

Jordi Nomen

CÓMO HABLAR
CON UN ADOLESCENTE
Y QUE TE ESCUCHE

arpa

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN: <i>AD OLERE</i> , EL ADOLESCENTE EN PROCESO DE CRECIMIENTO	9
1. EL MUNDO DE LOS ADOLESCENTES	29
Gestión del cambio	31
Presentismo	33
Construcción de la personalidad	36
Emociones y razones	39
Sociabilidad: la amistad	42
La identidad real y la identidad digital	46
El enamoramiento, el amor y la sexualidad	50
Aprendizaje y desaprendizaje: la construcción de un nuevo mundo	56
El tiempo libre	60
Hermanos y hermanas	64
Nuevos tipos de familias	69
2. LOS RIESGOS	73
Tecnología y juegos. El problema de la atención y las redes sociales	76
Tabaco, alcohol y drogas	82
Sexualidad: embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual (ETS)	88
Acoso	94
El abandono escolar	103

La violencia en la familia	109
Trastornos en la conducta alimentaria	115
Otras enfermedades mentales: ansiedad y depresión	128
3. UNA RUTA HACIA LA AUTODETERMINACIÓN Y LA MADUREZ	133
Exigencia y amor: la fortaleza del vínculo entre el adulto y el adolescente	134
Darles tiempo, tu tiempo, a su tiempo. Tiempo de calidad y escucha atenta	144
Dar ejemplo de coherencia entre pensamiento, palabra y acción	149
Paciencia y paciencia: muchos grados de paciencia	154
La razón y la emoción, en su correcta proporción. Bases para el diálogo con adolescentes	160
Compartir, vivir y pensar experiencias	167
Dejar que se equivoquen: ni hiperprotección ni desprotección. Estar disponibles. Autonomía personal frente a heteronomía	173
El diálogo con los adolescentes	178
Esperar lo mejor y prevenir lo peor. Celebrar los éxitos y aprender de los fracasos junto a un adolescente	184
La persona es mucho más que su actitud. ¡Recordad vuestra propia adolescencia!	189
Conclusiones: la adolescencia como camino de crecimiento hacia la madurez	194
PARA SABER MÁS	207
AGRADECIMIENTOS	213

INTRODUCCIÓN

AD OLERE, EL ADOLESCENTE EN PROCESO DE CRECIMIENTO

«Soy como esa isla que ignorada,
late acunada por árboles jugosos,
en el centro de un mar
que no me entiende,
rodeada de nada,
—sola solo—.

[...]

Quizá haya algún tesoro
muy dentro de mi entraña.
¡Quién sabe si yo tengo
diamante en mi montaña,
o tan solo un pequeño
pedazo de carbón!».

Fragmento del poema *Isla ignorada*
de GLORIA FUERTES

Llevo más de treinta años impartiendo clases a adolescentes. Soy tutor y profesor de filosofía. Junto a ellos he aprendido todo lo que pienso compartir en este libro, que se basa, sobre todo, en mi experiencia. Cuando empiezo a escribir estas líneas acabamos de volver de un viaje

de estudios. Cuatro días de una convivencia muy intensa, hablando con ellos, escuchándolos. Imaginaos una larga cola de sesenta estudiantes de quince y dieciséis años que se desplaza, en grupo, por una ciudad desconocida. En colas como esas he tenido las charlas más estimulantes que puedan imaginarse. He aprendido a conocerlos y comprenderlos. He conocido sus temores e inseguridades, sus inquietudes y sus hábitos, sus fortalezas y sus debilidades. Son horas de camino, entre visita y visita, recontándolos una y otra vez para no dejar a ninguno atrás.

A lo largo de los años he comprendido que la adolescencia es un constructo cultural e histórico, fruto del tiempo y el espacio en que viven, de las modas y las influencias que reciben, y de la personalidad que han construido a lo largo de su niñez, sobre todo junto a su familia. También acarrearán prejuicios y estigmas, producto de la convivencia y el devenir familiar y social.

Actualmente ya no es solo la familia, a mi parecer, el principal grupo educador. Ni la escuela. Ahí están las redes sociales y los modelos que en ellas encuentran, porque mis alumnos apenas ven la televisión o escuchan la radio; se mueven por internet, con lo bueno y lo malo que ello implica. También son grupos educadores, como lo han sido para muchas generaciones, sus pares e iguales, de los que toman referencias para no quedar excluidos de ese vínculo que tan fundamental resulta para su socialización a esas edades. El grupo lo es todo. Por ello, a veces andan desorientados, recibiendo mensajes contradictorios desde instancias diversas.

Resulta significativo apelar a la etimología para comprender cómo perciben las miradas que, sobre ellos,

proyectamos el resto de las generaciones con las que comparten el mundo.

La palabra *adolescente* se ha referido, en ocasiones, a la proximidad de su raíz latina con el dolor, «el que adolece». Desde ese punto de vista, vendría bien para definir los conflictos que suceden a esas edades. Sin embargo, esa asociación es falsa, puesto que la palabra *adolescente* proviene del verbo latino *olere*, que significa crecer, y vendría a significar, junto con el prefijo *ad*, algo así como «el que está en proceso de crecer». ¿Con qué definición vamos a quedarnos en nuestro trato con ellos? Si elegimos ver el dolor que sienten y nos producen, por supuesto lo veremos, porque ya sabemos que gran parte de la efectividad de las profecías se encuentra en que damos pasos involuntarios hacia su consecución. Del mismo modo, si preferimos observar su crecimiento, su desarrollo, su espléndido camino hacia la autonomía y la libertad personales, favoreceremos, con nuestra mirada adulta, que ellos también lo vean.

La adolescencia no es, pues, un paréntesis extraño, porque la vida es un proceso de cambio permanente en el que el ser humano va creciendo y desarrollándose o involucionando y marchitándose, porque nadie es una isla en medio del mar.

Quizás lo que ocurre es que los adultos deseamos que los adolescentes sean nuestro espejo y reflejen lo mejor de nosotros mismos. Es un vano intento, sin duda. Los espejos reflejan el mundo al revés, de derecha a izquierda, y nos muestran, con su misterio, un mundo muy diferente del que reflejan, aunque conserve su esencia. Decía el poeta Jorge Luis Borges en un fragmento de su poema «Los espejos»:

Nos acecha el cristal. Si entre las cuatro paredes de la alcoba hay un espejo, ya no estoy solo. Hay otro. Hay el reflejo que arma en el alba un sigiloso teatro.

Todo acontece y nada se recuerda en esos gabinetes cristalinos donde, como fantásticos rabinos, leemos los libros de derecha a izquierda.

Los adolescentes son ese espejo cambiante que establece ese otro al que hay que comprender, porque ha cambiado lo conocido, porque parece representar ahora una obra distinta de la que protagonizó en su infancia, porque la acción transcurre al revés de lo previsto. Conviene a los adultos desentrañar cuánto es teatro y cuánto realidad en esa obra que es crecer.

El libro que sigue a continuación se inicia con un repaso de los tópicos que se han ido utilizando para definir la adolescencia, y se organiza en tres grandes apartados. El primero, para definir el mundo de los adolescentes hoy. El segundo, para hablar de los riesgos a los que se enfrentan. El tercero, para determinar los pasos de una ruta hacia la autodeterminación y la madurez. Durante su escritura me he apoyado en algunos filósofos y escritores para ejemplificar algunos de los conceptos que manejo, por ser estos los campos de mi desempeño profesional. No obstante, he decidido citarlos apenas textualmente, y así facilitar una lectura próxima y fluida. Igualmente, al final podrás encontrar un apartado («para saber más») en el que hallarás algunas propuestas bibliográficas en las que profundizar, junto a algunas

propuestas de películas y libros apropiados para la lectura de los adolescentes.

También añadiré la voz de mis alumnos a través de reflexiones que he recibido a lo largo de los años. Cada año, en tercero de ESO, con quince años, les encargo un reto filosófico que consiste en hacer fotografías y reflexiones sobre las mismas donde expresen sus opiniones sobre ellos mismos y sobre el mundo. En este texto compartiré algunas de ellas. Espero, de todo corazón, que lo apuntado aquí pueda ser de utilidad a familias y maestros que quieran comprender a los adolescentes, para construir con ellos un vínculo acorde con su crecimiento, positivo y esperanzador, puesto que ellos construirán el futuro.

Los mitos sobre la adolescencia

«La juventud de hoy ama el lujo. Es mal educada, desprecia la autoridad, no respeta a sus mayores, y chismea mientras debería trabajar. Los jóvenes ya no se ponen de pie cuando los mayores entran al cuarto. Contradican a sus padres, fanfarronean en la sociedad, devoran en la mesa los postres, cruzan las piernas y tiranizan a sus maestros».

SÓCRATES

Como vemos en la cita anterior, ya en tiempos de Sócrates circulaba una imagen negativa de la adolescencia y la juventud. Todavía podría suscribirse en la actualidad en muchos encuentros de adultos cargados de prejuicios y tópicos.

Por supuesto, cualquier generalización supone una simplificación de lo complejo. Todas las personas somos

distintas y vivimos en el mundo de forma propia y diferencial. Con todo, ha hecho fortuna, como categoría de análisis y reflexión, el concepto de generación, para tratar de establecer algunas características comunes que pueden agrupar a las personas de la misma edad en un espacio y en un tiempo concretos. Así pues, vamos a preguntarnos: ¿cómo son las personas que viven su adolescencia hoy en nuestro país?

Quizás deberíamos empezar por decir que la adolescencia es una parte del ciclo de la vida situada entre la niñez y la juventud que permite hacer esa transición indispensable de la dependencia a la independencia, a las deseables autonomía y madurez. Ciertamente, los expertos destacan que en las últimas décadas la adolescencia ha ampliado su duración, que antes solía marcarse en torno a los diecinueve años y hoy puede extenderse incluso hasta los veinticuatro, con algunas actitudes de personas adultas (impulsivas, caprichosas, poco responsables...) propias de una inmadurez notable y que, en ocasiones, se alarga, incluso, más allá. En 2018, la revista médica *The Lancet* lo afirmaba en un artículo cuya opinión comparto, al decir que la adolescencia es un periodo vital que «ahora se extiende desde los diez a los veinticuatro años», cinco más de los diecinueve hasta ahora considerados como el momento de superación de esta etapa de la vida.

Para comprender bien su realidad, conviene desterrar los mitos que tienden a estigmatizar y presentar esta etapa de la vida como algo horrible, casi demoniaco. Suele ser un lugar común que, cuando refiero mi profesión como profesor de adolescentes, muchos adultos me dan el pésame como si de un duelo inevitable se tratara. Con

tamaño carga de prejuicios no será posible descubrir lo bello e interesante que tiene este periodo de vida de las personas. Por ello, antes de definir el mundo del adolescente querría insistir en los variados, y normalmente negativos, mitos y estereotipos que les persiguen desde la visión de muchos adultos. A continuación, recojo diez mitos sobre la adolescencia, aunque seguramente podríamos señalar muchos más:

1. Los adolescentes han perdido su niñez

Muchas familias señalan, en las entrevistas tutoriales, que sus hijos han perdido los niños que fueron. Especialmente ante los conflictos presentes, se suele idealizar la edad dorada de la niñez como una suerte de paraíso en el que no había desencuentros ni malestar, en el que todo funcionaba con la precisión de un reloj. ¿De verdad fue así? Seamos razonables. Siempre hay conflictos y malestares, porque son necesarios para el crecimiento del ser humano. Por otra parte, ¿no estaremos confundiendo nuestra competencia para gestionarlos como adultos, nuestra comodidad, con la ausencia de estos?

Ningún adolescente ha perdido su niñez, del mismo modo que ningún anciano ha perdido su juventud o su madurez. El ciclo vital es continuo y se construye por acumulación de experiencias. El niño que fue es el punto de partida del adolescente que ahora es, y así seguirá siendo en el futuro. Si de niños recibimos valores y principios y desarrollamos virtudes —y también vicios—, ese entramado continúa existiendo en nuestra interioridad.

Por eso es tan importante tener una niñez feliz y responsable. No rompemos la línea de la vida en cada etapa. Quizás lo que ocurre es que también vamos aprendiendo a enmascarar lo que somos, aunque, tarde o temprano, si el crecimiento es sano sabremos distinguir esa línea continua que configura nuestra identidad.

No puedo dejar de reproducir aquí la letra de esa hermosa canción de Melendi sobre ese yo adulto que se despidió del niño que fue. Sus palabras superan en mucho las mías:

Y aunque a veces se nos fuera de las manos
Tú fuiste quien me enseñó a creer en mí
Aunque puede que ese «en mí» no siempre fuera el acertado
Me enseñaste a romper lazos que me ataban
A existir sin que me vieran, tú me diste tantas cosas
Y aunque a veces te fallaran las maneras
Fuiste siempre mi bastón cuando no veía salida
Unas alas de cartón que nunca vuelan
Pero, al menos, lo fingían
Fuiste lo que me faltaba y no te vas porque sobras
Hoy solo soy el pintor que firma y guarda su obra
La guardaré en un rincón, el mejor de mi castillo
Ese que juntos construimos desde que éramos niños
Sé que lo entenderás porque en el fondo lo sabes
Hoy dejo el surrealismo para pintar paisajes
Y aunque el envío es urgente
La carta es sin remitente
Tú me enseñaste a vencer mi timidez
Tú me enseñaste a mirar a los ojos
Pero fallabas en contar hasta diez
Y darte cuenta de que hacías daño a otros
No pienses ni por un momento
Que no voy a echarte nunca más de menos

Pero es difícil que nos veamos
Porque ahora vivimos demasiado lejos
Pero siempre te voy a estar
Eternamente agradecido
Por esas cosas que sin ti
Yo solo, por mi cuenta, nunca habría aprendido
Y sabes muy bien que no es triste
Por mucho que sea despedida
La cura solamente existe
Si antes hubo herida
Fuiste lo que me faltaba y no te vas porque sobras
Hoy solo soy el pintor que firma y guarda su obra
La guardaré en un rincón, el mejor de mi castillo
Ese que juntos construimos desde que éramos niños
Sé que lo entenderás porque en el fondo lo sabes
Hoy dejo el surrealismo para pintar paisajes
Y aunque el envío es urgente
La carta es sin remitente

2. Los adolescentes solo buscan el conflicto

Ese tópico suele estar detrás de la palabra *adolescencia* más a menudo de lo que debería. «Conflictivo» es el adjetivo que parece asociarse indefectiblemente con las adolescencias. Y el ruido nos impide escuchar la palabra, aunque esta suele predominar. Sin duda, hay adolescencias conflictivas, como niñeces o ancianidades conflictivas. Es necesario repetir, una vez más, que toda convivencia genera conflictos y cualquier cambio tiende al desajuste del equilibrio. Sostener que, con su sola presencia, el adolescente va a generar conflicto, es mantener un prejuicio que no se basa en más evidencias que los casos

concretos a los que, por cierto, otorgamos notoriedad pública, tanto en los medios de comunicación como en las conversaciones cotidianas. En mi caso, he conocido a miles de adolescentes debido a mi experiencia profesional, y la mayoría de ellos tuvieron conflictos sin que eso los convirtiera en conflictivos. Simplemente, como cualquier persona, buscaban su camino y hallaban obstáculos y resistencias internos y externos en esa búsqueda. No podemos negar lo evidente: la juventud predispone al cambio y la evolución más que a la conservación y la quietud. Así es la vida. Deducir de ello que adolescencia es sinónimo de conflicto es un error que predispone a situar las relaciones con los adolescentes en el binomio ataque-defensa. Y esperar lo peor suele ser una mala estrategia para conocer lo mejor.

3. La adolescencia es una enfermedad que hay que pasar

No perdamos de vista que la enfermedad es una alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debido a una causa interna o externa. Nada tiene que ver con la adolescencia, una etapa de la vida que es necesaria para seguir creciendo. De nuevo estamos ante un estigma que provoca, en el menor de los casos, rechazo e indefensión. Ciertamente, se producen cambios físicos, hormonales y psíquicos en los adolescentes, pero nada de esto puede ser considerado una enfermedad. Al final, lo que sucede es que a los adultos nos cuesta romper con nuestro espacio de comodidad para adentrarnos en el desafío que supone responder

ante quien está construyendo su lugar en el mundo, con titubeos e incertidumbres.

No se puede generalizar sobre cómo afrontan los jóvenes ese desafío. Algunos sufrirán muchos vaivenes emocionales e inseguridades varias. Otros muchos, ninguno. Los adolescentes están descubriendo un mundo nuevo, de tránsito hacia la edad adulta, pero lo encaran con tanta emotividad o racionalidad como hayan aprendido. Los habrá que tendrán un alto sentido crítico y un pensamiento razonable y los habrá más manipulables y condicionados por el impulso y el deseo. No se puede generalizar, a riesgo de caer en una falacia.

4. A los adolescentes no les importan sus padres y no quieren hablar con ellos de nada

En muchas ocasiones, en las entrevistas tutoriales me he encontrado con familias que manifestaban un gran sufrimiento por la falta de comunicación con sus hijos. «Antes solía contárnoslo todo y ahora se encierra en su habitación, hasta el punto de que la casa ha dejado de ser un hogar para ser una fonda». «Parece que nuestro criterio ya no es valioso, como cuando era niño». Estas son opiniones que he oído muchas veces en la voz de progenitores preocupados.

En efecto, cuesta mucho aceptar que se ha perdido el papel que otorgaba centralidad a nuestra posición en la vida de los pequeños. Debemos hacer un duelo para construir una nueva relación de confianza y respeto que ya no se basa en nuestra palabra, sino que debe validarse

en la racionalidad y evitar el viejo paternalismo de «yo sé lo que te conviene». Solo así facilitaremos la emergencia de su autonomía y criterio propio. Del amor como razón hemos de pasar a las razones del amor, que tienen su sentido en estimular el crecimiento del otro, aun en detrimento de la autoridad incondicional de la que gozábamos en la infancia. Es común y natural que los adolescentes tiendan a distanciarse del padre y de la madre, pero para ellos y ellas es una necesidad para construir su propia identidad. No es una afrenta personal ni debemos sentirnos culpables. Nuestra reacción a ese silencio marcará que se mantenga y agudice o que se suavice. Las familias y los maestros debemos ofrecer un territorio de seguridad sin ultimátums: «Aquí estoy si me necesitas; si tú quieres». En este momento de su ciclo vital sus referentes se trasladan al grupo de iguales, a los que pedirán consejo y ayuda para afrontar sus problemas y preocupaciones. Encajar en el grupo de pertenencia es una de sus máximas prioridades.

Pero, aun así, la familia siempre será el núcleo de seguridad al que recurrirán si sienten que el problema es de dimensiones inabarcables para su capacidad. En algún momento, tratarán de abrir un canal de comunicación y la capacidad del receptor adulto será clave para mantenerlo abierto. Si se encuentran con juicios y críticas poco constructivas se instalarán de nuevo en el silencio y la ventana de oportunidad se cerrará. Por supuesto, también si el castigo es la única respuesta. Quizás tendemos a interrogar demasiado y a preguntar poco. El diálogo no es invasivo ni busca el control del otro; por el contrario, busca la comprensión y el enriquecimiento mutuo. Quizás

tendemos a imponer decisiones en una etapa en la que ellos buscan comprender las normas. Tal vez hemos roto la confidencialidad de lo que un día nos confiaron. No debemos olvidar que, por norma general, los hijos quieren a sus padres y también a sus profesores, con los que comparten buena parte de su vida. Ante la pregunta directa, y lo sé por experiencia, suelen responder: «Pues claro que quiero a mi familia; son fundamentales en mi vida».

5. Los adolescentes son irresponsables

«Siempre tengo que perseguirlo para que haga los deberes o para que ayude en casa». Otra frase común de las entrevistas tutoriales con las familias. Si a ello añadimos la valoración de la escuela («suele llegar tarde a las clases», o bien «os ha mentado sobre lo que ha ocurrido en la escuela»), la angustia aparece en los rostros de los padres. Conviene recordar que la responsabilidad se construye con la libertad y la conciencia de los límites que esta tiene, en la necesidad de normas que permitan la convivencia. Si no ejercemos la libertad, jamás tendremos responsabilidad; si no aprendemos los límites tampoco. La responsabilidad es la virtud de asumir las consecuencias que se derivan de nuestros actos. Requiere de creatividad para anticipar las diversas posibilidades, y de evaluación reflexiva para valorar las consecuencias, una vez se han dado. Por todo ello, los adultos que acompañamos a los adolescentes debemos preguntarnos: ¿les damos espacios de libertad? ¿Reflexionamos con ellos sobre las consecuencias y las normas? ¿Los animamos a asumirlas o los sobreprotegemos? A menudo

hay dos indicadores que impiden la buena marcha del proceso hacia la libertad: uno es la tendencia a echar las culpas a otros o a las circunstancias para no asumir los errores; el otro, la ausencia de reflexión durante el proceso de toma de decisiones. Hay adolescentes muy responsables y otros que no lo son, como también hay adultos en esas mismas categorías.

6. Las chicas adolescentes son más difíciles de sobrellevar

Ese es uno de los tópicos más difíciles de aceptar. Entraña una profunda desconfianza y un cierto machismo. Es un prejuicio sexista. Las familias cuentan que «de niña era obediente y responsable» y ahora se ha vuelto todo lo contrario: «Es rebelde y no acepta nuestros consejos; se ha vuelto tirana y desagradable». He ahí algunas de las frases que uno puede escuchar en las entrevistas tutoriales. Se lee en la experiencia de las familias la frustración y la sensación de fracaso. «¿Qué hemos hecho mal?», se preguntan.

Como sabemos, la culpa añade un inconveniente más al problema existente, porque la culpa no suele modificar nuestra estrategia, sino que contribuye a bloquear cualquier solución. Y en la cuestión del vínculo no se puede tirar la toalla, porque nuestra hija está poniendo a prueba nuestro amor incondicional, nuestra resistencia personal. Debemos buscar una nueva relación, invertir tiempo y paciencia, como los adultos que somos, en redescubrir a las hijas, en construir un nuevo respeto basado en la negociación y

el consenso y no en nuestra propia voluntad. Nuestra autorregulación y nuestra paciencia serán ejemplos para la suya. No se trata de renunciar a la exigencia, sino de mantenerla desde la cercanía y la comprensión. No olvidemos que, como ya se ha dicho, están buscando su lugar en un mundo que han dejado de percibir como acogedor porque limita una libertad de la que se sienten celosas. Las madres suelen vivir ese proceso mucho peor, porque se pierde la complicidad que reinaba habitualmente en la niñez. Todo ese proceso, no obstante, no contiene sesgo sexual. Con los chicos puede suceder lo mismo. Quizás conviene tener en cuenta que el rol social que se exige a las chicas, en una sociedad todavía muy patriarcal, las pone más en tensión, si cabe, en esta etapa de la vida.

Construir un nuevo vínculo basado en la negociación y el respeto mutuo: esa debería ser la consigna en el trato con adolescentes.

7. Los adolescentes ya no necesitan a su familia

Siempre deberíamos haberlo sabido. Los seres humanos, como cualquier otra especie animal, necesitamos aprender para alcanzar nuestra autonomía personal, esa que va a permitir que dirijamos nuestra vida por nosotros mismos, con un criterio independiente. Claro que nuestra especie se caracteriza por un fenómeno llamado «juvenilización», que se plasma en el alargamiento del período de dependencia. En general, los animales se consideran autónomos cuando pueden valerse por sí mismos, sin depender de sus padres para obtener alimento, refugio y protección. Muchas

aves lo consiguen al eclosionar el huevo; los mamíferos tardan más. Por ejemplo, los cachorros de perro suelen comenzar a comer alimentos sólidos y explorar el mundo que les rodea alrededor de las 4-6 semanas de edad, pero pueden seguir dependiendo de su madre para alimentarse y protegerse durante varias semanas adicionales. Los seres humanos necesitamos mucho más tiempo y, por añadidura, seguimos aprendiendo siempre.

A menudo se confunde la necesidad con la dependencia. El ser humano es un animal social que necesita un espacio de seguridad, un hogar en el que liberarse de las tensiones que acaecen en la cotidianidad. En la familia y también en la escuela debería hallarse ese espacio seguro, para manifestar lo que somos y sentimos sin necesidad de paracaídas ni máscaras que amortigüen nuestros miedos. No obstante, no podemos depender de esos espacios hasta el punto de no ensayar nuevos retos. No podemos acomodarnos, porque crecer quiere decir ponerse a prueba, tratar de superar dificultades y obstáculos, frenos que nos impidan dar nuevos pasos en lo desconocido. Los adolescentes necesitan a su familia como sucede con todo ser humano, pero para crecer necesitan salir de ella al mundo y experimentar. Su salud mental y física dependerá, en buena parte, de que puedan explorar el mundo por sí mismos. Si algún día han de crear su propia familia, aunque sea usando lo que aprendieron, deben dar un paso y usar su libertad para no ser dependientes de los vínculos que crearon en su infancia. Pero toda la vida necesitarán a su familia.