en él.

Pero la libertad sin ningún límite en absoluto es abrumadora y perjudicial para su desarrollo.

Mi esposa está finalizando un posgrado en Psicología Somática, una rama de la psicología que se enfoca en el trauma y su resolución, entendiendo que el trauma a menudo reside en nuestros cuerpos.

Una de las metáforas que he aprendido de mi esposa, es cómo un animal salvaje responde a una amenaza. La respuesta más saludable de un animal, cuando algo inesperado ocurre o apa-

rece en su espacio, es dirigirse hacia eso nuevo que ha ocurrido o aparecido. Pero cuando un animal salvaje es amenazado, tiene tres reacciones posibles:

- ◆ Huir. En este estado, el animal, dando por sentado que la amenaza es más poderosa, huye desfavorido.
- ◆ Luchar. Esta es bastante obvia, ¿verdad?
- ◆ Paralizarse. Cuando el animal está confundido, así como puede huir o pelear, también puede quedarse inmóvil. El caso más típico son los venados cuando de repente ven una luz muy fuerte. Esto a menudo es una fuente de trauma.

Utilizo esta metáfora porque creo que explica por qué tanto la libertad como los límites son tan importantes para los chicos. Ellos necesitan que se les dé el espacio para explorar su mundo; pero demasiada libertad puede llevarlos fácilmente a hacer horribles elecciones con enormes consecuencias de por vida (esta parte es más obvia), o a dejarlos paralizados por no estar seguros de cómo proceder.

Yo he visto esto cientos, quizás miles de veces en los adolescentes. Los padres que controlan las experiencias de sus adolescentes no dan lugar al aprendizaje que viene de la exploración (lo cual debería llevar naturalmente al aprendizaje que viene de dirigirse al nuevo estímulo, huir o luchar); pero los padres que no ponen ningún límite, o ponen límites demasiado amplios desde el punto de vista del desarrollo, pueden dañar el crecimiento de sus hijos, incluyendo el desarrollo crítico de sus funciones cerebrales, poniéndolos en situación de sentirse abrumados (paralizados).

Todo esto puede tener mucho sentido para ti, pero la pregunta que te surge seguramente es: "Entonces, ¿cómo sé dónde poner los límites?" ¡Buena pregunta!

Desafortunadamente no hay una fórmula para esto, lo cual es una de las razones por las que mantenerse involucrado en la vida de tu hijo o alumno es tan profundamente importante, para que puedas ir haciendo ajustes en respuesta a lo que vas observando y escuchando. Como regla general, el proceso de acompañar a un preadolescente implica *expandir* los límites a medida que observas que está cómodo y es razonablemente responsable con la cantidad de libertad que le has dado previamente.

Un ejemplo: varias veces durante los años preadolescentes y adolescentes de Liesl (y ahora de Max) mi esposa y yo tuvimos que encontrar una solución viable para delimitar el tipo de música que podía escuchar. La elección de la música en un área estupenda para darles libertad a tus chicos porque es una forma creativa de auto expresión. No es necesario que solo escuchen la música que a ti te gusta, ¿verdad? Entonces cuando estaba en los últimos años de la primaria y hasta los primeros años de la secundaria, creamos un límite que consistía en que Liesl podía elegir la música que escuchaba en su iPod, incluyendo la compra de música, pero que yo tenía que aprobar todas las canciones. Les aseguro que pasé más tiempo del que yo hubiera preferido buscando las letras online. Nuestro principio básico, el cual se lo habíamos comunicado a Liesl, era que no queríamos que escuche música con un montón de malas palabras, o que hablara de las mujeres en forma denigrante, o que fuera destructiva en algún otro sentido. Pero dentro de esos principios, ella tenía una cantidad apropiada de libertad de acuerdo a lo que considerábamos bueno para su desarrollo, la cual incluía escuchar música que a nosotros no nos "gustaba".

Cuando Liesl nos demostró que era lo suficientemente responsable con esa cantidad de libertad, cuando tenía alrededor de 14

años, expandimos un poco esos límites. Esta expansión tenía poco que ver con lo que nosotros preferíamos (todavía no queríamos que escuchara música que cruzara esas líneas que habíamos fijado previamente), y sí tenía más que ver con el "proceso de aprobación". Ya no chequeaba las letras de todas las canciones de un álbum y ella sólo tenía que decirme el nombre de la banda. Si yo no estaba familiarizado con la música o la banda, investigaba un poco con el compromiso de avisarle si podía escucharla o no dentro de las 24 horas. Y cuando llegó a los 17 le dijimos que podía elegir ella misma la música que quería escuchar, pero le pedimos que fuera respetuosa cuando su hermano menor estuviera presente y que cuidara su influencia sobre él.

Usamos el mismo proceso de ir expandiendo los límites con las redes sociales. A Liesl y Max les permitimos tener una cuenta en Facebook cuando cumplieron 13 años (la edad en la que Facebook permite tener una cuenta sin mentir). Ambos quisieron tener una página en Facebook antes de los 13 pero nos mantuvimos firmes; solo les permitimos tener una dirección de correo electrónico para que pudieran realizar sus primeras incursiones en la comunicación online. Pero la regla en todo lo que implicara una presencia online era que yo siempre tenía que saber su password y que regularmente entraría a sus cuentas para ver en qué habían andado. Y, mientras fueron chicos, ambos pudieron acceder a las redes sociales, incluyendo el correo electrónico, sólo cuando estaban en un lugar público de la casa. Cuando Liesl tuvo material levemente objetable en su página de Facebook, hablé con ella sobre eso y le pedí que lo corrigiera, pero sólo tensaba los límites si ese comportamiento se repetía. En otras palabras, le permitíamos cometer errores.

Una vez que Liesl nos demostró ser bastante responsable con

la libertad que le habíamos dado para manejarse online, y en otras áreas de la vida, disminuimos significativamente su nivel de rendición de cuentas hacia nosotros. Ahora ella tiene 18 y no se me ocurriría decirle que no puede entrar a Facebook en su habitación, o pedirle que borre un post de mal gusto de uno de sus amigos. Todavía podría señalarlo pero sus libertades actuales no me alentarían a pedirle que lo cambie. Ella aún puede llegar a cruzar límites pero si lo hace tendrá que aprender las consecuencias de eso por sí misma.

Ese es el arte de ser padres o maestros: crear límites claros y siempre en expansión, dentro de los cuales cada uno pueda ejercitar un nivel de libertad real y a la vez apropiado desde el punto de vista del desarrollo. ¡Eso es entrenar el cerebro baby!

Capítulo 3

¡HOLA ABSTRACCIÓN!

Mi experiencia y mi pasión por el ministerio juvenil ha sido en mayor parte con los chicos y chicas entre 11 y 14 años, los preadolescentes mayores que ya están entrando en la adolescencia. Los estudio en profundidad lo cual sé que me coloca dentro de una pequeña minoría de seres humanos. Una de las cosas que más amo de los chicos que están en esta etapa es ver cómo constantemente van y vienen del pensamiento concreto al pensamiento abstracto y viceversa, como en un subibaja.

Aquí tienen un ejemplo: estaba en la Escuela Dominical enseñando sobre el tema de la valentía y el coraje y decidí hacer algo un poco extraño. Ya había planeado enseñarle al grupo que la palabra coraje, etimológicamente, significa "tener un corazón lleno" ("cor" significa corazón en Latín). Iba a explicar que no podemos llenar nuestros propios corazones, sino que necesitamos que Dios lo haga. Pero lo hice de un modo un poco extraño. Monté un show de cocina falso, utilizando corazones de oveja que le pedí a un carnicero, mientras explicaba cómo podíamos tener más coraje.

Saqué los corazones de oveja, les corté la parte superior y luego hablé un rato sobre los ingredientes que se necesitaban para tener un corazón lleno.

- ◆ Rompí un par de huevos (usándolos como una simple ilustración de la Trinidad) y separé las claras dentro de un recipiente, explicando que nunca podríamos tener un corazón lleno a menos que el Espíritu Santo nos de fuerzas.

- ◆ Agregué migas de pan en el recipiente, diciendo que ellas representaban nuestra voluntad de responder a Dios.
- ◆ Luego agregué pimienta y algunas otras especias, diciendo que representaban una actitud positiva.

Mientras revolvía esta mezcla con mis manos, expliqué que si sólo tuviéramos dos de estos ingredientes esto no funcionaría:

- ◆ Con nuestra voluntad y nuestra actitud positiva pero sin el Espíritu Santo, todo se desmoronaría.
- ◆ Con el Espíritu Santo y nuestra voluntad pero con una mala actitud, la mezcla no tendría sabor.
- ◆ Con el Espíritu Santo y una actitud positiva pero sin voluntad, no habría esencia y nada sucedería.

Luego rellené uno de los corazones de oveja con la mezcla y les dije que tener coraje no excluye tener miedo. Podemos estar asustados, pero aun así avanzar con confianza. Mientras me limpiaba las manos, hablé sobre David corriendo hacia Goliat y supuse que él hubiera estado pensando algo como: "Estoy a punto de mojarme los pantalones porque estoy muerto de miedo; pero tengo coraje porque Dios me lo dio, y yo no voy a retroceder, ¿escuchaste loco?".

Voy a admitir que estaba muy orgulloso de mí mismo. Me había llevado un poco de tiempo extra de preparación pero les había dado a esos chicos una lección con una mágica combinación de verdad reveladora y atracción que haría que no se la olvidaran fácilmente. (Espero que entiendan que me estoy burlando de mí mismo. Sigán leyendo).

Esta es la clase de respuestas que escuché después de la demostración esa mañana y durante la semana:

- ◆ “¿Realmente tú te comiste eso?”
- ◆ “Detesto la pimienta”.
- ◆ “Eso es crueldad animal”.

Aquellos que al menos intentaron conectar mi show de cocina con la verdad espiritual dijeron cosas como:

- ◆ “Espera un momento, ¿entonces David le sacó el corazón a Goliat y se lo comió después de que lo mató?”
- ◆ “Entonces, ¿se supone que nosotros debemos ser como... mmmm..., cristianos picantes?”
- ◆ “¿Si no hubiera estado solamente la clara del huevo, *el resto de Dios* hubiera arruinado todo?”

Para ser justos, hubo unos pocos chicos (los de primer año de la secundaria, un poco más grandes que algunos de los otros que hicieron estos comentarios), que parecieron entenderlo y considerarlo digno de ser recordado. Podrán no acordarse de la receta pero creo que muchos de ellos entendieron el punto principal: “El coraje requiere un corazón lleno, y sólo Dios puede llenar tu corazón”.



el pensamiento abstracto lo cambia todo



La razón por la cual la mayoría de estos chicos preadolescentes no lo entendieron no fue solo porque era una ilustración extraña que distraía su atención (aunque eso también puede haber sido

verdad). La razón por la que tantos de esos chicos no lo pudieron seguir fue porque mi bella ilustración culinaria era sumamente abstracta, y los preadolescentes son notablemente débiles en lo que tiene que ver con el pensamiento abstracto.

Si tu preadolescente tuviera una “fiesta de la pubertad” cuando él o ella comenzara físicamente los años adolescentes, Dios aparecería con un regalo bellamente envuelto y en su interior habría: ¡pensamiento abstracto! Realmente, el comienzo del pensamiento abstracto, que empieza con la pubertad, es una nueva, maravillosa y gloriosa forma de ver el mundo. El pensamiento abstracto lo cambia *todo*.

Los niños y los preadolescentes no tienen la habilidad cognitiva para pensar abstractamente. Y los adolescentes entran y salen de él constantemente en su largo camino hacia conquistarlo y hacer que les sea útil. Mientras tanto, a lo largo de los años adolescentes, en un momento piensan en forma concreta y al instante se interesan vagamente por algo abstracto. Podrías suponer, y con razón, que los adolescentes más chicos, estarán más tiempo en el territorio de lo concreto y que los más grandes harán un trabajo decente usando la abstracción; pero, desafortunadamente, no es tan simple.

El pensamiento abstracto, en pocas palabras, es pensar en pensar, y tiene implicancias gigantes para la vida diaria de tus chicos y de tu vida como padre o maestro.

Gran Implicancia #1: La Especulación

El comienzo del pensamiento abstracto trae consigo varios efectos que alteran la perspectiva, pero sin lugar a dudas una de las más importantes es la nueva habilidad de especular de verdad.

Los niños y los preadolescentes no tienen en realidad la habilidad cognitiva para especular (para montar en su mente escenarios con "qué pasaría si..." y "por qué será que...").

Esta habilidad para la especulación es algo tan normal para nosotros los adultos que es un poco difícil imaginar la vida sin ella. Cuando estás considerando tomar una decisión, como un cambio de trabajo, inmediatamente comienzas el proceso de recorrer potenciales posibilidades en tu mente:

- ◆ ¿Cómo será el nuevo trabajo?
- ◆ ¿Cómo será el ambiente en el lugar de trabajo?
- ◆ ¿Cuáles serán algunos de los impactos en mi vida y mi familia?
- ◆ ¿Qué riesgo implica?
- ◆ ¿Cómo me sentiría si no me postulo para este puesto?

Los niños sólo pueden hacer observaciones más simples y concretas sobre lo que podría pasar: "será bueno" o "será malo".

Nosotros, en cambio, ejercitamos nuestras habilidades para especular no sólo en las grandes decisiones de nuestra vida (como un cambio de trabajo), sino constantemente en decisiones más cotidianas. En este momento estoy escribiendo en la habitación de un hotel, entre un evento de entrenamiento para el ministerio juvenil y otro, y recién acabo de tomar una simple decisión sobre cuándo voy a hacer una pausa y voy a bajar al lobby para tomar el desayuno gratis que me ofrece el hotel. Es una decisión sin importancia pero, aun así, natural e intuitivamente tomé esa pequeña decisión en medio de varios escenarios mentales relacionados con "ir ahora" e "ir más tarde".

Probablemente en algún momento te has sentido exasperado con tu preadolescente porque simplemente no pudiste entender por qué él o ella no pensó en las implicaciones obvias (para ti) de una decisión en particular. "¿No pensaste que si no realizabas tu tarea eso iba a influir negativamente en tus calificaciones?". "¿Por qué pensaste que estaría bien encender esos petardos en el estacionamiento de la escuela?".

Los adolescentes *poseen* la habilidad de especular pero no son muy buenos haciéndolo. Es como un músculo nuevo que ha sido agregado recientemente a su repertorio de habilidades mentales; pero es un músculo débil y fofo que nunca ha sido usado. La especulación requiere práctica, necesita ser usada con regularidad antes de que pueda ser confiable y pueda estar disponible inmediatamente sin intencionalidad.

Pero allí está y funciona. E incluso sin intencionalidad, la especulación comienza a crecer dentro del proceso de pensamiento de un preadolescente y es una visita regular en los adolescentes jóvenes y mayores. Piénsalo de esta manera: cuando un niño atraviesa esa maravillosa y molesta etapa de la vida en la cual preguntan "¿por qué?" incesantemente, solamente está buscando una relación causal. Pero cuando un adolescente pregunta "¿por qué?" (lo cual, a propósito, a menudo no es verbalizado) está entendiendo de manera más amplia (realmente con un entendimiento metafísico) las complejidades de la vida.

Recuerdo un momento específico, un par de años atrás, cuando mi hijo Max tenía unos 12 años. Max era particularmente un pensador en blanco y negro y, combinado con un fuerte sentido de la justicia, siempre veía las cosas como buenas o como malas. Algunos alumnos de su clase se habían metido en problemas por haber tenido ciertos comportamientos de naturaleza levemente

sexual, pero cruzaron la línea de lo que Max (¡y su maestra!) consideraba que estaba "bien". Hablé con él sobre esto y recuerdo cuán molesto estaba. Le pregunté qué estaba sintiendo. Claramente estaba sintiendo *algo* muy fuerte, se notaba en su cara y en su lenguaje corporal. Pero no podía expresarlo con palabras. Luego de una pausa muy larga y uno o dos suspiros, dijo algo como: "No sé cómo describirlo, pero no me gusta".

Dos años atrás Max no hubiera tenido este conflicto interno tan grande; la situación simplemente hubiera estado "mal". Pero ahora era más compleja. Le molestaba pero no podía precisarlo.

El hermoso y ocasionalmente angustiante aspecto de esta nueva habilidad para especular es que abre un mundo de potenciales oportunidades para los adolescentes. De una forma que puede ser amenazadora para ti, los adolescentes comienzan a cuestionar tus valores y decisiones porque están comenzando a ver que hay otros valores y decisiones que estaban o están disponibles. A menudo comienzan haciendo preguntas difíciles sobre la fe (hablaremos más de esto en el capítulo 4), explorando a través de cambios de hobbies o estilos, o alternando amistades, basados en la suposición especulativa de que los nuevos amigos le darán más de lo que ellos piensan que están buscando en una amistad.

Más allá de la conciencia de esta realidad, la cual debiera ser útil en sí misma, hay implicaciones relacionadas con los padres y los maestros. Para encaminarse hacia la independencia y hacia una vida plena (y ojalá una vida de buenas decisiones), los adolescentes necesitan ejercitar su "músculo de especulación". Pero por lo general no lo harán por sí mismos, y nosotros podemos ayudarlos. Deja tu agenda de lado cuando tu adolescente comience a preguntar (o a sugerir) preguntas especulativas, e involúcralas en el proceso. No des simplemente las respuestas

correctas (suponiendo que tienes una). En cambio, haz lo que hizo Jesús y responde a la pregunta con otra pregunta. Haz preguntas utilizando "¿qué pasaría si?" y "¿por qué?" que ayudarán a tu adolescente a ejercitar esta nueva e importante habilidad.

Incluso mi pequeño ejemplo de Max y su fuerte emoción sin nombre apunta a esto. Yo le hubiera causado un gran perjuicio si le hubiera *dicho* lo que él estaba sintiendo, o lo que debía estar pensando.

Gran Implicancia #2: La Perspectiva en Tercera Persona

Otra enorme implicancia del pensamiento abstracto es la habilidad de mirar las cosas desde la perspectiva de una tercera persona. En otras palabras, es la capacidad de percibirte a ti mismo, a otros o a una situación desde algún otro punto de vista (o desde el punto de vista de otra persona). En cierto sentido esta es una forma de especulación, ya que generalmente no *sabemos* cuál sería esa otra perspectiva y sólo lo inferimos o suponemos.

Este ejemplo nos ayudará a entenderlo:

Pon a una niña de 9 años frente a un espejo y pídele que se describa a sí misma. Su descripción consistirá mayormente en lo que ve literalmente frente a ella: características físicas que sabe que son ciertas. Normalmente la única influencia externa en su descripción será lo que los otros le han dicho directamente sobre sí misma.

Pon a una chica de 16 años frente a un espejo, pídele que se describa a sí misma y obtendrás un tipo de respuesta *muy* diferente. Aunque pueda llegar a incluir algunos pocos detalles concretos, la mayor parte de su descripción estará basada en la

percepción: quién percibe ella que es, qué es lo que supone que los demás piensan de ella y (desafortunadamente) cómo percibe que no cumple con alguna expectativa cultural.

O:

Pregúntale a tu hijo de 9 años, luego de que lo sorprendiste mintiéndote, "¿Cómo te parece que esto me hace sentir?" Él adivinará, basado en tu tono de voz y tu lenguaje corporal, que te hizo sentir enojado o triste. También quizás adivine basado en sus propias experiencias de que le hayan mentado. Pero todas sus respuestas no serán más que una conjetura.

Pregúntale a tu hijo de 16 años, luego de que lo sorprendiste mintiéndote, "¿Cómo te parece que esto me hace sentir?" Él no tendrá que adivinar (al menos tiene la capacidad mental de responder con más que una conjetura). De hecho, él puede percibir cómo te sientes, o al menos algo parecido, basado en su conocimiento sobre ti y tus valores, en lo que sabe de tu amor por él, o frustración con él, y en un entendimiento más amplio de las complejidades inherentes a criar a un hijo adolescente. (Por supuesto, también lo ayudará tu tono de voz y tu lenguaje corporal como así también sus propias experiencias).

Estas respuestas notablemente diferentes resumen este cambio hacia el pensamiento en tercera persona.

Pero esta perspectiva en tercera persona no está relacionada sólo con la auto-percepción. Pensar desde otros puntos de vista nos ayuda con un montón de otras funciones adultas complejas. Nos puede ayudar a tomar mejores decisiones ya que podemos sacarnos a nosotros mismos y a nuestros prejuicios (hasta cierto punto) del proceso de especulación. Puede ayudarnos a comprometernos y estar presente con determinadas personas cuando

percibimos lo que están sintiendo o experimentando. Y puede hacer que reflexionemos sobre grandes y complejas preguntas sobre la vida, el bien y el mal, la cultura y toda la humanidad.

Uno de los lugares donde a menudo veo esto es cuando llevo adolescentes a viajes misioneros de corta duración. Debido a la gran cantidad y profundidad de los cambios relacionados con el desarrollo que está teniendo lugar en sus cuerpos y cerebros, los adolescentes a menudo son bastantes narcisistas. Pero cuando se encuentran con personas con necesidades reales, especialmente en un contexto cultural distinto, la experiencia puede desestabilizarlos en el mejor de los sentidos. Obtienen un sentido de sí mismos como parte de una historia mucho más grande. Se preguntan por qué ellos tienen tanto mientras otros tienen tan poco. Ven, desde afuera de sí mismos, su propio egoísmo y materialismo y esto desacomoda sus prioridades y valores.

Otras Implicancias

Las implicaciones del pensamiento abstracto de las que hemos hablado hasta ahora son las más importantes; sin embargo hay una infinidad de otras formas en la que esta nueva habilidad reorienta las vidas de los adolescentes.

Empatía: La empatía y la simpatía no son realmente lo mismo, por supuesto. Aunque quizás pienses en la empatía como una versión más intensa de la simpatía, la verdadera diferencia está conectada al pensamiento abstracto.

La empatía significa que tú sientes lo que siente la otra persona. La simpatía significa simplemente que tú sientes lo que sientes, lo cual es que te sientes triste por la otra persona. Por supuesto, no podemos sentir *realmente* lo que siente la otra

persona, pero el pensamiento abstracto nos da las herramientas para poder verdaderamente percibir (no simplemente adivinar) por lo que está pasando esa persona. La simpatía es una idea, pero la empatía es una experiencia.

(Un rápido recordatorio: todas estas consecuencias del pensamiento abstracto, incluyendo la empatía, son herramientas nuevas en la caja de herramientas cognitiva de los adolescentes. Pero eso no significa que ellos tengan alguna idea de cómo utilizarlas, ni que las van a usar naturalmente cada vez que una situación las requiere).

Paradoja: una paradoja consiste en dos oraciones (o un grupo de oraciones) que son verdaderas, y sin embargo están en conflicto la una con la otra.

Una paradoja icónica común es "¿Qué vino primero, el huevo o la gallina?"

Los niños están llenos de paradojas. ¡Sólo que no lo saben! Por lo tanto sería completamente normal para un niño de 6 años creer firmemente dos cosas que están en conflicto entre sí. ("Los zapatos en verdad no hacen que la gente camine más rápido" pero "¡estos zapatos me hacen más veloz!). Sin embargo, cuando se confrontan con una paradoja, tienden a escoger concretamente uno de los caminos.

El pensamiento abstracto, no obstante, abre la posibilidad de que ideas aparentemente contradictorias puedan ser mantenidas en tensión una con la otra. Por ejemplo, no puedo decirte cuántas veces alumnos preadolescentes me han preguntado: "¿Puede Dios hacer una piedra tan pesada que él mismo no la pueda levantar?"

Generalmente los preadolescentes piensan que van a atraparme con su nueva mente brillante. Ese generalmente es el momento en el cual comienzo a contarles acerca del estupendo ministerio

para jóvenes que tiene esa otra iglesia unas calles más adelante (estoy bromeando).

Pero incluso el hecho de que este preadolescente me hiciera esta pregunta, para la cual él sabe que no hay una respuesta “correcta”, demuestra su pensamiento abstracto en crecimiento.

La paradoja juega un papel muy importante en el desarrollo de la fe. No se molesten conmigo por la siguiente ilustración, no estoy tratando de decir nada que no sea sobre la paradoja y la fe: ¿Cómo podemos amar a nuestro prójimo más que a nosotros mismos y al mismo tiempo estar a favor de una respuesta militar en caso de una crisis global? De nuevo, no estoy tratando de hacer ningún alegato con esto; simplemente estoy sugiriendo que la fe de un adulto no es concreta y simplista sino compleja y llena de paradojas.

Todo lo demás. En el capítulo 1 escribí que el cambio cognitivo es el cambio más grande por el que está atravesando tu adolescente, con un impacto más profundo en su vida que los cambios físicos que está experimentando.

Y aquí está el por qué: además de las implicancias expuestas en este capítulo, el comienzo del pensamiento abstracto también interviene en una multitud de otras áreas que están cambiando con la adolescencia. El pensamiento abstracto está en la raíz de por qué tu adolescente a menudo parece tan emocional. Es el elemento fundamental que explica por qué sus amistades han cambiado a lo largo de los últimos años. Es el punto de partida para la separación que tanto tú como tu adolescente están experimentando mientras avanza hacia la independencia. Y es el código de origen para que tu adolescente avance hacia una fe perdurable y madura.

¡Y eso es de lo que vamos a hablar en el próximo capítulo!

Capítulo 4

EL EFECTO GOTEADO DEL PENSAMIENTO ABSTRACTO (O POR QUÉ LOS ADOLESCENTES ACTÚAN ASÍ)

Damas y caballeros, madres y padres, por favor ajústense los cinturones de seguridad, apaguen todos los dispositivos electrónicos (¡a menos que estén leyendo esto en algo electrónico!), y prepárense para decir: "¡Uau Marko! ¡No tenía idea de que el desarrollo del cerebro de mi adolescente podría explicarme tanto sobre por qué él o ella actúa de la manera que lo hace!"

¡Perdón! Al parecer he estado en demasiados aviones últimamente. Sigue leyendo.

El Pensamiento Abstracto y las Emociones

¿Recuerdas a ese despreocupado y feliz niño que tu adolescente solía ser? ¿Recuerdas cuando sus emociones eran bastante predecibles? ¿Recuerdas cuando podías detectar en un segundo la emoción exacta que tu hijo o alumno estaba sintiendo porque se reflejaba con toda claridad en su cara?

Ahora tienes a un adolescente en tu casa cuyas emociones parecen un show de magia; tú sabes que no estás viendo la historia completa, pero no tienes idea de lo que realmente está ocurriendo. ¿Por qué tu hijo o alumno es tan emocionalmente volátil? ¿Cómo es que puede darse vuelta como una moneda y pasar de estar despreocupado a furioso, de perturbado a "está

bien, lo que sea"? ¿Y cómo es que la "moneda" es aparentemente tan imperceptible (al menos a los ojos de los adultos)?

Si los padres y maestros de adolescentes llegan a ver algunos cambios relacionados al desarrollo más allá de los cambios físicos, esos son los cambios emocionales que son los que le siguen en obiedad. Ya sabes que voy a decirlo así que dilo conmigo: ¡todo es gracias a su cerebro!

¡Las emociones son abstractas! Por lo tanto tiene sentido decir que los niños y los preadolescentes están limitados en su experiencia con las emociones; limitados a entenderlas en términos concretos.

He encontrado que la mejor metáfora para entender esto es imaginar que las emociones son los colores en la paleta de un pintor. Un niño tiene una paleta emocional pequeña, con lo equivalente a los colores primarios, más blanco y negro. Pero en la pubertad, con el comienzo del pensamiento abstracto, Dios cambia esa paleta pequeña y limitada por una nueva: una gran paleta cargada con docenas (por no decir miles) de opciones y matices emocionales.

Pero al igual que un pintor principiante, los adolescentes no conocen bien los colores de su paleta, o la técnica para mezclarlos de manera efectiva. Por lo tanto a menudo pintan sus vidas, emocionalmente, con uno de dos extremos:

- ◆ Colores brillantes y llamativos (emociones) que parecen ser demasiado intensos para la situación.
- ◆ Una versión confusa del beige.

(Dicho sea de paso, cuando combinamos sus nuevas habilidades con los valores culturales, las chicas adolescentes generalmente

se inclinan hacia lo brillante y llamativo mientras que los varones se inclinan más hacia el beige).

Con frecuencia he escuchado a adultos decir que los adolescentes necesitan aprender a controlar sus emociones. Pero en realidad no han entendido el asunto. Controlarlas no sirve de mucho si primero no las entienden. Por lo tanto la tarea durante la adolescencia, cuando se trata de emociones, es tratar de aprender a entender (a través de la prueba-error) esta gloriosa diversidad de emociones que ahora está a su disposición.

Yo veo este cambio como una de las asombrosas y creativas obras de Dios. Mi texto favorito para entender las emociones de los adolescentes son las palabras de Jesús en Juan 10:10:

Yo he venido para que tengan vida, y la tengan en abundancia.

Para que podamos vivir abundantemente, para poder experimentar totalmente la vida que Dios desea para cada uno de nosotros, se nos ha dado el valioso regalo de las complejas y diversas emociones. Y crecer en el entendimiento de esa experiencia es una muestra del profundo amor de Dios por cada uno de nosotros, del amor profundo de Dios por ti y por tu hijo o alumno.

El Pensamiento Abstracto y la Relaciones

Esta es mi mejor ilustración actualizada del cambio relacional que tiene lugar en las vidas y mentes de los adolescentes:

Pon una docena de niños de 7 años en una habitación con una gran bañera repleta de Legos y la pasarán muy bien. Jugarán juntos o independientemente, pero en general se llevarán bien entre ellos. Quizás haya algún bravucón en el grupo al que le

guste aplastar las estructuras que han armado los otros chicos, pero en la habitación básicamente no habrá ideas contrapuestas. ¿La razón? Los niños no son muy distintos unos de otros y, con un objetivo en común (los Legos), estarán concretamente enfocados e inconscientes de lo que *significa* que estén jugando junto a este niño o a aquel otro.

Pon una docena de chicos de 16 años en una habitación (¡sientete libre de dejar los Legos allí si lo deseas!) y verás que se despliega un escenario *muy* diferente. Será muy parecido al primer episodio de cada temporada del show de TV Sobreviviente, en donde todos inmediatamente comienzan a examinarse entre ellos, buscando potenciales alianzas, percibiendo amenazas y pensando si serán los primeros en ser eliminados.

Por supuesto que hay más de tres factores, pero los tres más grandes (todos conectados al pensamiento abstracto) que traen cambios en las relaciones de amistad adolescente son:

- ◆ *Personalización*: el proceso de transformarse en uno mismo, separado de los padres y familia. Cuando un adolescente comienza a personalizarse, se vuelve más consciente de las cosas que lo hacen único, de sus intereses, valores y preferencias. Y esto influye en las amistades.
- ◆ *Afinidad*: es una de las tres grandes asignaturas en la adolescencia (las otras dos son Identidad y Autonomía). La afinidad pregunta, “¿A quién y a dónde pertenezco?” Esta pregunta nueva y abstracta lleva a los adolescentes a buscar amigos con quienes compartir un interés en común en lugar de buscar solamente al amigo que está cerca (las amistades de la infancia generalmente nacen por la proximidad).

- ◆ *La perspectiva en tercera persona:* uno de los grandes temas del capítulo anterior. Esta habilidad de percibirse a uno mismo desde el punto de vista de otra persona hace que los adolescentes no sólo reflexionen sobre cómo un amigo (o potencial amigo) puede llegar a percibirlos, sino que también hace que piensen en cómo los otros van a percibirlos *basados* en sus amistades.

El Pensamiento Abstracto y la Independencia

Aunque tu hijo o hija siempre tuvieron sus intereses y personalidad propios y únicos, diferentes a los tuyos, los niños por lo general cargan con una fuerte afinidad con sus padres en términos de valores, opiniones y creencias. Es raro encontrar a un chico de 6° grado, cuando ya son levemente conscientes de la política nacional, que afirme tener una afinidad política "con el otro partido" distinto al de sus padres en un período electoral.

Pero el pensamiento abstracto, y ese proceso de personalización que acabo de mencionar, aceleran el proceso de independencia. Cuando sientes tensión con tu hijo, o cuando tu alumno expone un punto de vista o creencia que es diferente al tuyo, están mostrándote sus mentes. Y ese proceso no es sólo normal sino que es saludable y necesario (¡a pesar de que no siempre sea agradable y que no siempre se verbalice de la mejor manera!).

Recuerda: tu meta como padre o maestro es que tu preadolescente llegue a ser independiente. No es que ya no vaya a necesitarte a ti o a otras personas; estamos hechos para vivir en comunidad y para complementarnos unos con otros. Pero tú *quieres* que él o ella, si tus valores como padre o líder son buenos, lleguen al final de su adolescencia teniendo autonomía.

Si todo esto te parece abrumador, vuelve a leer la sección sobre Límites y Libertad en el capítulo 2.

El Pensamiento Abstracto y la Fe

Lee la siguiente lista y fijate si puedes encontrar la idea concreta, la que no es abstracta:

- ◆ La Biblia es la revelación de Dios para nosotros, sobre él mismo, nosotros mismos y toda la creación.
- ◆ Jesús nos salvó.
- ◆ La esencia de Dios es el amor.
- ◆ Seguir a Jesús se trata de ser discípulos.
- ◆ Dios existió siempre y es eterno en todas las formas.
- ◆ Dios el Padre, Jesús y el Espíritu Santo son uno.
- ◆ Jesús se hizo hombre sin dejar de ser Dios.
- ◆ Dios desea que vivamos vidas desinteresadas sirviendo a otros.

Fácilmente podría hacer un listado diez veces más largo, pero detengámonos aquí. La respuesta a mi pregunta sobre cuál de estas oraciones es concreta y no abstracta es: ninguna de ellas. Todas son abstractas. De hecho, casi todo lo relacionado con la fe es abstracto.

Y aunque Jesús nos anima a tener una fe como la de un niño, ciertamente no nos está animando a tener una fe inmadura. Por lo tanto, para que tu adolescente llegue a tener una fe perdurable que dure más de lo que dura la Escuela Dominical y las oraciones de antes de dormir (¡todas cosas muy buenas!), ¡tendrá que ejercitar seriamente su músculo del pensamiento abstracto!

Recientemente estaba conversando con los líderes de un ministerio juvenil llamado Ministros Descalzos (ellos son la rama del ministerio juvenil de la Iglesia del Nazareno) y me compartieron una progresión de la fe que me pareció muy útil:

Simplicidad → Complejidad → Perplejidad → Humildad

La idea es que los nuevos creyentes, ya sean niños o adultos, por lo general tienen una hermosa simplicidad en su fe. "Dios me ama, Jesús me salvó y no importa nada más". Pero en algún punto de nuestros viajes espirituales (esto ocurre durante nuestra adolescencia para aquellos criados en la fe, gracias al pensamiento abstracto), comenzamos a darnos cuenta de que algunos aspectos de nuestra fe son más complejos. Con el tiempo, llegamos a un punto en el que hay al menos *algunas* cosas que nos dejan verdaderamente perplejos (¡paradoja!). Si mantenemos nuestra fe durante esos tiempos, podremos avanzar hacia un espacio de humildad en donde elegimos ejercitar la fe, sabiendo que no tenemos todas las respuestas.

El problema es este: cuando los adolescentes cristianos comienzan a experimentar la complejidad y la perplejidad, nosotros (los padres y maestros de la iglesia) por lo general nos enloquecemos. ¡Parece como si estuvieran *perdiendo* su fe! Entonces los hacemos retroceder, deseando que regresen a ese hermoso lugar de la simplicidad.

Pero a menos que les demos el espacio para moverse dentro y a través de la complejidad y la perplejidad (a propósito, esto no es abandono sino que debe ser un involucramiento activo y un viaje juntos) impediremos el desarrollo de su fe y reduciremos la probabilidad de que tengan una fe activa cuando sean adultos.

¡Sí! ¡Ser padres y maestros de adolescentes es difícil!

Capítulo 5

¡ESTÁBAMOS EQUIVOCADOS! (NUEVOS DESCUBRIMIENTOS SOBRE EL CEREBRO DE LOS ADOLESCENTES)

Antes de finalizar el libro les traigo algunas noticias de último momento. Bueno, al menos son noticias de último momento en el ámbito de lo que el mundo médico ha conocido sobre el cerebro de los adolescentes. En este ambiente es un conjunto de descubrimientos muy nuevos, de los últimos quince años más o menos. Este asunto nuevo es mucho más que meramente académico, porque ofrece toneladas de explicaciones con respecto al comportamiento adolescente, y también ha planteado un desafío con respecto a la crianza de un cerebro adolescente.

La sorprendente verdad es que hasta la última década hemos conocido muy poco sobre el cerebro adolescente (y el cerebro de los niños también). La mayor parte de lo que conocíamos lo sabíamos a través de la observación del comportamiento o haciendo suposiciones basados en los rayos x y en el conocimiento de los cerebros adultos. Eso es porque era considerado poco ético abrir los cráneos de los niños y adolescentes y estudiar cerebros saludables y vivos (¡y con razón!).

Pero con la invención y la aceptación de la RMI (Resonancia Magnética por Imágenes), se hizo posible el estudio no invasivo de cerebros saludables en tiempo real.

Durante cientos de años la comunidad médica y científica entera se aferró a la presunción de que los cerebros estaban totalmente formados, en promedio, alrededor de los 6 años de edad.

Luego de eso necesitaba crecer un poco en tamaño y ciertamente también en velocidad y funcionalidad. Pero la presunción era que “estaba todo allí”.

El mayor impacto (realmente esto fue un shock para la comunidad científica) fue el descubrimiento de que los cerebros no están totalmente formados hasta alrededor de los 25 años. Antes de esa edad hay importantes partes del cerebro que están literalmente, físicamente todavía en desarrollo.

¡Eso es todo un tema!

Gran Descubrimiento #1: Te Presento a Los Lóbulos Temporales

Los cerebros humanos generalmente son explicados indicando que cuentan con cuatro lóbulos (secciones) ubicadas en espejo a ambos lados del cráneo, derecho e izquierdo. (¡Por lo tanto yo creo que en realidad tienen ocho lóbulos!). Si bien varias funciones cerebrales están completamente aisladas en uno u otro lóbulo, parece haber funciones particulares que tienen lugar primariamente en un lóbulo. Por ejemplo, los lóbulos occipitales, en la parte de atrás de tu cabeza, son los responsables por todas las cosas relacionadas con la visión.

Una de las áreas con un subdesarrollo significativo en el cerebro adolescente es la de los lóbulos temporales. Los lóbulos temporales son responsables, entre otras cosas, de la interpretación y el entendimiento emocional. Todavía están en formación en todos los adolescentes pero están significativamente más subdesarrollados en los varones (sí, mamás, sabemos que se están riendo, ¡basta ya!)

Es importante pensar cómo vamos a responder a esta información. Una respuesta puede ser: “Bueno, creo que no son capaces

de tener un entendimiento emocional, por lo tanto debo dejar de esperarlo o desearlo". Eso, mis amigos padres y maestros, sería penoso (aunque no poco común). Las investigaciones no prueban que los adolescentes sean incapaces. De hecho, hay estudios que demuestran que el cerebro adolescente compensa esta limitación de otras maneras.

Es por eso que creo que una respuesta saludable por parte de los padres y líderes juveniles, sería una combinación de paciencia y comprensión, complementada con una especie de "visita guiada" por las emociones para que puedan conocerlas e interpretarlas (a las propias y a las de otros).

Cuando Max, mi hijo de 14 años, un día malinterpretó completamente el descontento en la cara y en la voz de mi esposa, yo no lo ignoré dando por hecho que él era incapaz, ni lo reprendí por su juicio erróneo y ridículo de la realidad. En lugar de eso fui a su lado y lo ayudé a ver lo que realmente estaba pasando, ayudándolo a *ejercitar* esa función del cerebro.

Gran Descubrimiento #2: Te presento a la Fuente de Tu Frustración como Padre o Maestro, El Lóbulo Frontal.

Las noticias más importantes con respecto a todo este tema de nuevos descubrimientos del cerebro, y el aspecto que ha sido reportado más a menudo en los medios de comunicación más populares, es el subdesarrollo de la corteza pre frontal en los adolescentes, que es parte de lo que más comúnmente se llama el lóbulo frontal o los lóbulos frontales. De hecho, se ha escrito tanto sobre esta nueva información, y en mi opinión se ha aplicado incorrectamente, que la he visto aparecer en todos lados, desde avisos de seguros para automóviles ("¿Por qué los adolescentes

conducen como si les faltara una parte de su cerebro? ¡Porque realmente les falta!"), hasta ficción para adultos jóvenes.

El lóbulo frontal a menudo es llamado el gerente general del cerebro o el centro de toma de decisiones. Aquí tenemos una lista parcial de las funciones de las que es responsable:

- ◆ Toma de decisiones
- ◆ Cordura
- ◆ Priorización
- ◆ Control
- ◆ Planificación
- ◆ Organización
- ◆ Concentración

Si hicieras una lista de los opuestos de estas palabras (poco atento, desorganizado, sin cordura ni control), ¡tendría una definición bastante buena de cómo la mayor parte de la gente ve a los preadolescentes! Y lo que hemos llegado a aprender es que hay una razón fisiológica para esto.

Pero las conclusiones que se han diseminado sobre este descubrimiento me han molestado un poco. Escucha esto: no hay *ninguna* investigación que demuestre una relación *causal* entre estas áreas subdesarrolladas del cerebro de los adolescentes y el comportamiento. En otras palabras, sólo porque un segmento particular del cerebro está todavía creciendo, eso no significa que los adolescentes sean incapaces de tomar buenas decisiones o ejercitar la cordura (o cualquier otra cosa de ese listado). Ese tipo de conclusiones injustas e ilógicas realmente contribuyen a estereotipos negativos y perjudiciales basados en una característica física.

Durante siglos hicimos lo mismo con las mujeres: dijimos que, dado que en promedio tenían cerebros más pequeños que los hombres, claramente no eran capaces de tener pensamientos elevados, derecho al voto e incluso un discurso inteligente. Nosotros (como humanos) recorrimos el mismo camino asignando estereotipos negativos a los judíos y personas con ascendencia africana, utilizando una ingeniería inversa que justificaba nuestros prejuicios con características físicas.

Creo que lo mismo les está ocurriendo a los adolescentes *ahora mismo*. Estamos tomando nuestras percepciones ya negativas con respecto a los adolescentes y las estamos atribuyendo de manera inversa a estos nuevos descubrimientos sobre el cerebro. Y yo me rehúso a aceptarlo. Como padre o maestro de un adolescente, espero que estés conmigo en esto.

Tampoco tenemos idea si el subdesarrollo de los lóbulos frontales de los adolescentes ha sido siempre así (lo cual parece ser la presuposición sin sentido crítico de parte de muchos) o si es el resultado de una cultura que no espera que los adolescentes utilicen esa parte de sus cerebros (Robert Epstein, mencionado anteriormente, argumentaría extensamente a favor de esto último).

¡Esto no significa que yo esté ignorando el subdesarrollo de los lóbulos frontales en los adolescentes! De ninguna manera. Estoy fascinado con este hallazgo y estoy re organizando mi ministerio juvenil y las estrategias para padres y maestros a la luz de esto. Pero en primer lugar esto significa una dosis extra de paciencia y comprensión y un deseo de ayudar a los adolescentes a ejercitar esas partes de sus cerebros.

Recuerda, lo que he dicho en varios puntos de este libro: ¿cómo podemos esperar que nuestros hijos y alumnos sean de hecho responsables si nunca les damos la oportunidad de intentarlo (y de

fallar)? ¿Cómo podemos esperar que utilicen el cerebro que Dios les dio si no permitimos que esos cerebros maduren?

Gran Descubrimiento #3: Re Direccionando las Autopistas (o Las Neuronas Crecen y Se Van)

Aquí les traigo un nuevo descubrimiento final sobre el cerebro de los adolescentes que realmente ha capturado mi imaginación y ha impactado mi paternidad.

Las neuronas son el "cableado eléctrico" del cerebro y cuando se agrupan se les llama vías neuronales. Estas vías neuronales son las superautopistas de la información del cerebro y los medios en los cuales circula la información. A propósito, las mejores estimaciones de la cantidad de neuronas normales en un cerebro humano dan entre 80 y 120 billones. ¡Eso es un montón de neuronas!



un par de años antes del comienzo de la pubertad, el cerebro entra en un frenesí de crecimiento masivo



Este es el nuevo descubrimiento: un par de años antes del comienzo de la pubertad, el cerebro entra en un frenesí de crecimiento masivo, agregando millones de neuronas adicionales. Luego, en la pubertad, un interruptor se dispara y el proceso se revierte a sí mismo. Durante los dos a cuatro años luego del comienzo de la pubertad (aproximadamente de los 11 o 12 años hasta los 15 o 16), el cerebro reduce millones de neuronas.

Pero esa proliferación y eliminación no es la parte más interesante. Lo más curioso es el proceso de selección para la eliminación de neuronas. Jay Giedd, el investigador principal sobre el cerebro adolescente en el Instituto Nacional de Salud, lo llama el principio de "no lo usas, lo pierdes".³ En otras palabras, esas neuronas y vías neurales que son utilizadas durante los años de adolescencia temprana y media, consiguen quedarse y funcionar y a aquellas que no son usadas se les dice adiós.

Giedd incluso llega a decir (estas palabras que estás por leer son asombrosas) que durante la adolescencia el cerebro realiza el "cableado" con el que funcionará a lo largo de su adultez.

Es decir: si un adolescente pasa una gran cantidad de tiempo jugando video juegos, cableará su cerebro para los procesos de pensamiento utilizados en esa tarea (a propósito, eso no es *todo* malo y puede resultar en rapidez para la toma de decisiones y para la resolución de problemas, entre otras cosas). Si un adolescente se involucra con las artes fijará procesos cerebrales artísticos que se convertirán en una parte de su forma de pensar durante toda su vida. Si un adolescente es forzado a memorizar cantidades gigantes de información, bueno, imagínate el resto.

Esto no quiere decir que el cerebro no puede aprender cosas nuevas, o incluso nuevas formas de pensamiento en la adultez. Significa que ciertas formas de pensar son *sintonizadas* durante los años de la adolescencia y esa es una sintonización que se fija.

Como padres y maestros esto nos lleva al tema de la mayoría de edad. La pregunta que ha provocado un cambio en mi propia paternidad desde que he aprendido esta realidad es: ¿Cómo puedo administrar *de la mejor manera* la oportunidad que tengo de moldear permanentemente el cerebro de mis adolescentes? Y, más específicamente, ¿cómo puedo administrar de la mejor

manera la oportunidad que tengo de moldear sus cerebros para que tengan una fe robusta toda la vida?

Un pensamiento final (no sobre neuronas): tú eres la mayor influencia indiscutida en la vida de tu adolescente. Aunque quizás te sientas inclinado a creer que no es así, y que los pares o la cultura tienen una mayor influencia, las investigaciones han demostrado una y otra vez que los padres son la mayor influencia en la vida de los adolescentes. Un investigador extremadamente creíble (Christian Smith, en respuesta a su Estudio Nacional de Juventud y Religión) dice que el mejor indicador de la fe de un adolescente es la fe de sus padres.⁴

Mi esperanza y mi oración es que hayas entendido algo más sobre lo que está ocurriendo dentro de la cabeza de tu preadolescente, sobre por qué actúa de esa manera y sobre la fantástica oportunidad que tienes de estar a su lado ayudándolo a alcanzar la adultez.

Ser padres y maestros de adolescentes en un trabajo difícil, por cierto. Pero también es uno de los privilegios más grandes que vamos a tener. ¡Ahora ve y moldea ese cerebro!

NOTAS

1. Robert Epstein, *Teen 2.0* (Fresno, CA: Quill Driver Books, 2010), 3.
2. Michael Chabon, *Manhood for Amateurs: The Pleasures and Regrets of a Husband, Father, and Son* (New York, NY: Harper, 2009), 65-66.
3. pbs.org/wgbh/pages/frontline/shows/teenbrain/interviews/giedd.html
4. youthandreligion.org

ENTIENDE A TU PRE-ADOLESCENTE

LO QUE PADRES Y MAESTROS DEBEMOS SABER



Marcos Oestreicher (Marko) es sin discusión una de las máximas autoridades en ministerio con preadolescentes en el mundo. Es autor de decenas de libros, entre ellos “Ministerio Juvenil 3.0” y “Ayúdenme, lidero adolescentes de 12 a 15” Marko es un archivo de conocimiento sobre el entrenamiento de líderes de jóvenes y adolescentes. Es solicitado como conferencista, escritor y consultor y hoy dirige The Youth Cartel, proporcionando una variedad de recursos, entrenamiento y consulta a los pastores de jóvenes, iglesias y ministerios. Marko vive en San Diego con su esposa Jeannie y tiene dos hijos.



Sigue ya a     /e625oficial



MENSAJE IMPORTANTE

Especialidades 625 es un equipo de pastores y siervos de distintos países, distintas denominaciones, distintos tamaños y estilos de iglesia que amamos a Cristo y a las nuevas generaciones.

Lo que entendimos como encargo de Dios fue a ayudar a las familias cristianas en Iberoamérica a siempre encontrar buenos materiales y recursos para el discipulado de las nuevas generaciones y para facilitar la tarea es que abrimos un **SERVICIO PREMIUM de SUSCRIPCIÓN** por iglesias que funciona con una cuota o costo mensual por congregación que le permite a todos sus líderes descargar materiales como este libro para compartirlos en su congregación y también hacer las copias necesarias de las partes que encuentren pertinentes para las distintas actividades de la congregación o sus familias.

Además de libros, esta membresía a nuestro servicio Premium brinda acceso a materiales visuales, audios, clases, hojas de actividades, encuestas y materiales en serie.

El esfuerzo detrás de este servicio es muy grande y hay familias cuyos ingresos dependen de que sus padres o madres tengan el tiempo suficiente para dedicarse a esta tarea y por eso es que hay un costo que entenderás que es bueno compartir entre todos los que creemos que vale la pena tener un servicio así.

Por favor, usa estos materiales con sabiduría sin postearlos online y asegúrate que tu iglesia es responsable con su suscripción mensual para poder seguir invirtiendo tiempo, dinero y esfuerzo en seguir proveyendo cada vez mejores materiales.

Te amamos. **e625**