

Te he pillado

¿Has pensado alguna vez que todos y todas pagamos un precio por formar parte de nuestros grupos?

Quizá te hayas dado cuenta y esto no te pille por sorpresa, pero en bastantes ocasiones, incluso siendo conscientes de que pagamos un precio, no terminamos de comprender cómo se producen estos mecanismos a los que llamamos “presión de grupo”.

¿Qué es para ti la presión de grupo?

¿Piensas que existe, o es un poco “leyenda urbana”?

¿Alguna vez la has sentido en tus grupos de pertenencia?

¿Cómo se ha producido?

La cuestión de la presión de grupo no siempre se identifica con claridad porque no tiene por qué adoptar el aspecto de una forma de influencia malintencionada. En demasiadas ocasiones, de hecho, se da “de buen rollo”, por lo que es mucho más difícil de detectar. Sin embargo, es importante saber en todo momento qué es lo que está pasando en las dinámicas de grupo para no perder el control sobre nuestra propia autonomía como individuos.

¿Qué podemos trabajar sobre este tema?

Pongamos al grupo a reflexionar. Vamos a dividirles en dos subgrupos, cada uno de ellos con la tarea de generar en forma de pequeña obra de teatro una situación de presión de grupo.

La diferencia entre uno y otro subgrupo estribará en que en el primer caso, ha de ser una presión de grupo “de mal rollo” (probablemente mucho más fácil de identificar a primera vista), mientras que en el segundo caso, se trata de que la presión se produzca de manera mucho más sutil, incluso “de buen rollo” (p.e. como lo que ocurre cuando un amigo o amiga se ofrece a llevarte a casa en su coche aunque vaya un poco pasado de copas con tal de no dejarte en la calle).

Previsiblemente este segundo supuesto les resultará algo más difícil de generar e identificar, pero dará el trampolín perfecto para profundizar en el tema que nos ocupa hoy.

Vamos a reflexionar, entonces, acerca de en qué formas concretas se producen esas imposiciones de “peaje” y podremos sopesar por qué en ocasiones pasan tan desapercibidas. Solo pedimos que, a lo largo de la actividad, se mantenga un espíritu crítico y se hagan preguntas sobre sus propios grupos y su funcionamiento en ellos.

Los fenómenos que comentamos a continuación constituyen el «peaje» que debemos abonar para transitar por la rápida y segura autopista colectiva que conduce al bienestar que nos proporciona el grupo. La importancia del grupo y el miedo a sentirse excluidos facilitan que este peaje se pague habitualmente.

¿Alguna vez habéis sentido ese miedo a la exclusión?

¿Pensáis que la presión de grupo sería posible sin ese miedo? (Si lo pensamos bien, pues es mucho más difícil presionar a alguien que no tiene miedo a la exclusión).

EL GRUPO FRENTE AL INDIVIDUO

Cada grupo tiene dos dimensiones: la individual y la grupal.

La dimensión individual se corresponde con el hecho de que los grupos están formados por personas diferentes e independientes.

La dimensión grupal es aquella en la que las conductas, las ideas y los sentimientos comunes están por encima de la naturaleza individual de cada persona.

- ¿Podemos pensar en situaciones en las que el criterio del grupo está por encima del de cada individuo, solo por el hecho de ser el del grupo?
- ¿Cómo os sentís en esas situaciones?
- ¿Se podría llamar a ese fenómeno “presión de grupo”?

Por el fenómeno de presión grupal, el conjunto «exige» de sus integrantes una uniformidad que adopta diferentes formas: indumentaria, pensamientos, sentimientos, gustos, costumbres, ritos,... Es una tendencia a dar más importancia a la dimensión grupal que a la individual. Pertenecer a un grupo y sentirse integrado en él significa en muchas ocasiones tener que lidiar con esa presión de grupo. No es buena ni mala; no es positiva ni negativa. Simplemente, existe, debemos conocerla y aprender a manejarla. Es una situación que se produce en todos los grupos y que favorece los aspectos que unen sobre los que separan.

De ese fenómeno neutral (ni bueno ni malo) se pueden derivar consecuencias negativas y positivas, dependiendo del efecto que tenga esa presión en los integrantes del grupo. Cuando

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

las personas ceden a la presión de grupo sin tener que renunciar a su libertad o a sus ideas personales, esta situación favorece la integración y el sentimiento común de pertenencia. Cuando la presión obliga a renunciar a las ideas y principios propios, se transforma en un proceso negativo porque no favorece el sentimiento de pertenencia y además provoca sensaciones desagradables en algunos de sus integrantes.

Pongamos un ejemplo. En un grupo existe la tendencia a consumir hachís de vez en cuando y, por lo tanto, algunas actividades o lugares a los que se va estarán relacionados con eso. Si a alguien no le gusta este tipo de consumo y, debido a los reproches y presiones que ejerce el grupo, abandona el grupo, o consume sin ganas, la presión está siendo negativa.

Sin embargo, puede ocurrir que esa misma persona no renuncie a sus gustos, tolere los de los demás y alterne sus preferencias con las del grupo. Es entonces cuando la presión de grupo está favoreciendo las relaciones dentro del grupo y beneficia a todos. En el ejemplo anterior puede ocurrir que alguien no acuda a las citas del grupo cuando va a haber un consumo.

- Cuando habéis vivido alguna situación de presión de grupo, ¿tuvisteis que renunciar a vuestras ideas desde la libertad o por el contrario se os forzó a ello?
- ¿Qué sentimientos os han producido en el pasado uno y otro tipo de situaciones?
- Buscad ejemplos reales de presión de grupo y comentad qué se puede hacer en cada caso.

Qué duda cabe que algunas áreas de la vida juvenil están especialmente influidas por la presión de grupo: el tiempo libre, el ocio, el consumo, la indumentaria, la ideología,... Por ejemplo, se hace difícil no beber alcohol ante seis amigos y amigas que se burlan de ti por ello.

DENTRO Y FUERA DEL GRUPO

Todos y todas pertenecemos a varios grupos. Una estudiante de 18 años tiene diferentes referencias de grupos en los que se mueve: su familia cercana, su familia lejana, sus compañeros y compañeras de clase, otra gente de la escuela, su grupo de amigos y amigas, los integrantes de una asociación a la que pertenece, sus vecinos y vecinas, sus conciudadanos y conciudadanas, las personas que piensan como ella, los miembros de una creencia con la que se identifica, las personas asiduas a su parque favorito, etc.

Cuando encontramos elementos comunes con un grupo nos sentimos en unión y pertenencia a él. Pero también ocurre en el sentido inverso. Cuando queremos pertenecer a un grupo determinado asimilamos los elementos comunes que se «deben» adoptar para hacer notar la pertenencia.

Cada uno de estos grupos se superponen (por ejemplo, los amigos y amigas habituales pueden pertenecer también a la misma clase), y las actividades que realizamos son variadas y abarcan gran parte de nuestra vida. Cada persona tiene, además, algún rasgo, característica o elemento en común con miembros que pertenecen al mismo grupo.

Uno de los fenómenos que aparece en cualquier grupo es la pertenencia. De ahí que hablemos de “dentro y fuera”, porque ésta puede ser el arma que se usa como presión. Lo que queremos es formar parte, estar dentro. La pertenencia es el sentimiento por el que cada miembro de un grupo se siente incluido en él y siente a otros y otras alrededor como pertenecientes al mismo grupo. Las causas por las que una persona se siente incluida o perteneciente a un grupo son múltiples: la edad, la forma de vestir, la manera de pensar, el uso del tiempo libre, el consumo de determinados productos, la pasión por una actividad o afición, las metas y otros varios elementos.

Pero lo mismo ocurre en sentido contrario. De la misma manera que hay un sentimiento de pertenencia a un grupo por unas razones concretas, existe el sentimiento contrario por las mismas razones respecto a otros grupos, pero esta vez de exclusión. Por eso, algunos hijos/as se sienten cercanos a otros jóvenes de su misma edad en cuanto a la manera de pensar sobre el sexo, y por la misma razón, se sienten distantes de sus padres. Pertenecen al grupo juvenil y se excluyen del grupo adulto, pero estos fenómenos pueden ser aprovechados por cada grupo para forzar la manera en la que se posicionan.

Esto explica que haya gente que escucha una música desagradable pero, por el contrario, afirma cosas que no se entienden, o consume bebidas que abrasan la garganta en algún momento de la vida. Porque en ese momento es más importante sentirse dentro del grupo que las propias preferencias o ideas.

Entre las fórmulas que los grupos imponen para que las personas se sientan dentro o fuera de ellos destacan dos: los ritos de iniciación y las señas de identificación.

LOS RITOS DE INICIACIÓN

Los ritos de iniciación son conductas o acciones que se tienen que llevar a cabo para expresar el deseo de pertenecer a un grupo y para poder «pertenecer como miembro de pleno derecho» a él. Estas acciones pueden ser lógicas, pueden tener un carácter simbólico, pueden ser caprichosas e incluso, en ocasiones, resultar peligrosas. Cogerse la primera borrachera, tener el carné de conducir, comenzar a trabajar, haberse peleado con miembros de otro grupo,... son algunos ritos actuales.

¿Qué cosas habéis tenido que hacer en algún momento para poder pertenecer a un grupo?

LAS SEÑAS DE IDENTIFICACIÓN

Las señas de identificación son muy parecidas a los ritos de iniciación puesto que son conductas y acciones comunes, pero en este caso son útiles para identificarnos con los demás miembros del grupo y para diferenciarnos de los de otros grupos.

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

Son señas de identificación las pegatinas, las crestas, el lenguaje que utilizamos, el barrio donde vivimos, la marca de televisor o el móvil, los libros que llevamos en la mano, la indumentaria, el tabaco o la bebida que consumimos, los gustos que manifestamos, los lugares donde pasamos el tiempo libre, el uso de las vacaciones, la reacción ante el aborto o el divorcio... y un sinfín de cosas más.

Los ritos de iniciación son conductas o acciones que se tienen que llevar a cabo para expresar el deseo de pertenecer a un grupo y para poder «pertenecer como miembro de pleno derecho» a él. Las señas de identificación son útiles para identificarnos con los demás miembros del grupo y para diferenciarnos de los de otros grupos.

Comentad las señas de identificación grupal que se puedan ver en el grupo o grupos a los que pertenecéis en este momento. ¿Qué os define?

¿Qué sucedería si alguien cambiara evidentemente alguna o varias de esas señas de identificación?

LAS NORMAS

Las normas de un grupo son el conjunto de condiciones y de fórmulas que ayudan a que el grupo se pueda mover; por este motivo, integrarse en un grupo supone aceptar las normas que rigen en él. Cuando dos o más personas se reúnen para hacer algo tienen que organizarse, tienen que poner unas normas para tener un orden. El ejército, una clase, la iglesia, un país, una ciudad, una familia o una excursión de fin de curso son grupos de personas más o menos grandes que han elaborado una serie de normas claras y explícitas para poder cumplir mejor su objetivo.

Convivir y compartir requiere la existencia de normas para disminuir los conflictos. Aunque en muchos grupos parece que no existen normas o que están reducidas a la mínima expresión, es así sólo en apariencia. Las normas de un grupo son el conjunto de condiciones y de fórmulas que ayudan a que el grupo se pueda mover; por eso, integrarse en un grupo supone aceptar las normas que rigen en él.

En una pequeña empresa casi todas las normas son claras y explícitas: horarios, salarios, funciones de cada empleado, jerarquía de mando, objetivos de la empresa, actividades permitidas y prohibidas. También ocurre así en muchos otros grupos.

En los grupos afectivos, como son los amigos y amigas, las normas no están tan claras y se refieren a otros términos: la puntualidad o no en las citas, los temas de conversación, la inclusión o no de las relaciones de pareja, las actividades más habituales, el tipo de diversión, los lugares de encuentro,... Todo está sujeto a normas y es importante acomodarse a ellas. Pero para acomodarse, debemos descubrirlas, conocerlas, y manejarlas. Las normas permiten a las personas tener éxito (sentirse incluidos y pertenecientes a un grupo) o fracaso (sentirse excluido).

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

En muchos grupos no se puede proponer ir a la bolera, comprar sólo zumos para una fiesta, salir con la chica de otro, llegar tarde, ir a bailar o visitar el parlamento autonómico. Han tenido que sacar las normas a la luz, para poder hablar un lenguaje común y evitar “errores”.

En algunas ocasiones, las normas de un grupo son demasiado duras, exigentes o contrarias a la forma de pensar de una persona. Entonces, las decisiones son difíciles: renunciar a una cosa (por ejemplo, mi idea de una tarde de sábado divertida) o a otra (el grupo de personas al que deseo pertenecer). El individuo puede vivir esto como un ultimátum y enfrentarse a decisiones verdaderamente complicadas.

- Pensad situaciones de grupo reales en que las normas no sean explícitas, pero existan.
- ¿Alguna vez habéis tenido que tomar una de esas decisiones difíciles que mencionábamos por una cuestión de presión de grupo?

Terminar la actividad revisando si mantendríamos las mismas respuestas que dimos al bloque de preguntas iniciales al principio de la misma.