

Control... ¿remoto?

Un sábado por la tarde un grupo de chicos y chicas están decidiendo qué es lo que van a hacer. «¿Nos vamos de marcha?», dice uno de ellos y todos asienten. Pronto deciden el lugar donde se van a citar. A pesar de algunas protestas por el garito elegido, la fuerza de la costumbre y el peso de los bajos precios resuelven el problema. Se suscita una discusión entre los que prefieren ir a un sitio más caro, pero más tranquilo, y entre los que apuestan por beber más fácil y mover el cuerpo hasta que aguanten. La hora plantea serias dudas. Algunos tienen que volver mucho antes que otros, y discuten un rato sobre las condiciones que explican las diferencias: padres, hermanos mayores, etc. Y hablando de diferencias, pronto aparecen las económicas: hay quien no está por la labor de gastar su escasa paga en alcohol, quien precisa que es el único gasto que merece la pena, a los que les da igual porque tienen de sobra, etc. Durante un rato, el dinero, los garitos, las ganas, la música, el coche y la diversión aparecen en escena mientras imaginan lo bien que se lo van a pasar. A veces no están de acuerdo en lo que van a hacer, dónde o cómo, pero sobre que la marcha es la mejor forma de pasar el sábado nadie tiene ninguna duda. Eso sí, siempre que haya un poco de descontrol.

¿Por qué piensas que la marcha está asociada a “un poco de descontrol”?

¿Qué es la marcha para ti?

¿Qué significa la marcha en algunas de estas frases...?

- “Mañana quedamos, y marcha a tope”
- “En ese garito no hay mucha marcha”
- “¿Qué os pasa hoy que no tenéis marcha?”
- “A mí me gusta la gente con mucha marcha”
- “Parecía tímido y tenía una marcha luego...”
- “Necesito descansar, que ayer estuve de marcha”
- “¿Qué hacemos hoy? ¿Vamos de marcha?”

La marcha parece importante para la gente joven... ¿tú qué piensas?

¿Qué podemos trabajar sobre este tema?

Comenzamos la actividad grupal con una dinámica. Con todos y todas las participantes colocadas en círculo, participando al completo sin excepción -con lo que el resultado será extenso- y dándole el título de “UNA NOCHE DE MARCHA ÉPICA”, les pedimos que conjuntamente creen una historia sobre una noche de marcha increíble según su criterio. La manera de hacerlo es que, por turnos, cada cual diga una frase, como si se tratara de una narración, y vaya continuándose el relato donde lo dejó el compañero o compañera anterior. De esta forma, quedaría tal que así: “El sábado por la noche dos amigos quedaron para salir... Decidieron que cualquier sitio era bueno menos quedarse en casa... Como dos personas solo les pareció poco, decidieron ir en busca del resto de la pandilla...” La historia debe terminar con la llegada a casa después de esa noche de marcha.

- ¿Cuánto “descontrol” percibís que ha habido en esta historia? ¿Podrías demarcarlo entre 0 y 10?
- ¿Pensáis que el “descontrol” es importante en una noche de marcha?
- ¿Qué es más importante según vuestra opinión en una noche de marcha: el control o el descontrol?

Todos necesitamos tener una parte de control sobre lo que nos va a pasar, sobre lo que hacemos o dejamos de hacer. La ausencia absoluta de control sobre actividades y personas, nos lleva a situaciones realmente desagradables y no es algo que realmente nos agrade. En ese sentido, aspiramos “simplemente” a “un poco de descontrol”, pero ese “poco” a veces no es tan fácil de medir.

Cuando nos sentimos con indefensión o impotencia ante algo, porque no podemos controlarlo (un desastre natural o una injusticia patente), o cuando nos privan de la posibilidad de control (por ejemplo, en un secuestro o en un atasco de tráfico) percibimos malestar. No es ese el descontrol del que hablaba el grupo del inicio en su conversación. Tenemos problemas cuando nos falta el control sobre la vida o simplemente con la percepción de que esto es así; de hecho, muchos trastornos psicológicos tienen que ver con esto.

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

¿Podemos contar situaciones o anécdotas en las que la falta de control nos produce una sensación desagradable?

- ¿En qué consiste ese malestar?

En la misma dirección, pero en otro sentido diferente, tenemos también una relación muy importante con el control que otras personas ejercen sobre nuestra vida. El agente de tráfico, una profesora de química o nuestra madre están en situación de ejercer control sobre nuestra existencia o una parte de ella, y no es fácil actuar con prudencia y acierto en estas circunstancias. Las condiciones laborales, sociales, culturales, personales, o de cualquier otro tipo, nos obligan muy a menudo a estar bajo el control que otras personas ejercen sobre nuestras decisiones y actos.

Por ejemplo, en la educación no controlamos los horarios de clase, el profesorado que nos corresponde, el programa que estudiamos, las optativas que nos ofrecen, las posibles prácticas, las salidas profesionales, los compañeros y compañeras de clase, las normas de disciplina, la calidad del sistema, etc.

En el caso del trabajo, no controlamos el horario, los jefes que nos asignan, la ubicación del puesto, la responsabilidad que nos corresponde, las leyes de contratación, los compañeros o subordinados, el sueldo que nos dan y, en muchas ocasiones, el acceso o el mantenimiento de ese puesto de trabajo.

Tanto el trabajo (con sus tiempos y espacios) como el estudio (con los suyos) son espacios marcados especialmente por el hecho de que existen personas o elementos externos que ejercen control sobre las personas.

- ¿Podemos comentar algunas de las ventajas y desventajas de ejercer control sobre nuestra vida?
- ¿Y las ventajas y desventajas de que otras personas quieran o puedan tener control sobre tus actos, pensamientos, emociones...?

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

Existe una parcela que representa lo contrario. Dentro del tiempo que dedicamos a hacer cosas hay un área que se caracteriza por la falta de control por parte de otras personas: el tiempo libre. Y de forma particular, esto se hace más patente en determinadas actividades de tiempo libre, como cuando salimos de marcha, porque se tiende a exceder un poco (o mucho) más los límites de lo habitual. “Desfasar” es algo que a menudo puede acompañar a la marcha de muchos y muchas jóvenes.

- Pero ¿qué significa desfasar?
- ¿Qué relación tiene con tener control sobre la propia persona?
- ¿Suele ser una cuestión inocua, o por el contrario puede tener consecuencias sobre quien desfasa?

A veces salir de marcha un fin de semana no significa más que «recuperar» el control sobre la actividad propia independientemente de lo que se haga sea agradable o interesante. Lo importante es salir del círculo marcado por otras personas, sentirse libres. Este tiempo aparece como un espacio carente de ese control ajeno y, por lo tanto, es el espacio en el que se da la libertad de actividad. Esto es lo que hace del tiempo libre algo atractivo en sí mismo: no es necesario hacer nada especialmente atractivo, ni interesante, ni rentable, ni compartible, ni siquiera explicable. Es un espacio de ausencia de control ajeno y, por eso mismo, motivador.

- Ahora bien... ¿qué añade en cuanto a sensación de libertad, no solo tener tiempo libre, sino salir de marcha?
- ¿Por qué pensáis que los chicos y chicas del texto tenían necesidad de que esa marcha fuera con “un poco de descontrol”?
- ¿Podríamos hacer una lista de cosas en las que se demuestre que en el tiempo libre las personas tienen más control sobre lo que les ocurre?

Ahora bien, como apuntábamos al principio, existe una tercera situación relacionada con el control y que está, a su vez, muy asociada a la marcha: el descontrol. Cuando existe el control,

existe la medida, la norma, la regla, el límite. Descontrol tiene que ver con saltarse todo eso, aunque el descontrol no siempre es voluntario.

Existe un buen número de situaciones de descontrol individual o grupal que están provocadas por diversos motivos, como un trastorno psicológico o un acontecimiento impactante (la muerte de un ser querido) o unas condiciones concretas (un incendio). En este caso, se trata de situaciones de descontrol no deseadas: las personas que se ven involucradas o afectadas por la situación de descontrol no lo han promovido, no lo han buscado.

Sin embargo, cuando nos referimos a descontrol asociado a la «marcha», nos referimos a una situación, a un estado que afecta a personas y grupos al que se acercan o, a veces, que ha sido provocado por las personas implicadas. Este estado psicológico genera actitudes y conductas que se califican de «descontroladas».

- ¿Por qué? ¿Qué aportan esas conductas?
- ¿Por qué pensáis que se buscan voluntariamente?
- ¿Pueden dar lugar a situaciones no deseadas, aunque el descontrol haya sido buscado?

Cuando una situación permite, facilita o provoca el descontrol, favorece la transgresión. La transgresión, en este caso social, es la ruptura voluntaria, consciente, de alguna o varias normas sociales; es el desarrollo de una forma diferente de hacer las cosas que, a veces, tiene su valor más centrado en el hecho de ser contraria a lo establecido que en los resultados reales que produzca.

Existen muchas actividades, acciones o costumbres que están relacionadas con el hecho de que se produzca algo de descontrol en la vida de una persona. Además, este descontrol procura situarse en «zonas» de «baja peligrosidad», es decir, en aquellos lugares y áreas vitales donde el descontrol no pueda ser definitivo. A pocas personas se les ocurre ponerse en disposición de descontrolar en una entrevista de trabajo o pilotando un avión.

Así que el mejor ámbito para «darse» al descontrol es aquel en el que el control externo es menor y que, como hemos comentado, está asociado al tiempo libre, a los fines de semana y a

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

la noche. La «marcha» es efectivamente un tipo de actividad que puede (o no) ser proclive al descontrol, pero no por el mero hecho de descontrolar, sino porque las consecuencias de ese descontrol se traducen en conductas que, por el exceso de control social, están «desterradas» de la forma habitual de comportarse, siendo cuestiones a las que gran parte de las personas estamos inclinadas o en las que nos sentimos más felices. Algunas de las conductas propias del descontrol producido por la «marcha» podrían ser: la desinhibición, la fusión grupal, la exploración y el riesgo, la autoestima disparada, la diversión, etc.

- Discutir formas en que la marcha permite realmente esa desinhibición, fusión grupal, exploración y riesgo, la autoestima y la diversión.

Los elementos del descontrol pueden darse en situaciones en las que éste no es recomendable (por ejemplo conducir o comprometerse a hacerlo) y la mayoría de las veces suelen estar inducidos por el consumo de sustancias o por presión de grupo. El descontrol que provoca a veces la marcha «permite» algunas conductas y facilita comportamientos que como seres humanos nos agradan, pero que no siempre están socialmente legitimados o admitidos en otras situaciones. En ocasiones, dan lugar claramente a conductas peligrosas o de alto riesgo.

- Buscar ejemplos de actuaciones que, en momentos de descontrol, no han resultado como se esperaba

Así las cosas, a pesar de que es entendible que el ser humano sienta cierta atracción por el descontrol, es necesario tener en cuenta dos variables: la diversidad de actividades y situaciones en las que se puede producir ese descontrol y las posibles consecuencias no deseadas de las situaciones de descontrol.

- ¿Podemos pensar en situaciones de descontrol que se han producido sobre un tiempo de marcha y las consecuencias que siguieron a esa falta de control?
- ¿Cómo podría controlarse en el descontrol? ¿Es eso posible?

Terminar debatiendo esta cuestión y extrapolando las conclusiones principales sobre la propuesta de marcha que hicieron en grupo.