

Yo soy yo y mis circunstancias

Un viernes por la tarde un grupo de chicos y chicas se reúne, como casi siempre, en los bancos que están frente a la entrada de los cines. Una de ellas ha traído una gran bolsa de pipas.

El comentario generalizado es que hace demasiado frío para estar en la calle, pero que las economías no alcanzan para otra cosa. Esa mañana un profesor y una alumna han tenido un enfrentamiento en clase y todos piensan que hay que hacer algo pero no saben qué.

Unos hablan más que otros, hay alguna tentativa de cambiar de lugar pero no prospera. Hoy ha venido el primo de uno de los habituales, no habla mucho aunque de vez en cuando intenta participar con alguna broma. Hablan divertidamente sobre el hecho de que se parecen a sus padres y madres sin saber qué hacer una tarde de viernes.

La discusión se orienta luego a que parece mentira que dos o tres compañeros aún no hayan faltado nunca a clase. Pero, ¿de qué planeta son? Uno de ellos prefiere irse a ver la televisión a casa, pero la mayoría responde que es mucho mejor estar sin hacer nada pero con otros. Es más, hacen una especie de pacto sobre no separarse nunca y vivir todos y todas juntos cuando sean independientes de sus familias.

Al finalizar la tarde, el grupo se dispersa. Mañana se verán otra vez, es SU grupo.

¿Puedes identificar las referencias al grupo que se hacen en este pequeño texto? (p.e. se trae una gran bolsa de pipas, entendemos que para compartirlas con el resto de presentes)

¿Qué nos ofrecen los grupos

¿Por qué nos atrae divertirnos en grupo?

¿Cómo se participa en un grupo más fácilmente?

¿Es necesario ser de una manera concreta para pertenecer a un grupo?

¿Existen ideas interesantes en torno a la idea de uno mismo dentro de un grupo?

¿Qué es lo que más preocupa a las personas dentro de un grupo?

¿Qué podemos trabajar sobre este tema?

Parece que los individuos y los grupos no hacen más que retroalimentarse. Por una parte, el grupo necesita a los individuos, pero también sucede al revés, y si esto es así, significa que el grupo puede influirnos, para bien o para mal, pero que también cada cual podemos influir en el conjunto. Todos y todas aportamos, de una forma u otra.

Pero intentemos distinguir el grupo de cada sujeto en particular. Proponemos para ello una actividad que ha de desarrollarse en soporte escrito, como una pizarra o mural de papel continuo. La idea es que pueda describirse el perfil que tiene el grupo, por una parte, pero que paralelamente se esté dibujando el perfil de cada sujeto que lo compone, aunque sea de forma muy somera y superficial.

La mejor forma de organizarse es dividir al aula en dos grupos. Uno de ellos trabajará en una sección del mural que contendrá las características que creen que tienen como grupo (p.e. solidario, trabajador, divertido, hablador...). El otro grupo, por el contrario, debe atribuir 3 características en forma de adjetivo calificativo – a ser posible positivo, ya que no es el momento de criticar a nadie - a cada uno de los componentes del aula (p.e. José es trabajador, simpático y deportista; Aurora es rápida de mente, inteligente y creativa,...).

Tras completar esta fase, se invertirán los roles de cada grupo, de forma que cada cual se irá al trabajo que el otro hizo y añadirá sobre el grupo y los individuos las características que consideren necesarias para mejorar la descripción.

La idea de la dinámica, que luego puede ponerse en común en gran grupo, es diferenciar al individuo y su descripción de lo que es el grupo en sí, que como verán es mucho más que la suma de sus partes.

En lo referente a lo que somos como individuos, el autoconcepto es la idea que tenemos, cada cual, sobre nosotros y nosotras. Las virtudes, defectos, características importantes y valores que creemos que tenemos o de los que nos parece que carecemos, van conformando este autoconcepto. A partir del autoconcepto construimos la autoestima y, en gran parte, nuestra felicidad y bienestar.

Una parte importante del autoconcepto existe porque existen los grupos en los que participamos. Cuando alguien considera que carece de ciertas habilidades o características que «debería tener para ser feliz», ¿dónde vio que debía poseerlas? Cuando una persona piensa que no es lo bastante inteligente, ¿con quién se compara para establecer esa valoración? Cuando alguien cree que «algo le sale mal», ¿por qué sabe cómo estaría bien?

Cuando nos miramos en el espejo y nos vemos, nos hacemos pequeños exámenes: ¿belleza?, ¿soltura?, ¿ternura?, ¿inteligencia?, ¿honradez?, ¿poder?, ¿simpatía?, ¿carisma?, ¿atractivo físico?,... Pero, ¿con quién nos comparamos? En ocasiones, ciertamente, puede ser con modelos alejados, p.e. cantantes, modelos, personas adultas a las que admiramos por alguna

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

razón... pero en la mayor parte de ocasiones, las comparaciones se producen entre individuos que están mucho más cerca. El lugar donde miramos suelen ser los grupos que nos rodean: la familia, los vecinos, los amigos, los compañeros... Ahí encontramos personas que se diferencian y se parecen, personas a las que imitar y a las que seguir.

- ¿En qué tipo de cosas tenéis tendencia a compararos? Enumeradlas.
- En cuanto a esas cosas, ¿con quiénes soléis compararos? ¿Quiénes funcionan como referencias para vosotros y vosotras en esas cosas?
- ¿Por qué pensáis que puede ser importante el autoconcepto y la autoestima?

El grupo puede ayudarnos a crecer o, por el contrario, a menguar. El valor que cada persona se da a sí misma depende, en gran parte, de las otras que están cerca. Una persona con una inteligencia media puede pasarlo mal entre un grupo de gente sabia que estudia un tema y sentirse de maravilla entre un grupo de personas semejantes a ella.

Ésa es la gran trampa del autoconcepto y su relación con el grupo. Cuando las personas que nos rodean son una referencia para nosotros/as y sobre todo una fuente de aprendizaje, estamos construyendo un autoconcepto propio, aunque esté relacionado con nuestro grupo (ya se sabe que las comparaciones suelen ser odiosas) y que probablemente nos procurará felicidad. La comparación, en ese caso, sirve para motivarse, aprender, crecer juntamente con el resto de personas que componen el conjunto del grupo.

Sin embargo, a veces tenemos tendencia a irnos a los extremos: elegir a personas que nos superan siempre, o cuyas características son un “azote” para nuestra autoestima, lo cual nos puede conducir a la frustración permanente («No soy como ellos/ellas»). En otras ocasiones, tendemos a elegir a otras personas que consideramos por debajo, y esto nos puede llevar a un estancamiento personal («Por lo menos, no soy la peor»).

Siempre es posible encontrar a alguien mejor o peor en los diferentes aspectos en los que basamos nuestra autoestima. Por eso, es útil para avanzar compararnos solo con lo que ya somos. El resto de personas que nos rodean pueden servir como referencia, como motivación o como forma de aprender y mejorar, pero no es interesante ni saludable pensar en lo que nos ocurriría «si fuésemos como esas otras personas».

- ¿Podemos pensar en algunos de los problemas que puede acarrear tener un autoconcepto demasiado exigente?
- ¿Cómo podríamos bajar ese listón, de forma que la exigencia sea más moderada?

Es importante saber quiénes y cómo somos, pero también quiénes son los que tenemos cerca y por qué estamos junto a ellas y ellos.

De ahí, que sea tan habitual preguntarse «¿Quién soy yo?», «¿Qué me diferencia del resto?», y buscar elementos y formas de diferenciarnos. A veces con el atuendo, otras con la forma de

fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

pensar o actuar, con la escuela a la que vamos o el coche que conducimos,... Hay quienes se conforman con llevar un móvil y otras con vestir los pantalones de cuero negro como señas de identidad.

Todos y todas tenemos derecho a identificarnos y diferenciarnos de los demás como queramos y nos guste, siempre que respetemos la presencia y libertad del resto. En ocasiones, la publicidad, las modas, la televisión o la familia ejercen presión para que esas señas de identidad sean unas y no otras.

Pero junto a las preguntas de quién soy yo y cómo me diferencio de los demás aparece la pertenencia, el deseo de identificarnos con otras personas. Del mismo equipo, de la misma edad, de la misma corriente filosófica, con las mismas costumbres, de la misma ciudad o de la misma clase social.

Las actividades, el lenguaje, los lugares de encuentro, los símbolos o los objetos que consumimos nos sirven para identificarnos como personas individuales, pero también para identificarnos con otros que piensan, sienten o viven como nosotros y nosotras. Tan terrible es «quedarse fuera» como no saber «quiénes somos» por el hecho de habernos mimetizado demasiado con el grupo.

- ¿En qué punto de la línea que une esos dos conceptos estamos cada uno de nosotros?
- ¿Nos aproximamos más a “quedarnos fuera” o por el contrario nos acercamos más a que el grupo quizá tiende a absorbernos más de lo recomendable?
- ¿Cómo podríamos equilibrar estas cuestiones garantizándonos que el grupo suma y no resta?

Terminar la actividad intercambiando impresiones acerca del grupo que conforman entre todos y todas y cómo podrían hacer para sumar más a cada participante de él en particular.