

***Valores narrados, para orientar a familias con adolescentes y jóvenes del siglo XXI***

***Diego R. Andrade P.***

***Colección: Vida sana, feliz y en progreso***

**ADOLESCENTES TRIUNFADOR@S**

**Autor: Diego R. Andrade P.**

**Edición: Rafael Andrade P.**

**Diagramación:**

**Impresión: Editorial Emanuel**

**Quito-Ecuador**

**……………………………………..**

**Copyright 2015**

**Indice:**

¿Para qué me servirá esta lectura? ………………… 6

1.- Un rescate insólito. …………………………… 9

2.- Suicidio adolescente……………………………18

3.- Vuelve en sí… ………………………………. 33

4.- Los chicos de la calle y el micro tráfico…….. 48

5.- Un conflicto familiar esperado……………… 67

6.- Adolescentes y jóvenes bien orientados…I ….. 79

7.- Adolescentes y jóvenes bien orientados… II…105

8.- Las vueltas de la vida…………………………122

9.- ¡Otra cadena de sorpresas! Embarazo adolescente...140

10.-Desórdenes alimenticios ¿Qué pasó con Johana?.. 158

**Dedicatoria:**

*Para Diego Daniel y Pablo David, mis amados hijos, y para mis querid@s sobrin@s: Fausto, Jaime, Paty, Javier, Cristina, Diego, Christian, Karen, Danielita, Anita, Carla, Gabriel, Sebas, Nico, Mateo, Pablo y mis hijos espirituales: Gerson, Cateryn, Daniel, Gaby, Josué, Anita, Alison, Naomi, Chenoa, Pame, Camila, Bryan, Nicolle, Ricky, Thaís, Abigaíl, Diego, y* ***todos*** *los adolescentes y jóvenes que se han relacionado conmigo, dándome pautas para hacer esta narración.*

**Recomendaciones didácticas para aprovechar mejor la lectura de esta narración:**

1.- Busque un lugar cómodo y no deje de leer el prólogo.

2.- Respete los signos de puntuación.

3.-Si algo no le parece comprensible, regrese hasta donde estuvo bien entendido y lea nuevamente más despacio.

4.-Subraye o resalte lo que le resulte impactante, escriba comentarios en los bordes de la página.

5.-Comente lo que le resulte útil con su círculo cercano y recomiende esta lectura.

6.-Procure terminar cada capítulo que comenzó a leer.

**7.-Trabaje en grupo,** familiar y estudiantil, especialmente, respecto a las preguntas que aparecen al final de cada capítulo.

8.- Recuerde que la lectura formativa le cuesta un poco de esfuerzo y le prepara para enfrentar la vida…si no lee… tendrá que enfrentar la vida, sin estar preparad@.

**¿Para qué me servirá esta lectura?**

Estudios publicados el 2013 en la revista “Conectividad cerebral” de una de las universidades más importantes del mundo en investigación, como la de Emory en USA, dan cuenta que **la lectura de narraciones logra cambios en la conectividad neuronal del cerebro**. Se sometió a un grupo de jóvenes a la lectura de una novela, al día siguiente de la lectura parcial y unos días después de completada la lectura narrativa, se hacían pruebas neurobiológicas de resonancia magnética, es cuando notaron cambios significativos a nivel neuronal. El neuro-científico Gregory Berns, autor principal del estudio afirma: “Las historias dan forma a nuestras vidas y en algunos casos ayudan a definir a una persona”1…

De aquí la importancia de que la lectura narrativa, enseñe valores, ya que estos a través del relato se interiorizan, el lector se identifica con los personajes y toma decisiones conscientes o inconscientes.

Como es mi línea preferencial de escritura, la presente narración **está basada en hechos reales**, a través de la vida de un profesor de bachillerato, cuya complicada niñez se desarrolla en los 80s, 30 años después, nos cuenta su experiencia con adolescentes.

Presentamos la situación de muchos, adolescentes, jóvenes y familias de la sociedad contemporánea, la cual subsiste en una “selva” de problemas y antivalores como:

**Comunicación defectuosa, lenguaje vulgar, desorienta-ción, promiscuidad, embarazos de adolescentes*,*** *(Ecuador es el país andino con mayor índice de adolescentes embarazadas, 20 de cada 100 bebés nacen de madres jóvenes2)* **abortos, consumos viciosos: tabaco, alcohol, otras drogas, pasatiempos electrónicos, baja estima propia, mínima autoformación, acoso estudiantil** *(bullying),* **depresión, soledad, suicidio, inequidad, contaminación, desorden alimenticio**, etc. Basta revisar día a día los titulares de los medios informativos, para dimensionar el grado de “libertades” y descomposición al que hemos llegado.

David, profesor de secundaria, protagonista de esta historia, me relató su experiencia en medio de un mar de emociones encontradas, las mismas que rápida y pálidamente trato de plasmar en el teclado. Hasta la publicación de este material, ha pasado un tiempo, por lo que algunas informaciones son más recientes que cuando ocurrieron los hechos relatados, no obstante creí interesante colocar información actualizada como si hubiera sido dada mientras se desarrolla la narración.

Conocí a la madre del protagonista hace unos 25 años, me involucré en esta historia cuando pude hacerle un pequeño préstamo, el mismo sirvió para el reencuentro después de 2 años con sus pequeños hijos y con el personaje principal, de esta historia, quien, más de 2 décadas después, me hiciera su confidente y me compartiera parte de su vida.

Como es natural, los nombres son ficticios, los personajes y hechos expuestos son muestras, la realidad familiar, es más grave que la muestra y muy preocupante por cierto, no obstante no nos quedaremos con el diagnóstico, ni el frío planteamiento de interrogantes, **si la narrativa literaria no la utilizamos para edificar y orientar, la hacemos inútil**, por esto proponemos soluciones, recomendaciones prácticas útiles, fruto de la observación, experiencia, estudio e investigación, algunas de ellas propuestas por especialistas a quienes consultamos, además, cada capítulo plantea preguntas para reflexionar y hacer grupos de discusión.

Cuando relatamos los hechos, no estamos afirmando que así es “como debe ser” y que así “se debe actuar”, **solo queremos mostrar que es mejor no cometer errores, aprender de ellos con inteligencia, si se los comete, pero ¡qué sabio!, es aprender de los errores que otros cometieron.** Personas informadas, tienen mayor opción de tomar mejores decisiones de vida y con más responsabilidad.

Espero que la orientación aquí plasmada, llegue a las familias de todo “tipo” en el siglo XXI, que con sensatez dediquen algo de tiempo diario, a la lectura reflexiva.

No puedo dejar de aprovechar la oportunidad a través del relato ameno, promover el amor a lo nuestro, a la vida, la salud, etc. en fin, difundir valores*-(sin ideología política ni credo religioso en particular)*-tan venidos a menos, en nuestros tiempos.

**Adolescencia:**

“Tierno vestigio de infancia

alma madura y florida

capullo de vida entreabierto

 poema del tiempo que pasa”3…

Con respeto y afecto para mis lectoras y lectores.

Diego Ramiro Andrade Parreño

1<http://www.sciencedaily.com/releases/2014/01/140103204428.htm?utm_source=feedburner&utm_medium=feed&utm_campaign=Feed%3A+sciencedaily+%28ScienceDaily%3A+Latest+Science+News%29>

2 *María Belén Arroyo. Artículo: “Embarazo precoz… la guerra que perdemos” marzo 2015.*

*3 Anónimo.*

**diego.andrade@solucionesinteligentesec.com**

*David, hoy profesor de bachillerato, protagonista de esta narración, me relata su historia en un mar de emociones encontradas, para que llegue a adolescentes y padres del siglo XXI…y no estén condenados a repetirla.*



**1.-Un rescate insólito**

*Habla el escritor*

-¡Aquí es la casa!, no apague el motor, si aparece el padre de mis hijos, solo tenemos que huir, no importa que las cosas se queden, ¡embarcaremos a los niños y nos vamos! *Dice doña Carmen, mujer de 38 años, viste con sencillez, su rostro, refleja el sufrimiento y la…..*

***Para meditar, hacer y dialogar:***

*¿Cuán sensible soy ante las necesidades de los demás?*

*¿Cuál es la mejor forma de ayudar a alguien que pide ayuda?*

*Si alguien me ha brindado ayuda, ¿cuán importante es que agradezca y actúe con reciprocidad?*

*¿Pequeños préstamos de pequeñas cosas deben ser devueltos? o ¿será mejor olvidarlos?*

***El suicidio*** *es otro de los males de la sociedad moderna en las ciudades, se quitan la vida niños, adolescentes, jóvenes y adultos, el índice de suicidios adolescentes es mayor, ocurren siempre producto de alguna crisis, económica, sentimental pasional, social, acoso estudiantil (bullying), de autoestima o una combinación de ellas.*



 **2. Suicidio adolescente.-**

*24 años después del insólito rescate. Basado en el relato de David, protagonista de esta historia: finales del 2012*

**“M**ientras trato de explicar a los estudiantes el significado de una palabra extranjera, y me dispongo a escribirla en una pizarra, ¡de pronto!... veo pasar vertiginosamente por los ventanales del aula, un cuerpo que cae, ¡me quedo estupefacto!, sin pensarlo….

Me esperan unos 50 minutos de recorrido, tomo un transporte público y comienzo a reflexionar:

*Yo también tengo una hija de 15 años, otra de 12 y otra de 4, la última vino por descuido.*

*¿Qué pasa con nuestros adolescentes? Los embarazos de adolescentes están de moda, según vi en las noticias, 20% de los alumbramientos del país corresponden a madres menores de edad, niñas que dan a luz niños. ¿Qué* *habrá pasado con la chica? ¿Se cayó, le empujaron, se quiso suicidar?, no es el primer caso, ¿Qué podemos hacer al respecto?* **”**.

***Para meditar, hacer y dialogar:***

*¿Es necesario tener conocimientos de primeros auxilios?*

*¿Es importante dar una palabra de aliento o al menos escuchas a una persona que se muestra depresiva?*

*¿Si no sabemos qué hacer deberíamos comunicarlo a algún adulto confiable?*

*¿Cómo educadores, qué deberíamos hacer para fomentar el compañerismo y la amistad sinceras?*

*Generalmente detrás de muchachos en malos pasos, están unos padres "muy “ocupados” o negligentes que no pusieron reglas a temprana edad, cuando quisieron imponerlas, ya era demasiado tarde.*



**3.- Vuelve en sí…**

*Sigue el relato de David*

**“…**más tarde al retrasarse su período, y hacerse 2 pruebas con “kits” que venden en las farmacias, supo que estaba embarazada, en el colegio solo lo informó, a Mabel su mejor amiga, ella dio aviso a su dirigente, pero no pasó nada, por eso decidió quitarse la vida, ¡y de qué forma!

¡Debo informarlo a la policía!**...**

**Algunos días antes…**

***Para meditar, hacer y dialogar:***

*¿Cuán responsables somos los adultos, de todo lo que pasa con los adolescentes que nos rodean?*

*¿Actuar basados en suposiciones nos expone a cometer serios errores?*

*¿Hemos valorado el hecho de que cualquier trabajo tiene que ver con dar un buen servicio a las personas con quienes nos relacionamos?*

*El hombre va hasta donde la mujer se lo permite, el propone ella dispone. La adolescencia es para hacer amistades sanas, “dime con quién andas y te diré quién eres”*

**5.-Un conflicto familiar esperado**

**“**Son cerca de las 9:30 p.m., estoy llegando a casa más temprano que la hora de costumbre, más aún por ser viernes, mi saludo de rigor, espero encontrar a todas, pero no… noto que mi esposa no está, tampoco mi hija de 15 años, pregunto a la menor y no sabe nada, ambas tienen celular, así que llamo de inmediato, pero las dos tienen apagado su aparato.

La situación así, no puede continuar, siento que mi hogar se deshace, problemas en todas partes,

¡Estoy cansado!...

Pasan 30 minutos, y se abre la puerta, entra mi esposa, se sorprende al verme, no esperaba que yo estuviera aquí, me saluda nerviosamente.

Los anti valores, aparecen en este siglo como “dones”, la escala que los mide, está tan distorsionada, que ideas que valen 10 , los jóvenes y adolescentes, les dan un valor de 1000, e ideas que valen 1000, ellos les dan un valor de 10.

Bueno, salimos a la cita con el consejero… ¿Qué orientación recibimos?, lo sabrá en el siguiente capítulo**”**.

***Para meditar, hacer y dialogar:***

*-¿Son importantes las reglas familiares?*

*-El buen ejemplo de los padres ¿es suficiente para lograr un buen comportamiento de los hijos?*

*-¿Cuán probable es que los hijos repitan los deslices de sus padres en la adolescencia?*

*No somos sexos opuestos sino complementarios.*

*Opuesto es contrario, en matemáticas si se suman cantidades opuestas el resultado es 0, lo opuesto es feo y bonito, inteligente y bobo, sucio y limpio. Una pareja funcionará para siempre, cuando no sean opuestos, sino complemento el uno del otro.*

**6.- Adolescentes y jóvenes bien orientados…parte I**

*Esta es una de las partes más trascendentales de la narración de David.*

**“**Ha llegado la hora de la cita con el consejero familiar, Roberto Hidalgo, es una persona joven

pero sé que tiene experiencia, conocimientos y sabiduría, pero sobre todo, amor para la gente a quien orienta, es difícil encontrar una persona así, y que esté dispuesta ayudarnos, sin esperar pago alguno.

*No siempre los años significan experiencia, hay muchos en quienes el paso del tiempo, no significa nada, no crecen, no desarrollan, el tiempo, solo les deja las huellas de la rutina, el agotamiento y por ende el envejecimiento prematuro….*

***Para meditar, hacer y dialogar:***

*¿Qué deben hacer los padres para ser los confidentes de sus hijos y ganarse el derecho a ser los primeros*

*orientadores?*

*¿Ignorar que todos los botes (matrimonios), tienen perforaciones, (problemas) los termina tapando?*

*¿Qué pueden hacer las autoridades del estado y educativas para evitar los embarazos de adolescentes?*

*¿Se deben poner en diálogo de pareja reglas familiares para todos?*

***Establezca en pareja, las reglas para cada miembro de la familia, consecuencias proporcionales de su incumplimiento e incentivos por superar las expectativas. Se deben poner reglas posibles de cumplir, los padres deben dar ejemplo.***

a, me dirijo al establecimiento educativo, como de costumbre, toda la mañana dicto mis clases y por la tarde voy al hospital.

Me contacto con el agente de la Dinapen, informándole que estoy en viaje hacia el hospital, me…

***Para meditar, hacer y dialogar:***

*-¿Vale la pena involucrarse tanto en un caso como este?*

*-¿Debemos esperar tener mucho dinero para ayudar a alguien?*

*-¿Las personas que nos ayudaron, tenían la obligación de hacerlo?*

*-¿El atropellamiento que sufrí, el llegar a aquella casa de salud y el encuentro con nuestra madre, fueron hechos providenciales o simples coincidencias?*

*Mientras más “novias” tengas en la adolescencia, más inestabilidad emocional puedes adquirir, y más ganas tendrás de pedir a las chicas “prueba de amor”, pero si un chico pide eso a una de tus hermanas, eso no te gustaría ¿verdad?*



**9.- ¡Otra cadena de sorpresas! Embarazo adolescente**

*Sigue David de protagonista*

Ha llegado el día miércoles, y lo primero que hago es ir a la oficina de la rectora, me espera otra sorpresa…

La secretaria me recibe fríamente, me corrobora que la rectora necesita dialogar conmigo, pero al momento no se encuentra, no vendrá todo el día, así que me retiro a mis labores normales, he planeado la charla de orientación a los varones del curso que me toca, para la última hora y he coordinado con la inspección general.

Llega la hora esperada y hemos reunido unos 80 jóvenes en uno de los salones, existe ansiedad en el ambiente, el orientador ha llegado, el inspector general lo presenta y comienza su charla….

Termino con este pensamiento:

***Cuando joven****, tienes tiempo, energía… ¡pero te falta dinero!.* ***Cuando adulto****, tienes dinero, energía… ¡pero no tienes tiempo!* ***Cuando******anciano****, tienes dinero, tiempo... ¡pero te falta energía!…* ***Esfuérzate por crecer integralmente*** *y tendrás suficiente dinero cuando joven, tendrás suficiente tiempo cuando adulto y tendrás suficiente energía cuando anciano.*

Buenas Noches.

*Todos aplauden y la mayoría, sonríe*.

Ha terminado la conferencia interactiva, sus resultados se verán al observar el estilo de vida de quienes la escucharon, si al menos parte de sus actitudes negativas no cambian, de nada habrá servido.

Mientras más actúen siguiendo sus inclinaciones desenfrenadas, más se enredarán en la vida.

**¡Nadie puede escapar de la ley universal causa–efecto!**

Estamos desconectando equipos para retirarnos y se acerca a nosotros un joven estudiante de unos 16 años, tiene la cara de angustia, pide hablar con nosotros, algo terrible le ocurre.

-¿Qué te sucede? *Le pregunto*

-Necesito que me ayuden… por favor, *el consejero y yo le ponemos atención con interés y preocupación.*

-Mi novia de 15 años… ¡está embarazada!...

***Para meditar, hacer y dialogar:***

-\**Cuando un subalterno encuentra “problemas” en la organización o en sus superiores, ¿el buen líder trata de “anularlo”?*

*-\*¿Quiénes son los principales responsables de orientar a los adolescentes?*

*-\*Para que los adolescentes no intenten iniciar actividad sexual prematuramente, ¿Qué medidas debemos tomar como padres?*

*-\*¿Qué actividades controladas debe organizar la institución educativa, para que los adolescentes descarguen sus energías juveniles?*

***La familia es la “universidad” en la que preparamos personas útiles o las hacemos inútiles, la pareja es el núcleo de la familia y la familia es núcleo de la sociedad, familias estables, sociedad estable y en progreso, creciendo en valores.***



**10.- Desórdenes alimenticios ¿Qué pasó con Johana?**

Quedamos con los médicos del hospital y con la Dinapen, en buscar un nuevo hogar para la niña ahora parapléjica, así que me puse en acción, llamé a varias instituciones y amistades en búsqueda de una silla de ruedas, la conseguí, alguien del hospital, me informó que ya consiguió un hogar que pueda acoger a la niña, esta era la parte más importante y difícil, pero antes había que convencer a la chica que eso era lo mejor, quedamos en hacerlo la siguiente semana, pero nos esperaría una desagradable sorpresa que interrumpió todos los planes que teníamos para la adolescente….

-Mi compañera Lucy, no quiere comer nada, yo no puedo dejar de comer golosinas ¿Qué podemos hacer?

-Bueno…Primero hablemos de tu caso Mabel, las golosinas no engordan…*le digo con una sonrisa*

-¿Cómo? *Dice Mabel con entusiasmo.*

*-*Sí, las que engordan son las personas que las ingieren… en exceso.

-*Mabel y su amiga sonríen, con esto el diálogo será más fluido.*

-Ahora vamos a lo serio. La respuesta parece simple,… *le digo:* “deja de comer y listo”*, pero la realidad no así, el sobrepeso, la obesidad, la anorexia y bulimia, son problemas con varias aristas como el entorno familiar y afectivo, la educación, el estilo de vida, los recursos y en mínimo porcentaje la predisposición genética, muchas personas pasadas de peso, le culpan a esto último, al determinismo del pasado y no están dispuestas a hacer nada para remediarlo.*

-Bueno…*decido abordar a la chica rompiendo el hielo, ella está pidiendo ayuda.*

-Se ha descubierto que un ejercicio muy fácil, practicado durante todo el día, es lo mejor para el sobrepeso, *le digo.*

-Y…cuál es, *me pregunta.*

-Solo debes mover la cabeza de izquierda a derecha.

-¿Durante qué tiempo? *Dice Mabel.*

-Cada vez que te ofrezcan golosinas. *Le contesto.*

*-Mabel se sonríe, pero sabe que es uno de sus problemas, está comiendo bocaditos grasosos todo el tiempo.*

Te contaré en resumen, la enseñanza de un documental que nos presentó un amigo consejero.

Primero es importante que sepas cuál es tu índice de masa corporal IMC.

Peso en kilos / estatura en mts. al cuadrado.

 W

IMC = ------------

 E2

Si el resultado es menos a 20, falta peso, entre 20 y 25 es normal, de 25,1 a 30 indica sobrepeso y más de 30 obesidad, más de 40 obesidad mórbida…

En cuanto a mi familia, les relato que después de la orientación, la situación recibió un giro radical, hemos puesto reglas escritas para cada miembro de la familia según la edad, hemos mejorado el nivel de comunicación entre todos, no se puede usar ningún aparato electrónico, ni en la cama ni en la mesa, diariamente cada uno dedica unos minutos a la lectura formativa y voluntaria de desarrollo personal, así mismo, la familia tiene al menos una comida al día juntos, allí compartimos unos minutos a la reflexión y a la motivación y como los ingresos económicos han mejorado, hemos hecho un presupuesto que aún nos permite ahorrar para pronto adquirir un vehículo.

Mis hijas se han destacado como buenas estudiantes y han sido premiadas por sus méritos, debemos continuar siendo su apoyo. El padre biológico de Dafny, sigue desaparecido…

***La familia es la “universidad” en la que preparamos personas útiles o las hacemos inútiles, la pareja es el núcleo de la familia y la familia es núcleo de la sociedad, familias estables, sociedad estable y en progreso, creciendo en valores.***

Hasta la próxima entrega.

*Diego R. Andrade P.*

**Otras obras del mismo autor, colección: *“Vida sana, feliz y en progreso”:***

***-¡Hoy decido ser extraordinari@!***  *Tomos I y II*

*Todo sobre el desarrollo personal en medio de las organizaciones: Lectura comprensiva, desarrollo de la inteligencia, creacionismo racional, liderazgo efectivo, salud preventiva, orientación para emprendedores, fórmulas para evaluar las organizaciones, la pobreza no es virtud, al verdadero líder…lo necesitan en todas partes. En el marco del legendario “Mensaje a García”.*

*-****Motivación, servicio al cliente y trabajo en equipo.-*** *Para encontrar valederas razones de motivación diaria, además de la razón de existir del ser humano, el servicio en una atmósfera laboral adecuada. Enfocamos los esenciales aspectos para un desempeño laboral exitoso.*

***-Conducción responsable y sin estrés.*** *Un manual de conducción de vehículos, que lo hace responsable no por temor al castigo sino por la decisión inteligente de ser mejor. Todo lo que se le ocurra sobre la conducción segura.*

***-Rescate para un secuestro.*** *Narración de la vida real que promueve valores y que ayuda a apreciar la vida en toda su dimensión, lo que incluye, las buenas relaciones interpersonales. Para todo posible blanco de secuestro y parejas jóvenes.*

***-¡Adolescentes triunfadores!*** *Narración de la vida real que promueve valores**y que descubre la problemática de la adolescencia y juventud del siglo XXI y plantea soluciones y prevenciones a fenómenos como:**Práctica sexual prematura, embarazo y suicidio adolescentes, drogas “legales”, micro tráfico, desórdenes alimenticios, diversiones electrónicas, bullying, en la vida de un profesor secundario.*

***-¿Cómo hacer juntas eficientes y agradables?*** *La manera de dirigir organizaciones en las que todos se sienten jefes. Una guía práctica de administración moderna.*

***-¿Vivir en condominio?*** *La mejor manera de dirigir conjuntos familiares, urbanizaciones, edificios, y reducir al mínimo los conflictos entre vecinos y copropietarios.*

***-Cartas a mis seres queridos.*** *Lo que siempre**quisimos decir con el corazón a todos nuestros seres queridos, pero no nos atrevimos, por eso lo escribimos.*

***diegoandrade.dian@gmail.com***

**Contraportada**

***Una hermosa adolescente de 15 años se lanza del 5to piso de su colegio, un profesor, protagonista de esta historia, se involucra al ser el primero en llegar a la escena, todo ello destapa todo un conjunto de situaciones que descubren la problemática de las familias del siglo XXI y los anti valores imperantes en nuestra sociedad tales como: Práctica sexual prematura, embarazo y suicidio adolescentes, drogas “legales”, micro tráfico, desórdenes alimenticios, diversiones electrónicas, bullying… En la narración se difunden valores y su utilidad práctica, en un impactante relato de la vida real.***

**Una obra que ningún educador, ningún padre, ninguna madre, ningún joven y adolescente debe dejar de leer.**