

La Adolescencia y Como Sobrevivir a Ella

Fragmentos de una Presentacion en 2000 International Congress on Down Syndrome

Toma de Decisiones

Evelyn

El proceso de toma de decisiones es algo que todos aprendemos en nuestro recorrido por la vida. Algunos de nosotros, hacemos decisiones en forma instantanea- algunas de las cuales son exitosas y otras, mas tarde lamentamos haberlas tomado. Algunos de nosotros nos agrada pensar un poco, y despues decidir de como en circunstancias particulares podemos actuar de una forma particular. A otros nos gusta pensar y pensar y pensar- y despues, como vemos tantas oportunidades u obstaculos, o cualquier evento en el camino, no podemos tomar ninguna decision porque no queremos errar!

Todos conocemos a los adolescentes que se levantan de la cama en las mañanas y tardan una hora en decidir como se van a vestir ese dia para el colegio (un argumento perfecto en favor de los uniformes). Todos conocemos a los adolescentes que –por un momento y solo porque les parecio una buena idea en su momento- deciden hacer cosas como tirar piedras a los automoviles, lo cual es bastante estúpido y los mete en bastantes problemas- sin mencionar el efecto sobre otras personas. Todos conocemos a los adolescentes que, tristemente, porque encuentran muchas dificultades en el momento de decidir sobre si seguir una carrera universitaria o entrar al mercado laboral, se paralizan y no toman decision alguna.

Estoy convencida, asi parezca muy obvio, que la forma mas efectiva de aprender sobre la toma de decisiones es cometiendo errores. Kylie no pudo tomar el bus a tiempo y llego tarde a su universidad, porque decidio dormir un poco mas. Pero ello solo sucedio una vez. Kylie generalmente gastaba todo su dinero en la cafeteria del colegio y despues no tenia nada disponible para el fin de semana. Ello solo sucedio una o dos veces. Kyle usualmente prestaba su dinero a personas que le prometian devolverlo. Al poco tiempo entendio que ello nunca pasaria. Kylie aprendio que tener dos hogares en una semana le creaba muchas presiones que no podia manejar. Le tomo sufrir una severa reaccion de panico para discutirlo con su consejero y decidir que, a pesar de amar a sus padres y desear estar con ellos, la situacion la estaba estresando fuertemente. Tuvo que decidir en donde iba a pasar la mayor parte de su tiempo y como iba a ver a su otro padre, sin ponerse mucha presion.

De nuevo, sugiero, que la toma de decisiones debe aprenderse lo mas temprano posible. Como padres, es mas facil organizar la ropa que dejar a nuestros hijos escogerla; es mas facil empacar la bolsa para el colegio, que dejar algo importante olvidado, y es mas facil llevar a nuestro hijo a un evento que dejarlo en manos de los horarios y el sistema de transporte publico. Como padres de un niño/a o adolescente con Sindrome de Down somos muy conscientes de los factores de riesgo de su dia-a-dia.

Pero si no se nos olvidan las cosas, si no nos mezclamos con los amigos equivocados, si no tenemos la presion de otros muchachos camino a la escuela, de fumar un cigarrillo, si no tomamos unas pocas copas, si no nos perdemos y buscamos la salida, si la persona que nos iba a recoger no llega, si no hablamos rudo, si no aprendemos que habran personas que nos usaran o abusaran de nosotros en una u otra forma, como podremos diferenciar que es lo bueno y lo malo para nosotros?

Kylie

Tuve momentos difíciles para mí en el colegio. Pero aprendí a decir no y aprendí a valerme por mí misma. Los muchachos trataban de molestarme en mi camino a la escuela. Algunos querían que tomara un cigarrillo, pero pienso fumar es malo y dije no. Entonces se burlaron de mí. Me tomo un tiempo sobrellevar este problema, que yo misma tuve que resolver. Por un tiempo que deprimí mucho, pero después hable con los profesores. Ellos me ayudaron a entender lo que debía responderle a los muchachos. También decidí, durante un tiempo, tomar otro camino al colegio.

Se que hay muchas personas solas y que encuentran la vida un poco difícil. Siempre traté de ayudarlas pero sin presión alguna. Cada cual debe tomar sus propias decisiones acerca de lo que es mejor para sí mismos.

Responsabilidad

Evelyn

La toma de decisiones lleva a la independencia, pero usted no puede disfrutar la independencia a menos que acepte responsabilidades. La adolescencia es una etapa en la que buscamos ser irresponsables. Es la época en la cual somos muy atrevidos. Cuando se trata de cosas constructivas, es muy bueno, pero, de nuevo, parece ser que primero debemos ser irresponsables para aprender como actuar en forma responsable.

Somos muy buenos culpando a otras personas cuando el computador no funciona bien y no sabemos como arreglarlo. Todos podemos pensar, "el cesto de la basura está lleno, pero mi mamá lo desocupará en cualquier momento, así que lo dejo así". Y pensamos que somos buenos para tomar nota de los mensajes telefónicos, hasta que nos damos cuenta que no escribimos bien el número. Pero sabiendo lo que hacemos, y el pensar y hacer las cosas que debemos hacer antes de que nos las digan, demuestra que poseemos la INDEPENDENCIA para tomar una DECISION y asumir la RESPONSABILIDAD de la tarea que hicimos.

Hasta cierto punto, ser responsables significa pensar y planear con anterioridad. Si un amigo nos llama y nos ofrece una excelente oportunidad de salir el martes, no es bueno si usted olvida que precisamente tenía una cita con el odontólogo. Es importante tener un calendario cerca del teléfono para escribir todos estos eventos. Aun mejor, es tener un diario, -y estar seguro de usarlo-, para ser responsables y tomar nota de lo que se debe hacer y cuando – tanto los eventos sociales como las otras citas. Y el diario puede tener todos los números telefónicos importantes. Y más tarde puede incluir el número de pensión, el número de identificación para impuestos- toda aquella información que debemos mantener a la mano cuando estamos realizando entrevistas de empleo o cuando acudimos a las agencias de empleo que asisten a personas discapacitadas a encontrar uno. Todo lo que tiene que hacer entonces es, ser responsable y llevar el diario cada vez que sale a la calle!

Kylie

Es muy importante ser cuidadoso con su cartera y sus llaves. Ser responsables significa cuidar sus objetos personales. Sería bastante estúpido perder la cartera. Yo debo estar pendiente de no olvidar mi diario y el teléfono, cuando tengo que salir. Tengo un gabinete en mi habitación para guardar mis cartas, documentos y otras cosas. Ahora mi mamá no tiene que estar diciendome: "Que paso con esto y aquello...?". Yo creo que yo tengo mayor cuidado con mis documentos que mi mamá.

Por Kylie y Evelyn Scott. Reimpreso del su website del ACT Down Syndrome Association de Australia www.asn.au
