



avivir

REVISTA DEL TELÉFONO DE LA ESPERANZA

Nº 275 OCTUBRE-DICIEMBRE 2019

***“Las Nuevas
Tecnologías acaban
con las buenas
maneras”***

Entrevista con Susana Guindo

***Todo empieza en casa:
la familia, escuela de
vida y convivencia***

Por José María Jiménez Ruiz

***¿Tienen futuro las
normas de urbanidad?***

Por Herminio Otero Martínez

Los buenos modales

*Crisis de las normas de urbanidad y educación en la
convivencia actual*



¿Estás online?

En Impact5 te ayudamos a definir la presencia de tu marca en Internet a través de una visión global y práctica de la red.
Sin complicaciones.

CONCEPTUALIZACIÓN Y DESARROLLO DE WEBS CORPORATIVAS
ESTRATEGIA EN REDES SOCIALES
PLANIFICACIÓN ONLINE
CAMPAÑAS DE POSICIONAMIENTO EN BUSCADORES
ACCIONES DE MOBILE MARKETING

Infórmate sin compromiso

IMPACT5®

PUBLICIDAD · BRANDING · PACKAGING · ONLINE · EVENTOS · EDITORIAL · PROMOCIONAL

www.impact5.es



SUMARIO

Carta del director // ¡Niño, no te toques la nariz! // 5

A fondo

¿Tienen futuro las buenas maneras? // 6

Urbanidad y convivencia en el siglo XXI.

Por **Herminio Otero Martínez**

Las fronteras del 'yo' // 12

Entre la libertad, la confianza y el respeto.

Por **Alfonso Echávarri Gorricho**

Consecuencias de la mala educación // 16

Modelos actuales que sigue la gente.

Por **María Guerrero Escusa**

Todo empieza en casa // 21

La familia, escuela de vida y convivencia.

Por **José María Jiménez Ruiz**

"Ni cafres, ni petimetres", simplemente bien educados // 26

La falta de educación en la juventud actual.

Por **José Luis Rozalén Medina**

Tribuna Viva // 32

Educación, urbanidad, ¿palabras pasadas de moda?

Por **Miguel Ángel Álvarez**

Entrevista // 34

Con Susana Guindo. Responsable de Comunicación Digital de la Asociación Española de Protocolo.

Por **Antonio Saugar Benito**. Fotos: **Cristina Bezanilla Echeverría**

Cine // 40

Una idea para la convivencia. El subterráneo cinematográfico.

Por **Norberto Alcover Ibáñez**

A pie de calle // 42

La importancia de mantener las formas. Porque todos queremos ser tratados con respeto.

Por **Gloria Díez Fernández**

Comunicando // 46

'Yo también soy vulnerable', nueva campaña de TE para la prevención del suicidio // Soledad y búsqueda de consuelo se incrementan en verano // Las llamadas al TE de Salamanca aumentan un 30% y superan las 2.600 // El TE atendió en Galicia 3.000 llamadas, el 60% de mujeres // El TE de Badajoz pone en marcha 'escuchando a nuestros mayores' // Obituario. Ana San Antonio. "Si me encuentras guapa, sonrío" // El Rincón de las ONG. En España, 8,5 millones de personas están en exclusión social según el Informe FOESSA

Director:
Pedro Miguel Lamet

Redactor jefe:
Antonio Saugar

Diseño gráfico:
José Luis Mendoza

Edita:
Teléfono de la Esperanza

Depósito Legal:
M-28.500-1973

**Dirección, redacción
y administración:**
Francos Rodríguez, 51
(Chalet 25)
28039 Madrid

Tel.: 91 459 00 62
Fax: 91 459 04 50

e-mail:
asites@telefonodelaespe-
ranza.org

Coordinación:
Impact 5
Tel.: 985 20 70 80

Fotografías ©©:
www.freeimages.com
depositphotos.com

Colaboradores:
Herminio Otero
Alfonso Echávarri
María Guerrero
José María Jiménez
José Luis Rozalén
Norberto Alcover
Gloria Díez



Con la financiación de:



Hay un teléfono donde tu voz se escucha siempre

HAZTE SOCIO y ayúdanos a ayudar



Asociación Internacional del Teléfono de la Esperanza

Nombre _____ Apellidos _____

NIF _____ Dirección _____

Población _____ Provincia _____ Código Postal _____

Teléfono _____ Correo electrónico _____

Cantidad con la que voy a colaborar _____

Periodicidad:

- mensual semestral
 anual puntual (sólo en esta ocasión)

Podrás desgravarte el 75% de tu aportación y además, si colaboras con una cuota periódica, recibirás la revista AVIVIR en tu domicilio de forma gratuita.

Forma de pago:

- Domiciliación Bancaria

Autorizo la domiciliación bancaria de los recibos que se enviarán a mi cuenta para colaborar con la Asociación Internacional del Teléfono de la Esperanza:

CÓDIGO IBAN	CÓDIGO ENTIDAD	CÓDIGO OFICINA	DC	NÚMERO DE CUENTA

- Mediante ingreso o transferencia bancaria a las cuentas de la asociación.

(Debe adjuntar el resguardo del ingreso o transferencia a esta ficha):

Santander: ES46 0049 0630 49 2910725450

a _____ de _____ de 20 _____

Firma: _____

De conformidad con lo establecido en la normativa vigente en Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que sus datos serán incorporados al sistema de tratamiento titularidad de ASOCIACION INTERNACIONAL TELEFONO DE LA ESPERANZA con CIF G85590685 y domicilio social sito en C/ FRANCOS RODRIGUEZ Nº 51 - CHALET 44 28039, MADRID, con la finalidad de poder gestionar su donación y poder atender los compromisos derivados de la relación que mantenemos con usted. En cumplimiento con la normativa vigente, ASOCIACION INTERNACIONAL TELEFONO DE LA ESPERANZA informa que los datos serán conservados durante el periodo legalmente establecido. Asimismo, le informamos de que trataremos sus datos conforme a la existencia de su consentimiento. Podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, limitación de tratamiento, supresión, portabilidad y oposición/revocación y a presentar reclamaciones ante las autoridades de control, así como otros derechos, como se explica en la información adicional, dirigiendo su petición a la dirección postal indicada más arriba o al correo electrónico protecciondatos@telefonodelaesperanza.org

Puede consultar la información adicional y detallada sobre Protección de datos en nuestra página web: www.telefonodelaesperanza.org/rgpd



¡NIÑO, NO TE TOQUES LA NARIZ!



La palabra “urbanidad” es uno de los términos de la lengua castellana menos usados en la actualidad. Mucho más si a la palabra “urbanidad” se le antepone “normas de”. Quizás porque nuestra sociedad ha intentado dar al traste con casi todas las normas en aras de la soñada y adorada libertad. Ahora, las normas de convivencia hay que imponerlas de forma coercitiva mediante castigos o multas. Aun así, resulta casi imposible reducir el ruido de los bares y discotecas, en las calles, que las ciudades estén medianamente limpias o que los ancianos tengan preferencia en los medios de transporte, por ejemplo.

Es verdad que nuestros antepasados marcaron códigos de conducta muy forzados que subrayaban nimiedades de un protocolo un tanto vacío, que no tenía nada que ver con el respeto al otro, por encima de las fronteras que impone la convivencia. El sitio por donde sirva la comida la sirvienta o el lugar estricto donde se pongan los cubiertos, la verdad, no son aspectos que lesionen a nadie ni cambian la vida. Pero que se coma con la boca abierta, que se interrumpa la conversación continuamente o que se chille desafortadamente en un restaurante, como sucede en casi todos los españoles, es al menos desagradable para el vecino.

Parece sano que la gente se desenvuelva en la convivencia con naturalidad y cierta confianza. Pero que tu perro y tu móvil sean para ti lo más importante del mundo, de manera que no importe si un anciano está cruzando la acera, o que te pongas con tu patinete entre los viandantes, no es de recibo.

Quizás el término “civismo” sea mejor aceptado hoy que el de “urbanidad”, y los englobe más adecuadamente el de “buenas maneras”. Estas no son prescripciones impuestas desde arriba por unos principios burgueses establecidos por la clase dominante. Proviene sencillamente de que no estamos solos, que compartimos espacios, y que además de mi “yo” hay otros junto a mí a los que no les puedo toser o estornudar encima, empujarles en una cola o dejar de tratarles con un mínimo de respeto, sobre todo si es una persona mayor, con discapacidad o más débil.

Es verdad que hay honrosas excepciones, que hoy existen algunos jóvenes que se levantan de su asiento en el bus o el Metro, y que incluso son capaces de ayudar a cruzar un ciego la calle. Pero también es cierto que se está imponiendo la zafiedad y la mala educación de forma generalizada. Recuerdo que mi madre ya anciana decía que “de joven se arreglaba para agradar, y de mayor para no desagradar”. Esto se puede extender a saber dar las gracias, sonreír a tiempo, pedir las cosas con amabilidad y verter en el quehacer de cada día unas gotas de pensamiento positivo y afable que es más que respeto, en el fondo es ganas de alegrar la vida, también la tuya.

La grosería, una falsa espontaneidad que prescinde de los demás, cultivar el sucio vestir y hasta el feísmo junto a la conciencia, fomentada por la televisión, de que el otro “me importa un pito”, contribuyen a la falta de armonía y egoísmo colectivo que está en el fondo de este preocupante fenómeno.

El problema, como alertamos en este número de *AVIVIR*, surge de la carencia de espejos o modelos donde mirarnos. De padres zafios no surgen niños con buenas maneras. Si los líderes de opinión, los políticos, las estrellas, los futbolistas transmiten valores alicortos, se impondrá que lo más importante sea “ganar pasta”, caiga quien caiga, engañar a Hacienda y hacer lo que me de la real gana en la calle, la empresa, el estadio, la familia.

Decía Tony de Mello: “No pidas al mundo cambiar, cambia tú primero”. Y ese cambio nace en primer lugar del modo de sentir por dentro. Hay que contactar con la naturaleza para recuperar armonía. Hay que pensar que el otro es parte de mí. Y sobre todo aprender a mirar. ¿Te has dado cuenta cómo miras al que está en frente en el Metro o en el autobús? Seguramente con espíritu crítico, casi como un adversario. Aprende a mirar al otro como un semejante, con sus virtudes y sus limitaciones y, aunque sea con un pequeño gesto, una mirada o simplemente con respeto, “ayúdale a ser”. Este es el mejor trasfondo y el último sentido de por qué son importantes las buenas maneras. “¡Niño, no te toques la nariz!”



¿Tienen futuro las buenas maneras?

Urbanidad y convivencia en el siglo XXI

Por Hermino Otero Martínez

Los viejos manuales de urbanidad cumplieron su función durante los siglos XIX y XX. Pero los nuevos cambios de la sociedad en el siglo XXI están pidiendo a gritos nuevas normas que terminen con la "mala educación" que, según algunos, ha florecido en nuestra sociedad.

Manuales de urbanidad

El manual *Compendio de reglas de urbanidad*, escrito por el francés François de Callières y traducido en 1744 por Ignacio Benito Ovalle para su publicación en Madrid, resumía: "¿Para qué sirve la urbanidad? Para sabernos conducir bien en la sociedad y granjearnos con nuestros modales la estimación de los demás".

El manual se extendió por Chile y toda América y pretendía, como casi todos los textos similares publicados hasta ya entrado el siglo XIX -fue muy conocido e influyente en Venezuela el Carreño-, "adecuar las nuevas sociedades americanas al paradigma civilizatorio europeo y, con esto, modelar al ciudadano ideal para el proyecto de nación que se pretendía construir".

Los manuales de urbanidad, que se extendieron por España y Latinoamérica desde las primeras décadas del siglo XIX, presentaban, como en un catecismo, las formas correctas de conducirse en la sociedad e incluían todos los aspectos de la vida social, moral e incluso sexual de los ciudadanos. Víctor Macías señala que "su difusión y lectura permitió el acceso de las clases medias al capital cultural de la aristocracia". Y una parte de la sociedad adoptó con esos manuales la ilusión de que, a través del pulimiento de sus costumbres y pasiones, se podría conquistar el éxito dentro de la movilidad social de la época.

Los manuales, destinados en un principio a un público general, fueron especializándose y se dirigieron, por ejemplo, a la primera infancia, a las niñas, a los jóvenes y señoritas de la época, a

las esposas, a los comerciantes..., o se convertían en manuales especiales para las escuelas. Incluso algunos como el conocido *Manual de Carreño*, venezolano, editado por primera vez en 1854, se continúa reeditando con actualizaciones, como las normas de adecuado comportamiento en redes sociales.

En la sociedad actual, que aboga por el respeto a la diversidad y la inclusión, no se entienden muchas de las conductas propuestas, pero sabemos que estos códigos comunes propiciaban la cohesión de los grupos y favorecían una sana convivencia entre ellos. Estos manuales nos resultan ahora jocosos, pero constituyen un valioso archivo de mentalidades y formas de proyectar la idea de país y de ciudadanía.

Los manuales de urbanidad en España

En España, la multiplicación de manuales de urbanidad desde finales del siglo XVIII aparece paralela a la introducción y relativa generalización del modelo escolar como espacio de socialización infantil. La urbanidad se introdujo en las escuelas elementales, en las que primaba la educación sobre la instrucción, como instrumento de socialización y de disciplina social.

El hispanista francés Jean-Louis Gereña, hijo de exiliados españoles, analiza los manuales de urbanidad de la España de los siglos XIX y XX en *El alfabeto de las buenas maneras* (2005). En él se aproxima a lo que define como "el arte, el ritual o incluso la ciencia de los buenos modales o de la buena educación y del trato social", y revela que la urbanidad



fue durante mucho tiempo una herramienta clave en la construcción y en la difusión de una cultura dominante de distinción social. Los manuales de urbanidad presentaban, tanto a los niños como a los adultos, el mundo ideal conformado en torno a un conjunto de rituales sociales que pretendía facilitar también la comunicación y las relaciones sociales.

Ya en 1991 había aparecido el estudio de Amando de Miguel *Cien años de urbanidad*, en el que criticaba las costumbres de la vida española y que a su vez era un tratado de las buenas maneras para aprender cómo una persona debe comportarse educadamente en cualquier momento, lugar o circunstancia. Tres años más tarde conoció un extraordinario éxito *El florido pensil*, de Andrés Sopena, que tuvo varias ediciones y fue adaptado al teatro y al cine. Se titulaba *Memoria de la escuela nacionalcatólica* y evocaba, en palabras del autor, "la narración vital y quintaesenciada de lo que fue la (des)educación de varias generaciones de españoles de la posguerra". Su éxito clamoroso se debió más a la nostalgia de unas normas ya fenecidas que a la crítica que hacía de un sistema caduco.

Precisamente a final de los años ochenta se había producido en España una floración de nuevos manuales de urbanidad y se reavivó el interés social por lo que algunos dieron en llamar la fiebre del protocolo, que todavía perdura ahora. Véase, por ejemplo, el manual de África Pérez-Serrano *Buenos modos, malas modas. Urbanidad Siglo XXI* (2013).

La falta de educación

Apareció el siglo XXI y todo cambió -también en el ámbito de la educación- con cambios que ya venían incubándose en décadas anteriores. Y algunos comenzaron a dar la voz de alarma.

Ya hace más de 15 años, a principios de siglo, Vicente Verdú resumía en *El País* (13.7.2003) que "el siglo XXI se inicia con la pérdida de la educación. Y no de la mala o de la buena educación, sino de la misma educación que, bien o mal, ordenaba la conducta, establecía normas de buen gusto y, al cabo, enlucía el trato social. Frente a aquella educación impartida en la escuela, en la iglesia o en las familias, se ha extendido la falta de educación de manera tal como si asumir aquellas reglas fuera reproducir la subordinación jerárquica, la alienación religiosa o la opresiva di-

ferencia sexual, la difusión de la democracia ha coincidido con el desarme de las formalidades y, al cabo, con el triunfo de lo más vulgar". Y ponía ejemplos: "La telebasura en la televisión, el lenguaje fétido, el amor burdo, el sexo chacinero, se corresponden con la divulgación de la literatura barata, la comida prefabricada o el relativismo moral que, en definitiva, componen el obligado detritus de la democracia". Más: "La tendencia a la igualdad sería pues una condición fundamental del sistema democrático, pero al lado de este logro benéfico, la igualdad total (entre padres e hijos, maestros y alumnos, hombres y mujeres) provoca una ofuscación de fronteras, un tremedal de balbuceos, donde crece fácilmente el desatino, la espesura soez y el antiguo olor a mierda".



Y abogaba por establecer lindes en la educación, pues sin ellos se sostiene mal y "tiende a aparecer más como un vestigio de tiempos pasados, confundible con el reino del patriarcado y asimilable a la odiosa sociedad autoritaria, que compatible con el allanamiento de niveles".

Y después de cuestionarse y cuestionarnos ["¿Vivir sin educación, por tanto? ¿Disfrutar de la ausencia de formalidad?"], declaraba sin rubor: "Lo chocante ahora es que desprovistos de educación, manoteando en la chocarrería, pringosos de

sexualidad indiferenciada, el mundo agobia casi tanto como en los tiempos de la etiqueta burguesa. Algo, en consecuencia, habrá que introducir para volver a encantar el mundo, depurarlo de sus pestilencias y la vulgaridad a granel. De otro modo, la democracia acabará con nosotros, uno a uno, supuestamente iguales entre sí y ahogados en lo peor de la convivencia.”

'La fiebre del protocolo'

No es de extrañar que, ante esta situación, hayan florecido multitud de manuales que vienen a conformar la 'fiebre del protocolo' y la necesidad de aprender a navegar por la vida guardando las buenas maneras para que ellas nos guarden a nosotros.



La página *Teralibros*, por ejemplo, ofrece la descarga de 66 libros sobre protocolo (*100 preguntas básicas*, *Protocolo ceremonial*, *El libro azul del protocolo y las relaciones públicas*, *Protocolo moderno y éxito social...*, y así otros 30 títulos) o los buenos modales (*Deberes de buena sociedad*, *El arte de saber estar*, *Etiqueta y buenos modales: la nueva cortesía empresarial y social*, *Las buenas maneras: manual moderno de estilo*, *Saber estar en lugares públicos y actos sociales*, o *Usted primero, por favor: cómo comportarse en cualquier ocasión* y así 20 títulos más).

Desde la Asociación Española de Protocolo (AEP) explican: “El protocolo es hoy día el elemento básico de la comunicación, mientras que el siglo pasado se entendía única y exclusivamente como ordenamiento de las personas en función de su categoría o estamento. La diferencia es que se ha ampliado como instrumento de comunicación: es la educación, el saber estar, el sentido común, el no perder las formas; en definitiva, el respeto mutuo a quien tienes enfrente, a tu lado o por encima de ti”.

El protocolo del siglo XXI

Según Francisco Trancón, las nuevas teorías filosóficas propugnan recuperar el modelo de una sociedad más comunitaria en la que los ciudadanos estén dispuestos a adquirir las virtudes o las cualidades necesarias para crear un clima de convivencia que les haga felices y, por lo tanto, en la que no se puede olvidar la importancia de la urbanidad como mejora de las relaciones entre las personas. No se concibe una sociedad en la que no se respeten las formas y hábitos de convivencia y respeto y, por eso, las normas de urbanidad van más allá de su inclusión en los códigos o en las leyes. Sin embargo, en los centros escolares la urbanidad se ha sustituido por las normas de convivencia.

El uso del móvil no ha de impedir las relaciones directas

La catedrática de Ética y Filosofía Victoria Camps resume: “Hemos pasado de una educación muy autoritaria a una sin autoridad y sin disciplina; por miedo a ser excesivamente dogmáticos, hemos descuidado las normas de cortesía y urbanidad, pero esas normas son la base del aprendizaje moral; si no nos gustan las antiguas, podemos sustituirlas, pero debe haber unas convenciones mínimas... Pero el menosprecio a las normas nos ha hecho aflojar en algo que es fundamental en educación: la coacción mediante una normativa clara y el esfuerzo por hacerla cumplir”. A su juicio, escuelas y familias deberían regular los aspectos de comportamiento que más fallan y tener unas normas básicas de convivencia.

En la sociedad actual, mucho más compleja, diversa y desdibujada que la de hace unas décadas, hay múltiples y muy distintos espacios y grupos sociales de origen muy distinto, y no es tan fácil de aplicar ese saber estar y ese sentido común. El profesor de sociología Salvador Cardús sostiene que se ha complicado el sistema de convenciones para comunicar respeto. La crisis de las buenas maneras no obedece tanto a cuestiones de tipo ético o a falta de valores como a la ausencia de referencias claras y a una mayor complejidad social.

Pero las buenas maneras siguen siendo imprescindibles. El filólogo Eustaquio Barjau sostiene, en *Elogio de la cortesía*, que las buenas maneras son necesarias para facilitar la comunicación con otros y como método de protección ante el continuo contacto con los demás. La cortesía convierte la sociedad en un espacio no sólo habitable, sino amable y creativo. Las relaciones corteses propician que se mantenga una distancia entre los implicados en una relación, incluso entre iguales, que permite preservar un espacio propio y protege de la intromisión.

El protocolo del siglo XXI pasa por “unas buenas maneras de geometría variable, que se puedan adaptar según las circunstancias”. La urbanidad necesita una adaptación a la época actual para seguir indicando las consideraciones que debe-

mos guardar con los demás en las situaciones y casos que nos plantea la vida en sociedad y que, curiosamente, una vez adquiridos estos hábitos, hace que nos sintamos más seguros y más felices.

Los buenos modales del siglo XXI

La editorial británica Debrett's, fundada en 1769 y especializada en la nobleza, publicó a mediados del siglo pasado guías de etiqueta. Hace cinco años decidió actualizarlas, dando respuesta a las nuevas preguntas de la gente. En esta actualización recoge las malas formas y comportamientos sociales negativos más comunes de los maleducados del siglo XXI. He aquí algunas.

Cómo saludarnos. Comenzando por el saludo, se plantea que existen multitud de formas para decir 'hola' y que dependerán de las circunstancias: estrechar la mano al nuevo jefe, dar dos besos a los suegros. El saludo con besos -así son los británicos- “sólo se utiliza entre amigos y nunca en el primer encuentro”.

Qué no hacer en el transporte público. Las prisas, los horarios laborales y el acelerado ritmo de vida de las grandes ciudades no son excusas: comer en el transporte público es de mala educación, no sólo por la insalubridad, sino porque se molesta con los olores y se puede manchar el espacio que han de usar los demás.



Tampoco es correcto maquillarse en el metro y autobús. Y, menos, pintarse las uñas con esmaltes ultratóxicos o -infinitamente peor- cortárselas.

Los "asientos reservados" son para quien se indica en los iconos: pero sólo el 20% de los pasajeros del Metro de Londres renuncia a su asiento para que se siente una mujer visiblemente embarazada.

El uso del móvil. El uso del móvil no ha de impedir las relaciones directas, la escucha empática o la atención cercana a las personas con las que estamos. Si contestamos un WhatsApp o un correo, no hacemos otra cosa; los extraños que nos rodean no ansían escuchar el *reggaetón* que nos hemos descargado o mantener una conversación por teléfono mientras nos cobra un dependiente o en voz tan alta como si habláramos con ellos. Y hay una docena más de pautas muy concreta que algunos blogueros se encargan de difundir.

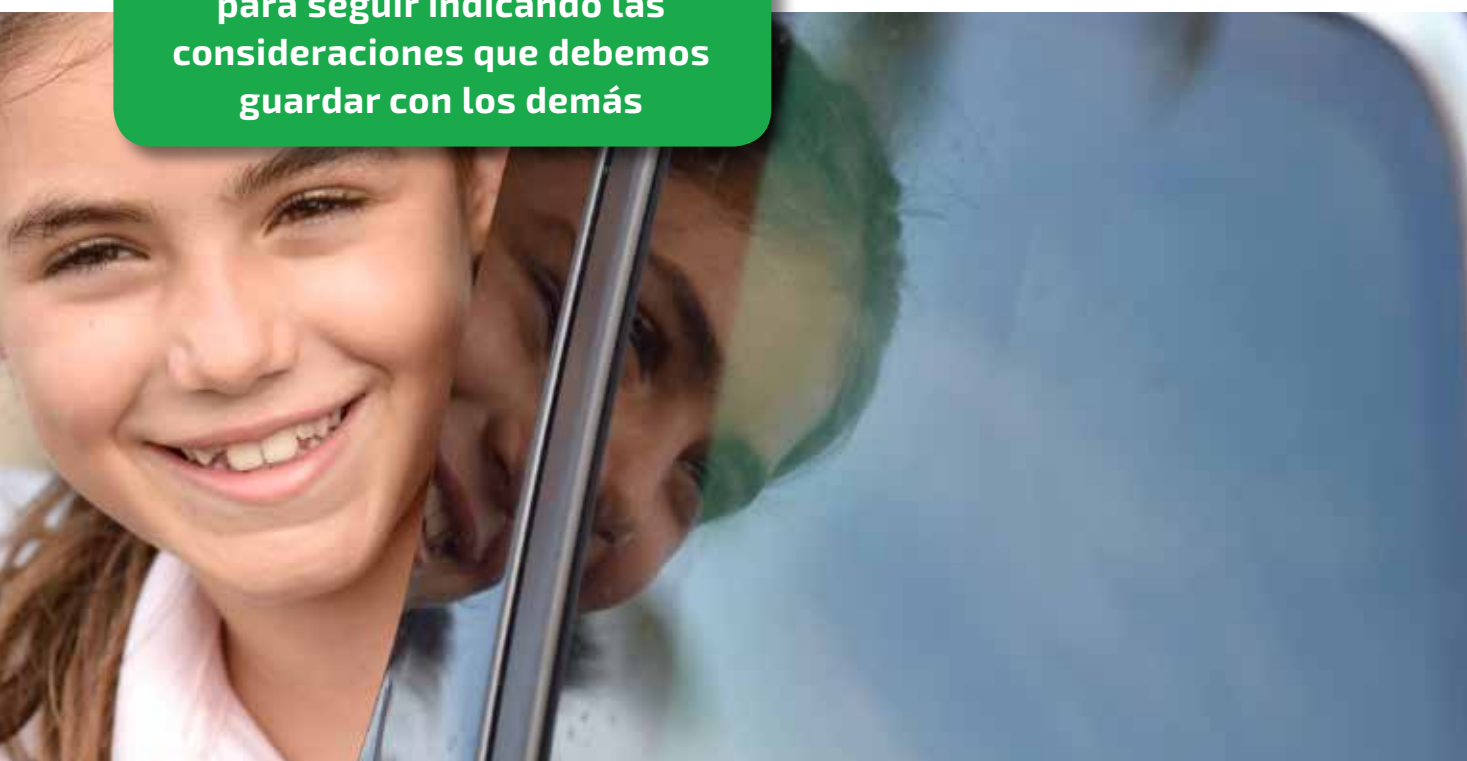
Viaje en aviones, trenes o autobuses. Dicen que, en un viaje relativamente corto y durante las horas de luz del día, "es egoísta reclinar nuestro asiento". El reposabrazos no es de uso exclusivo nuestro y el asiento delantero no está para apoyar los pies.

La urbanidad necesita una adaptación a la época actual para seguir indicando las consideraciones que debemos guardar con los demás

En resumen, **saber comportarse o no en cada circunstancia dice mucho y transmite siempre una imagen de cada persona.** La puntualidad, devolver un saludo, enviar a tiempo una invitación, atender de forma adecuada una llamada, escribir correctamente un mail o mirar a nuestro interlocutor en vez de al móvil son requisitos que no deben descuidarse.

También los nuevos escenarios familiares exigen una nueva forma de relacionarse. El manual de etiqueta para familias del siglo XXI reclama afrontar las relaciones en los nuevos modelos de familia: contar con el nivel adecuado de respeto, comprensión, empatía y, especialmente, de cariño. E incluye normas básicas para tener en cuenta después de un divorcio.

Y hay propuestas y consejos para que, en el correo electrónico, blogs, páginas web, listas y en general en cualquiera de las interacciones del mundo digital se mantengan los sanos principios de urbanidad y buenas maneras: después del triunfo de la oralidad telefónica, se reactivó la comunicación escrita que ha venido de la mano de la Web; el correo electrónico hace necesario recordar algunos elementos clásicos de esa comunicación escrita y pensar en otros nuevos. Todo, para que nuestra convivencia sea cada vez mejor.





Las fronteras del 'yo'

Entre la libertad, la confianza y el respeto

Por Alfonso Echávarri Gorricho

Déjala -le aconsejó Charlie-, ya se le bajarán los humos. Tiene muchos pájaros en la cabeza, esto es lo malo; pero tarde o temprano tendrá que entrar en razón. Además, no creo que lamentemos su ausencia. Los dos necesitan una buena dosis de sentido común. Turnerva por mal camino. ¡Es tan soñador que ni siquiera se preocupa de hacer cortafuegos en sus tierras! Y está plantando árboles. ¡Árboles! Tira el dinero plantando árboles cuando aún no ha saldado sus deudas.

Doris Lessing. *Canta la hierba*

Respeto

Decía R. G. Risch que el “respeto es una calle de dos vías, si lo quieres recibir, lo tienes que dar”. Pero esto, en demasiadas ocasiones, se nos olvida con facilidad, ya que pretendemos a toda costa que nuestro pensamiento, nuestra manera de actuar o tal vez nuestra peculiar manera de sentir, sea algo cuasi universal que, debido a sus bondades indiscutibles, todas las personas a nuestro alrededor debieran de adoptar. Y aunque se nos va la fuerza por la boca al admitir en público que respetamos a los otros cuando difieren de lo que nosotros llevamos en nuestro argumento, la realidad se empeña en demostrar día a día que esto no es tan fácil.

Bien es cierto que en la sociedad en la que vivimos se nos martillea continuamente con eso de ser tolerantes ante cualquier manifestación o conducta que otras personas puedan desarrollar. La pregunta es: ¿todo tiene que ser respetado? ¿Todo pensamiento, todo proceder, es merecedor de respeto? La respuesta no es nada fácil, ya que, si la respuesta es positiva, entonces todo pasaría al ámbito de la opinión subjetiva, alejado de cualquier parámetro relacionado con la ética o con la moral. Si por el contrario la respuesta es negativa, se podría señalar a la persona como intolerante e intransigente. ¿Puede respetarse un pensamiento que defienda la supremacía racial o el terrorismo? ¿Debe respetarse una conducta que denigre o atente a la integridad de otras personas?

Cuando hablamos de respeto, generalmente tendemos a pensar hacia el exterior, es decir, hacia otras personas. Sin embargo, en demasiadas ocasiones perdemos de vista el respeto que cada persona deposita -o no- a sí misma. Tal vez, en

estas últimas décadas **estamos realizando un peligroso trueque entre el respeto y la autoestima**, dando prioridad a la segunda frente al primero. No quiero decir que trabajar en autoestima sea negativo, todo lo contrario, pero separarla del auto-respeto puede colocarla con falta de contenido en la tarea del desarrollo personal. El auto-respeto estaría basado en una línea acorde entre el pensamiento, el sentimiento y la conducta, de tal manera que esta terna contribuya activamente a la autonomía, al autocontrol y a la persistencia en la tarea. En ningún momento, por lo tanto, estamos hablando de éxito en los resultados y tampoco hablamos exclusivamente de sentirnos de una manera o sentirnos de la otra, sino que contemplamos al ser humano no solo como es, sino como puede llegar a ser a través de un compromiso con su propia existencia.

Dignidad

Con frecuencia, las personas nos faltamos al respeto con demasiada facilidad. En algunas ocasiones, a través de conductas que nos rebajan en categoría. En otras, a través de autoetiquetas que sin demasiada cautela nos colocamos y que van marcando y construyendo un entramado contaminado de nuestro autoconcepto. Cuando nos comparamos con los demás, cuando creemos que somos menos valiosos que otras personas, cuando no nos perdonamos los errores que cometemos, cuando nos cosificamos, es entonces cuando no nos respetamos porque es entonces cuando no atendemos a nuestra propia dignidad. Pero tampoco nos respetamos cuando nos situamos por encima de los demás, ya que, es entonces cuando corremos el riesgo de obviar nuestros fallos y nuestra capacidad de mejora, limitando las capacidades de desarrollo personal y de crecimiento.



El respeto hacia los demás no se diferencia mucho de lo comentado con anterioridad. Al fin y al cabo, **se trata de atender a la dignidad de las personas que nos rodean.** Respetar, como ya hemos apuntado, no significa estar de acuerdo con los argumentos o con la peculiar forma de pensar de una persona. Respetar supone reconocer en el otro a un ser único y lleno de posibilidades, con capacidades de acierto, pero también con la posibilidad de error. Es precisamente en este último del que me gustaría realizar algunos comentarios. Parece cierto que el ser humano tiene tendencia a ser más condescendiente con los errores propios que con los ajenos. Vamos, que nos disculpamos con mayor facilidad ante los fallos que podemos cometer. Cuando estos fallos son los demás quienes los comenten, entonces la cosa cambia. Es aquí cuando puede surgir la posibilidad de manifestar el desacuerdo o la crítica y es precisamente en esta posibilidad en la que las relaciones humanas pueden saltar por los aires.

Hemos oído frecuentemente que lo que crea o destruye relaciones no es el qué sino el cómo y, sin embargo, bajo la estela de "decir las cosas de frente", en ocasiones el ser humano causa un daño innecesario. Muchas veces hemos oído: "es que yo soy muy natural, y lo que tengo que decir, lo digo, aunque no guste". Con libertad. Vale, está bien, pero depende. Si lo que dices lo haces con asertividad, es decir, defendiendo tus derechos, pero también velando por los derechos y la dignidad de la otra persona, perfecto, porque aquí ya irá implícito todo un repertorio de conductas que amparan la seguridad y el respeto hacia el otro. Pero si se hace en plan apisonadora, entonces la cosa cambia y podemos ocasionar un mal a las personas totalmente innecesario y sólo explicable por la necesidad de alimentar un ego empobrecido dentro de una personalidad narcisista. Es lo que vulgarmente se conoce a través del neologismo *sincericidio*. El sufijo *cida*, de origen latino, viene a significar algo que mata, si bien podemos también asignar un significado de destrucción. Es decir, un *sincericida* no es alguien que destruye la sinceridad, sino que es una persona que destruye relaciones y ocasiona daño a través de su supuesta sinceridad. El *sincericidio* supone decir lo que se piensa, pero sin cuidar las formas, con un sistema de comunicación agresivo que causa malestar en las personas a las que nos dirigimos. Bajo el deseo de aparentar ser una persona sincera y que lo que tiene que decir, lo dice, esconde a



Un *sincericida* se cree poseedor de la verdad y obligado por la honestidad

alguien que no entiende ni de límites ni de empatía, *verborreando* un exceso de comentarios y de opiniones que en la mayoría de los casos son perfectamente prescindibles, y que generalmente suelen estar fuera de lugar y causan un dolor innecesario. **La sinceridad hacia los demás tiene que ir de la mano de la educación** y del deseo de mejora, de la comprensión y de la aceptación.

Un *sincericida* se cree poseedor de la verdad y obligado por la honestidad. En realidad, lo que está demostrando es tener grandes carencias emocionales y escasas capacidades comunicativas. En ningún momento quiero decir que hablar 'de frente' sea algo negativo. Todo lo contrario. Repetimos que no es el qué sino el cómo. Si ir de frente consiste en atropellar a la otra persona, entonces no estaremos hablando de una auténtica sinceridad, sino de un desconocimiento total de lo que pueden llegar a significar las palabras dichas como dardos.

Lo que define el qué se dice, el cómo se dice, lo que se recibe y el cómo se recibe es la confianza. La confianza es la seguridad que alguien tiene de sí mismo o que deposita en otra persona en base a la experiencia previa basada en situaciones



Respetar supone reconocer en el otro a un ser único y lleno de posibilidades

anteriores. Para tener confianza en otra persona, hace falta gozar de un conocimiento mutuo que permita establecer relaciones asentadas en la transparencia y en la bondad. La transparencia asume que no hay intenciones secundarias ocultas en la relación y la bondad supone que la relación mutua persigue el bien. Es por ello que, si las relaciones se mueven bajo estos parámetros, no existen motivos para que los comunicantes expresen con libertad aquello que valoren como necesario en un contexto determinado y en una situación concreta.

En una serie de investigaciones en relación con la confianza llevadas a cabo en la Universidad de Columbia, en Estados Unidos, y en la Universidad de Brisbane, en Australia, se encontraron dos rasgos que, estando presentes en las personas, dotaban a las mismas de características que les otorgaban con mayor facilidad la confianza de los demás. Estos rasgos encontrados fueron, por una parte, la asertividad y por otra la compasión. De la primera ya hemos hablado anteriormente, así que ahora nos centraremos brevemente en la segunda.

La compasión

Compasión proviene del griego y podría leerse como *sympathia*, de donde pasó al latín como *cum-*

passio, vocablo compuesto por *cum* y *patior*, es decir, 'padecer con'. La compasión se solidariza con el dolor ajeno, en sus diferentes facetas e intensidades, lo entiende y lo comparte como algo propio e intenta aliviarlo. En esto último se diferencia de la empatía, ya que ésta entiende, pero no necesariamente establece un mecanismo de ayuda. Una persona puede empatizar con el sufrimiento de las personas que son rescatadas a punto de ahogarse en el Mediterráneo, pero generalmente no hará nada más por ellos. La compasión, además de empatizar, también genera acciones que van encaminadas a remediar el sufrimiento ajeno. Por ello, una persona compasiva y asertiva, se manifiesta activa frente a lo que ocurre y siempre dispuesta a un mecanismo de ayuda eficaz y dentro de unos parámetros que considera buenos, tanto para ella misma como para los otros. La presencia de estos dos rasgos, compasión y asertividad, garantiza que las relaciones no pasen al campo del abuso de confianza, ya que la persona asertiva sabrá poner aquellos límites que considere oportuno para salvaguardar la lealtad en el vínculo.

La confianza es algo que se va trabajando en el tiempo, fruto de la experiencia en la relación entre dos personas. Sin embargo, también puede perderse con facilidad si las personas no conceden a los otros la capacidad de fallar, de cometer errores y de faltar a la confianza depositada. Si tienes oportunidad, lee la *Carta a un amigo*, atribuida a William Shakespeare, de la cual tomo algunas líneas.

- *"Después de algún tiempo aprenderás la diferencia entre dar la mano y socorrer a un alma y aprenderás que amar no significa apoyarse, y que compañía no siempre significa seguridad.*
- *Después de algún tiempo aprenderás que el sol quema si te expones demasiado. Aceptarás incluso que las personas buenas podrían herirte alguna vez y necesitarás perdonarlas.*
- *Descubrirás que lleva años construir confianza y apenas unos segundos para destruirla y que tú también podrás hacer cosa de las que te arrepentirás el resto de tu vida.*
- *Aprenderás que las nuevas amistades continúan creciendo a pesar de las distancias y que no importa lo que tienes en la vida sino a quien tienes en la vida, y que los buenos amigos son la familia que nos permitimos elegir.*
- *Aprenderás que no tenemos que cambiar de amigos, si estamos dispuestos a aceptar que los amigos cambian".*

*Modelos
actuales
que sigue
la gente*

16

Consecuencias de la mala educación

*“Educa a los niños y no será
necesario castigar a los hombres”
(Pitágoras)*

Por María Guerrero Escusa



Me encontraba en la playa, uno de los días de este verano, acomodada en mi hamaca descansando y disfrutando del sol, cuando asistí a un espectáculo bochornoso. Un grupo de niños de no más de 8 años jugaba haciendo hoyos en la arena, al sacar sus cubos llenos, la tiraban por encima de sus hombros embadurnando a las personas que estaban detrás de ellos. Como era de esperar, un señor se molestó y les llamó la atención: "¡Niños, tened cuidado, echad la arena en otro sitio que nos estáis poniendo perdidos!", a lo que respondió uno de los niños: "¡Pues quítate!" El hombre se levantó de su silleta y se dirigió al niño, pero no tuvo oportunidad de decir nada porque el padre se levantó al mismo tiempo como un energúmeno violento y sin educación ninguna lo frenó: "¡No le da vergüenza, hablarles así a los críos, son niños y están jugando. Si le molestan váyase a otro sitio!" Me quedé atónita. Con la conducta del padre pude entender la del hijo y es que de tal palo tal astilla.

La educación comienza desde la casa. Los niños repiten lo que ven, lo que aprenden a través de lo que llamamos aprendizaje vicario, que es el tipo de aprendizaje que ocurre al observar el comportamiento y los resultados de ese comportamiento de los padres y de otras personas significativas, lo que permite al niño extraer una conclusión sobre qué conductas son más útiles o más dañinas. Se trata de una forma de auto-educación que se produce cuando nos fijamos en lo que hacen los demás para ver lo que funciona y lo que no.

Los padres creemos que la educación se enseña a base de discursos elocuentes sobre lo que se debe o no hacer, lo que está bien o mal, pero no es así, a la segunda palabra el niño ha desconectado del sermón, por eso es muy importante que haya congruencia y coherencia en los mensajes

que damos y predicar con el ejemplo, porque, en palabras de Mahatma Gandhi "No hay escuela igual que un hogar decente y no hay maestro igual que un padre virtuoso".

En la casa, **con la familia, es donde adoptamos nuestros referentes morales**, donde aprendemos no sólo a hacer lo correcto sino a disfrutar haciéndolo, aprendemos a disfrutar del conocimiento, del trabajo e incorporamos valores fundamentales que sustentan nuestra vida, como el valor del esfuerzo, la justicia, la honestidad, el amor y el respeto a las personas. Este aprendizaje que iniciamos en nuestra casa determina nuestra actitud en la vida y no termina nunca, siempre estamos aprendiendo, hasta el día de nuestra muerte, así que el mejor legado que unos padres pueden dar a sus hijos es una buena educación que les permita ser libres, vivir en

armonía, conseguir sus logros y construir su futuro, porque lo que se les dé a los niños, éstos lo pondrán en funcionamiento en la sociedad en la que vivan.

Qué entendemos por mala educación

La mala educación es la conducta social inapropiada y desconsiderada hacia otras personas, signo de falta de madurez psicológica y de una baja empatía, que provoca rechazo social y da una pobre imagen de la persona que la ejerce.

Decía John F. Kennedy que un niño con falta de educación es un niño perdido. Pienso que estamos equivocados cuando relacionamos la mala educación con un bajo nivel cultural. Conozco personas que tienen escasa formación académica, pero que demuestran una gran humanidad en el trato con otras personas y tienen un alto nivel de inteligencia emocional, que Daniel Goleman definió como la capacidad de entender las emociones ajenas, comprender las nuestras propias y gestionar nuestros estados sentimentales a través de cualidades como la empatía, la perseverancia, el control emocional, la capacidad de motivarse a sí mismo o las habilidades sociales.

No le des pescado, enséñale a pescar

Estoy completamente de acuerdo con Roger Lewin cuando dice "A menudo damos a los niños respuestas que recordar en lugar de problemas a resolver". A menudo me sorprendo con algunos alumnos que me preguntan "¿Qué es lo que me tengo que estudiar?" Están acostumbrados a que les digan que subrayen lo que tienen que memorizar y no prestan la más mínima atención al resto del texto, ¿cómo van a desarrollar un pensamiento crítico si sólo nos basamos en la memoria a la hora de aprender? Les damos todo masticado, queremos facilitarles el camino sin darnos cuenta de que, en realidad, les estamos impidiendo que se capaciten para romper las cadenas que les mantienen presa la mente y aprender a entender, porque cuando uno es consciente de lo que hace y más importante, para qué lo hace, su voluntad se fortalece.

Una buena educación es aquella que se enfoca en ayudar al niño a descubrir sus capacidades y fomentar sus aptitudes para que las pueda llevar a la realidad. Flaco favor les hacemos cuando intentamos ir por delante de ellos para evitarles las dificultades

y los tropiezos, los infantilizamos y les impedimos que puedan desarrollar mecanismos de afrontamiento que necesitarán para enfrentar y afrontar situaciones complicadas a lo largo de su vida.

El valor de los límites

Actualmente existe mucha confusión en el modo de educar, los padres buscan ser los 'colegas' de sus hijos, cuidan que no se traumatizan si les niegan sus deseos o se enfadan por sus comportamientos, pataletas o faltas de respeto, justifican su exceso de tolerancia con la idea de que hay que darles total libertad de acción para que sean libres, pero eso no es libertad, la libertad no es hacer lo que les dé la gana a costa de lo que sea, así nos encontramos con pequeños dictadores que agreden e insultan a sus padres, a sus compañeros y a sus profesores.

Las normas y los límites en el contexto familiar son necesarios y suponen uno de los factores de protección más significativos para reducir la probabilidad de aparición de conductas de riesgo, tanto en la infancia como en la adolescencia. El establecimiento de límites y normas claras y razonables, ayuda a los niños a sentirse tranquilos, seguros y amados, a sentir orden y estabilidad, facilita su autocontrol emocional expresando sus necesidades, potencia su capacidad de discernimiento entre lo correcto o incorrecto, definen sus



derechos y obligaciones, aumenta su capacidad de tolerancia a la frustración, necesaria para madurar, les permite tener una convivencia más organizada. A través de los límites el niño descubre la existencia del otro y por tanto comienza a tener contacto también con su propia existencia, hasta dónde tú y hasta dónde yo, cómo eres tú y cómo soy yo. Este conocimiento le permite construir una estructura de personalidad firme y sólida, capaz de organizar su vida en función de un proyecto y de la toma de decisiones coherentes y responsables.

Una buena educación es aquella que se enfoca en ayudar al niño a descubrir sus capacidades

La tendencia de niños y adolescentes es la resistencia a los límites, van a poner a prueba la paciencia de sus padres en un intento constante de saltarse las normas, sin embargo, si aprenden la importancia de los límites, será básico para su buena educación y sus relaciones futuras porque serán capaces de establecer sus propios límites, respetar los de los demás y asumir la responsabilidad de sus propias acciones y emociones.



Modelos que promueven la mala educación

La falta de valores, de respeto por las normas, el desprecio a la autoridad, la exigencia, el materialismo, el individualismo, son algunas de las consecuencias de los modelos de aprendizaje que tienen las últimas generaciones.

Modelos familiares que muchos padres y madres trasladan a sus hijos, quizá porque el ritmo de la vida así lo impone, están demasiado ocupados e intentan compensarlos dándoles todo lo que quieren sin que les cueste esfuerzo alguno, dedicándoles poco tiempo de calidad, comportándose de forma excesivamente permisiva, relacionándose entre ellos con una comunicación superficial y en muchos casos disfuncional y manteniendo una convivencia carente de valores que les sirva de sostén y sustento para sus vidas. Esta forma de vida conlleva que los niños aprendan que “todo el monte es orégano”. Aprenden muy pronto cuáles son sus derechos, que exigen ya de pequeños por medio de pataletas; de adolescentes con la rebeldía y la violencia; y de mayores obviando o mostrando nulo respeto hacia los demás, porque lo importante, lo que verdaderamente les importa, es salirse con la suya. Lo que no aprenden es que junto a sus derechos también están sus obligaciones. La falta de límites y de disciplina hace que se conviertan en grandes dictadores, personas autoritarias e impositivas que amenazan con furia y en muchos casos con violencia para conseguir lo que quieren, porque son incapaces de contener su ira ante la frustración, “lo quiero y lo quiero ya”. Últimamente crece el número de padres que se han visto obligados a denunciar a sus hijos, que les tienen miedo y no saben cómo manejarlos.

Modelos del sistema educativo que enfatiza el aprendizaje sin prestar demasiada atención a las personas a fomentar los valores necesarios para vivir en sociedad. La mala educación se manifiesta en las aulas continuamente, sólo tenemos que ver el *Telediario* para encontrarnos noticias de acoso escolar o *bullying* en los patios de los colegios, niños agresores que graban sin pudor los ataques para difundirlos en las redes y que mantienen a sus víctimas aterrorizadas hasta el punto de pensar y, en algunos casos, materializar un suicidio. Acoso y violencia contra los profesores, que son agredidos por los alumnos y más grave todavía por los padres de éstos, que no dudan en menoscabar y despreciar la autoridad de los profesores delante de sus hijos.

Modelos sociales, promovidos por una sociedad individualista y consumista, carente de valores. En esta sociedad moderna en la que ser *youtubers* o *influencers* es la profesión deseada por miles de adolescentes que ven cómo, sin ningún tipo de esfuerzo, uno se puede hacer rico, sólo por estar conectado desde su habitación jugando a videojuegos o contando sus cosas en redes sociales, la forma más usual de comunicación entre los jóvenes. Si a esto le unimos el modelo de los famosillos de turno que ganan popularidad por ser guaperas, tener buen cuerpo o simplemente mucha caradura, sin formación alguna, sin que tengan que ganarlo hincando codos ni les cueste esfuerzo, pero que ganan dinero sólo por exhibirse.

Las normas y los límites en el contexto familiar son necesarios

A los jóvenes actuales nos les falta ningún capricho, llevan sus móviles, de última generación por supuesto, si sus amigos los llevan ellos también, están conectados a las redes sociales sin control por parte de sus padres y sin conciencia de que las redes pueden ser auténticas bombas de relojería en las que abundan peligros de todo tipo, acosos sexuales, provocaciones, mentiras y más mentiras, porque en las redes sociales cada uno puede ser quien quiera ser y satisfacer su narcisismo. Los niños y adolescentes son el reflejo de la sociedad que los educa.

Modelos de comunicación, que dejan mucho que desear, que promulgan la mala educación con graves consecuencias. En algunas cadenas, con alto nivel de audiencia, vemos cómo los participantes en mesas de debate se hablan sin el mínimo respeto, se interrumpen, hablan con un lenguaje soez, a gritos e incluso se insultan y critican de forma maleducada, vulgar y desconsiderada.

Una de las consecuencias peores de la mala educación es la ignorancia, que lleva aparejada toda clase de comportamientos disruptivos como la violencia, los abusos, los malos tratos, que en muchos casos ya comienzan en el seno intrafamiliar y desproveen a los maleducados de respeto hacia sí mismos y hacia los demás.

Llegados a este punto tal vez deberíamos preguntarnos ¿Qué ejemplo queremos que aprendan los niños? ¿Qué tipo de sociedad queremos construir? Hagamos lo que está en nuestra mano.

Es necesario acabar con la ignorancia y fomentar la buena educación, porque la educación supone el desarrollo de las capacidades y potencialidades de las que la naturaleza de la persona es capaz, por eso, es necesario regular el sistema, es necesario retomar y potenciar la educación en valores desde todos los ámbitos, familia, colegio, sociedad, comunicación. Promover la cultura, los buenos modales, la solidaridad, el esfuerzo y la disciplina para frenar las consecuencias de esta mala educación que, si no hacemos nada para remediarlo, seguirá creciendo de día en día.



Todo empieza en casa

La familia, escuela de vida y convivencia





Platón es, sin duda, uno de los más sólidos pilares de la cultura occidental. Tal vez exagerara B. Russell cuando afirmó que todo lo que se había escrito después del gran filósofo ateniense, eran simples notas a pie de página del más ilustre de los discípulos de Sócrates. Pero lo que nadie podrá negar es que se trata de uno de los personajes más influyentes en la historia del pensamiento y... de la educación. Insiste Platón en la importancia de que ésta se iniciara en los pequeños desde su más tierna edad, en que no se excluyera de ella a las niñas, que se les educara mediante el juego, que, evitando la humillación que, como los castigos a los esclavos, provoca resentimiento y deseos de venganza, se aplicaran correctivos proporcionados para que no se volvieran excesivamente blandos y caprichosos... Sea, como sea, tampoco debió creer que eso de la educación fuera cosa fácil pues dejó escrito que "cualquier hombre es capaz de tener hijos, pero no cualquiera es capaz de educarlos"...

22

Tarea harto difícil

Y es que hay pocas tareas tan complejas como la de la educación. Lo saben bien quienes se dedican profesionalmente, en escuelas y centros educativos, a la formación de niños y adolescentes; y lo saben bien los padres y madres que acompañan a sus hijos en el apasionante proceso de su formación intelectual y moral.

Especialmente difícil porque los contextos en que deben ejercer su función educativa no son demasiado propicios, ni parecen gobernarse por criterios de excelencia. Si nos ceñimos al tema de este número de *A Vivir*, "los buenos modales", deberemos reconocer que no son éstos precisamente los que proliferan ni en los medios de comunicación, ni en los distintos espacios en los que se desarrolla nuestra vida. Según una reciente encuesta publicada por la cadena americana CNN, el 79% de los entrevistados opinaba que en la actualidad la falta de cortesía, la ausencia de modales y los comportamientos desconsiderados de unos con otros constituyen un problema muy serio que daña gravemente la convivencia. Un problema que genera fuertes sentimientos de desconfianza que nos inducen a ver en quienes nos rodean sujetos extraños, personas indiferentes a las que nada debemos y de las que nada nos cabe esperar.

Pero quizá no haga falta irse lejos para comprobarlo. Cualquiera puede observar que los comportamientos y el lenguaje del personal son cada vez más ramplones, mucho más próximos a la grosería que a un mínimo atildamiento. A veces da **la impresión de que se quiere transmitir que el recurso a términos soeces es lo propio de gente 'superguay'**, que se han instalado en la postmodernidad y el progresismo. Mientras escribo estas páginas enciendo el televisor y me encuentro un programa, *Sálvame Naranja*, en el que una de las bien pagadas protagonistas se levanta airada de su butaca y proclama: "¡Igual que te he defendido, me puedo cagar... en!"..., Así entre gritos, interrupciones y, ¡oh sorpresa!, entre aplausos de la concurrencia que celebra la cochambrosa pasión con que se expresa esa tal contertulia...

Pero, desgraciadamente, no hay que reparar sólo en ese tipo de programas que algunos consideramos basura. En el mismo Congreso de los Diputados, sede de la soberanía popular, va abriéndose paso un cierto desaliño en el discurso y en la indumentaria que a no pocos nos parece inquietante. No es que vayamos a exigir que todos emulen la oratoria de Castelar y vayan vestidos de Armani, pero digo yo que sí sería exigible el mantenimiento de cierta compostura en el hablar, en la forma de relacionarse y en el vestir. No creo que

la exhibición de sobacos sudados o expresiones tabernarias como “me la suda” o “me la refanfinfla” sean de recibo. Quien crea que así conecta con la gente revela, por una parte, una pésima educación y, por otra, da a entender que atribuye un bajísimo nivel de sensibilidad a aquellos a quienes se dirige, pues hay que tener muchas tragaderas para admitir como normal ese tipo de lenguaje barriobajero y gratuitamente trasgresor de las más elementales normas de cortesía.

Y, desde luego, y si pensamos sobre todo en los más jóvenes, no creo que ese tipo de conductas tengan nada de ejemplarizante. Siendo éste el panorama, no debiera sorprendernos que quienes utilizan en su trato con los demás expresiones mínimamente cultas o simplemente aseadas corran el riesgo de ser tachados de carcamales, sabidillos o pedantes. Que hasta ese extremo de tontuna y de ‘modernidad’ impostada podría muy bien llegarse...

Los comportamientos y el lenguaje del personal son cada vez más ramplones

Los padres deben fomentar los buenos modales

Pero frente a estilos cutres y soeces no olvidemos que los buenos modales no son puros ‘formalismos’. Son mucho más que eso porque expresan respeto, interés por el otro, delicadeza... son una verdadera expresión de lo mejor de nosotros mismos. Atinó, sin duda, Jean de la Bruyère, escritor y moralista francés del siglo XVII, cuando afirmó que “Los modales corteses hacen que el hombre aparezca exactamente tal como debiera ser su interior”. Y es que, si como decía Ortega y Gasset, “La claridad era la cortesía del pensamiento”, los buenos modales serían “la cortesía del espíritu”, el reflejo de la finura del alma, una formidable expresión de consideración y respeto hacia los demás. Así lo admite también el escritor indio, J. Krishnamurti, comprometido en la búsqueda de un nuevo paradigma social en el que fuera posible mejorar las relaciones humanas: “El modo como se comportan, los modales que tienen cuando están con los amigos, la manera como hablan de

otros... Todas esas cosas importan porque señalan lo que son ustedes internamente, indican si hay o no refinamiento interior. Una falta de refinamiento interno -concluye- se expresa en la degeneración externa de la forma”.

Preciso será **recuperar la conciencia de la importancia que tienen lo que antaño se llamaban normas de educación o reglas de urbanidad**. Urgente que los padres transmitan a sus hijos la gran importancia que, en su comportamiento social y familiar, van a tener siempre las buenas formas, la conducta deferente hacia el otro, pues quizá atinara Cervantes cuando recomendaba que “en la cortesía antes se ha de pecar por carta de más que por carta de menos” ... El hogar, una vez más, convertido en verdadera escuela de convivencia en la que los padres ocupan, sin complejo alguno, la cátedra desde la que se transmiten normas y valores que contribuyen a hacer la convivencia más armónica, más rica y, en consecuencia, más agradable.



Hijos ejemplares

Trabajar, en consecuencia, para que nuestros hijos sean ejemplares en su modo de comportarse no es sólo una meta a la que aspirar. Es también un deber inexcusable al que ningún padre responsable debiera dar la espalda. Transmitirles valores que los vertebran como seres humanos y normas de comportamiento que los preparen para actuar de forma correcta en las más variadas circunstancias. Con todas las limitaciones que pueda tener la acción educativa de los padres en sociedades tan complejas como las nuestras, en las que tantos agentes poderosísimos tratan de ejercer su influencia sobre los menores, no cabe duda de que su papel sigue siendo determinante y que lo que ellos digan, y sobre todo hagan, nada tiene de irrelevante de cara a la forma en que habrán de proceder cuando sean adultos. Ellos son, no debieran olvidarlo nunca, sus primeros referentes y el espejo primero en el que los más pequeños pueden observar formas de actuar y modelos de relacionarse. Lograr el éxito o fracasar en este empeño, nada tiene de baladí. No me resisto a traer a colación el aviso a navegantes del escritor suizo del siglo XIX, J. Petit-Sean que dejó escrito: "Los hijos se convierten para los padres, según la educación que reciban, en una recompensa o en un castigo". Tampoco olvido el *Libro de Sirácida o Eclesiástico*, escrito unos 200 años a.C., estructurado en forma de un padre que alecciona y da buenos consejos a su hijo, nos ofrece algunas perlas que no estaría de más considerar. Como muestra, un botón: "Es vergüenza para un padre engendrar un hijo mal educado".

Educación en los pequeños detalles

Y no se trata, en ningún caso, de buscar exquisites formales fuera de lugar o conductas alambicadas que pueden enmascarar, a veces, frialdad y distancia. Nada de eso. Se trataría de comprender que con esos pequeños detalles que forman parte de eso que hemos llamado "buenos modales" expresamos que nos importan los demás, que no nos son indiferentes. Recuerdo haber leído una anécdota que, si la memoria no me falla, se atribuía a San Francisco de Sales, patrón de los periodistas. Se le acercó en cierta ocasión un jovencito pidiéndole que le diera alguna orientación para ser mejor, para ser más perfecto. El buen muchacho seguramente esperaba que el sabio doctor de la Iglesia le propondría la realización de acciones heroicas o el emprendimiento de empresas más o menos sublimes que habrían de darle lustre y le proporcionarían la certeza de que estaba persiguiendo la perfección... Pues nada de eso. El

ilustre capuchino sonrió complacido a aquel joven con ansias de perfección y se limitó a decirle: "Si quieres ser mejor, comienza por cerrar la puerta sin hacer ruido cuando abandones esta estancia".

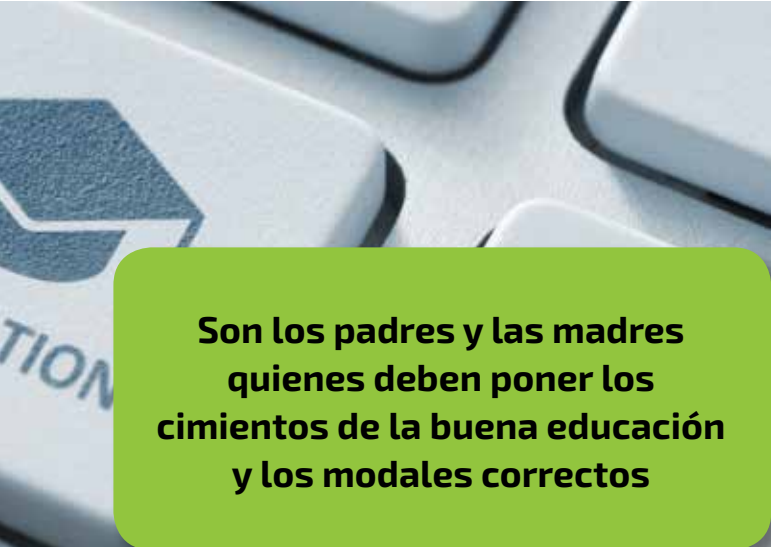


No me negarán que se trata de un consejo cargado de sabiduría: la perfección no está en las grandes hazañas, en la realización de hechos heroicos que puedan producir admiración y reportarnos aplausos. Está, más bien, en los pequeños detalles, en las formas delicadas con que nos dirigimos a los demás para hacerles la vida más confortable. La cortesía, el trato correcto, las buenas formas son como una especie de aceite que lubrica los complejos engranajes de la maquinaria social y hace que ésta funcione armónicamente sin estridencias, ni chirridos... ¡Cuantísimos problemas generados por la falta de respeto al otro podrían evitarse con una palabra amable, con una expresión cortés o con un gesto de cálida simpatía!... Que ya dice la sabiduría popular, y dice bien, que "se cazan más moscas con una gotita de miel que con un barril de vinagre".

Las responsabilidades paternas

Una vez más habrá que apelar a la responsabilidad de los padres. **La educación es algo que no debemos dejar en manos de la televisión**, cual si fuera la verdadera nodriza de los más pequeños. Por ella pululan, a ello aludía líneas más arriba, personajes no siempre ejemplares que se interrumpen, que se gritan, que se faltan al respeto, que pretenden hacerse el gracioso con conductas infumables de las que no se excluyen eructos, términos absolutamente soeces o gestos procaeces que hieren el más elemental sentido del pudor. Son, por el contrario, los padres y las madres

quienes deben poner los cimientos de la buena educación y los modales correctos para que quienes hoy son niños se conviertan en el futuro en ciudadanos ejemplares, ciudadanos intachables



Son los padres y las madres quienes deben poner los cimientos de la buena educación y los modales correctos

que reparen en los demás y se porten con ellos de la forma más cuidadosa que les sea posible. Con tal propósito, me permito apuntar, ya concluyendo este artículo, algunas normas básicas que podrían convertirse en hábitos de comportamiento dentro del hogar. En sus manos quedará transmitir las con tacto, paciencia y, sobre todo, como volveré a insistir, con el propio ejemplo:

El hábito de la puntualidad: Hacer esperar a aquellos con quien se ha quedado, salvo en situaciones que no era posible prever, es una falta de respeto, una desconsideración hacia el valor del tiempo de los otros. Los niños deben saberlo desde su más tierna infancia y esforzarse por evitarlo.

Saludar debe convertirse en un hábito de la vida diaria. Saludar a los papás, a los amigos, a los vecinos con quien uno se encuentra, al conserje de la finca... Saludar cortésmente a los demás tiene la fuerza mágica de hacer caer barreras, acortar distancias y hacer que los demás se sientan respetados y reconocidos.

Pedir las cosas "por favor" denota finura espiritual y reconocimiento del otro que no es un 'esclavo' a nuestro servicio y merece le sea reconocida la ayuda que, sin estar obligados a ello, nos presta o nos puede llegar a prestar.

Dar las gracias es otro de los hábitos básicos en que debe ser adiestrado un niño. Es una forma

de enseñarles a reconocer lo que los demás hacen por él, de que aprendan a leer el cariño que hay detrás de un regalo, de una comida que les gusta especialmente, del postre sorpresa que les ha preparado el papá o la mamá, o simplemente del juguete que les ha prestado un amigo o del piropo amable que les ha dirigido un vecino.

Pedir disculpas a los papás cuando en algún momento se les haya podido faltar al respeto, a los profesores si no se ha tenido en cuenta sus indicaciones, a los mismos compañeros cuando se les haya podido ofender o a la gente con que se encuentran cuando, aún sin pretenderlo, les han causado alguna molestia.

Con el propio ejemplo

Estos y otros pequeños detalles de similar naturaleza como el comportamiento adecuado en la mesa, pedir permiso para entrar en una habitación ocupada, devolver las cortesías de que somos objeto o despedirse adecuadamente de aquellos con quienes se han compartido espacio, tiempo o diversión les deben ser enseñados a los niños con tanta delicadeza como perseverancia. Explicándoles las ventajas que para ellos y para quienes les rodean tiene la práctica de ese tipo de conductas, estando atentos para reforzarles cuando hacen las cosas bien, corrigiendo, por supuesto cuando es preciso, las conductas inapropiadas, las malas palabras, los gestos impropios o expresiones más o menos groseras que los niños han podido oír fuera del hogar y repiten sin entender demasiado su significado. Pero, sobre todo, dando ejemplo. Esa y no otra es la clave. No parece que tenga mucho sentido reclamar de los niños comportamientos cívicos que los adultos no practicamos. En esto como en todos los demás aspectos de la educación se nos exige a los adultos coherencia con aquellos valores que pretendemos transmitir. Todo padre, como es bien sabido, se convierte para sus hijos, preténdalo o no, en un modelo permanente de conducta, en el más genuino de los prototipos. Sólo educamos verdaderamente cuando practicamos aquello que predicamos. El mecanismo educativo más eficaz, de ello cabe poca duda, es el ejemplo. En cualquier caso, en esto de la educación en modales hay una tarea por delante que merece la pena no descuidar. Todo el mundo reconoce que en los tiempos actuales éstos escasean, pero todo el mundo reconoce también que si todos los practicáramos la convivencia sería mucho más grata. No estaría de más hacer lo posible porque así fuera.

“Ni cafres, ni petimetres”, simplemente bien educados

La falta de educación
en la juventud actual

Por José Luis Rozalén Medina



La juventud, escribe Gregorio Marañón, en su obra *Raíz y decoro de España. Ensayos liberales*, "es la época en que la personalidad se construye en moldes inmutables. Y, además, la única ocasión en que puede realizarse. Toda la vida seremos lo que seamos capaces de ser desde jóvenes. Podrá llenarse o no de contenido eficaz el vaso cincelado en estos años de rebeldía, pero el límite de nuestra rebeldía está ya para siempre señalado... El joven debe ser crítico, duro, fuerte, tenaz... pero poco a poco debe ir construyendo su verdadera y original personalidad, que se debe basar en unos valores e ideales superiores, y en asimilar unas normas de educación, comportamiento, y de saber estar y hablar".

La preocupante realidad que nos rodea

La experiencia diaria personal y lo que nos ofrecen a menudo los distintos medios de comunicación son ejemplos evidentes de actitudes y comportamientos ineducados de muchos jóvenes-adolescentes que, en realidad, son copia exacta de las actitudes y comportamientos de determinada gente adulta (de mucha gente adulta). Gente vociferante, que habla a gritos en cualquier sitio, normalmente vestida con sospechoso mal gusto y que alardea de ello, masa que 'ni exige ni se exige', que 'desprecia cuanto ignora', que no respeta el turno de palabra en los debates o conversaciones, pagada de sí misma y de su insondable incultura, gente que no sabe escuchar, irrespetuosa con las normas de hablar y de convivir; en una palabra, gente que compone una sociedad en donde "los buenos modales se ridiculizan, la vulgaridad se impone por doquier y, además, se tiene a gala ser vulgar", como escribe certeramente Ortega y Gasset en *La rebelión de las masas*.

Observamos también con preocupación que aumentan por doquier las violaciones incontroladas y brutales, los abusos sexuales machistas, los juegos eróticos entre chicos y chicas cada vez más atrevidos y procaces, el lenguaje descarado y soez... Nos damos cuenta de que se repiten con mucha frecuencia en cualquier calle o plazoleta los 'botellones' despendolados y caóticos, percibimos el olor a orines y basura por todos los rincones por donde

se mueve esta 'fauna incontrolada', sufrimos los ruidos y voces insoportables que provienen de bares y salones de juegos y apuestas (otro grave problema que se está agudizando entre los adolescentes), las músicas estridentes a cualquier hora del día o de la noche que no respetan el elemental derecho al descanso y el silencio de los demás...

Esta situación caótica la describe perfectamente el escritor francés Gilles Lipovetski en su obra *La era del vacío*: "La violencia de clase ha cedido el paso a una violencia de jóvenes desclasados, que destruyen sus propios barrios y calles, por el mero placer de destruir, sin ideología conocida, con mucho odio acumulado contra una sociedad que, según ellos, les da la espalda. El ideal moderno e ilustrado de tener que acatar como modelo de comportamiento unas 'reglas racionales colectivas' ha sido pulverizado por estos jóvenes en un 'desaforado individualismo irrespetuoso' cuya única meta es 'hacer lo que les venga en gana', despreciando las más elementales normas de urbanidad y educación".

Se emplean palabras y frases malsonantes en todos sitios y circunstancias, en conversaciones privadas y menos privadas; **se airean lenguajes zafios y pobres en muchos programas de radio y televisión**, empleados habitualmente sin ningún tipo de pudor o vergüenza por los personajes y personajillos, famosillos y famosillas, que por allí pululan. Y este feo estilo lo copian los jóvenes.

Algunos estudios interesantes

Escribe el profesor y sociólogo Juan González-Anleo en su bien documentado artículo *Educación y Futuro*, que los jóvenes se encuentran en una encrucijada socioeconómica y cultural que condiciona su forma de ser y comportarse como ciudadanos... Su cultura actual es blanda, de virtudes 'débiles', con una notable incapacidad para el compromiso, enervada para la permisividad y la complacencia, rasgos típicos de una generación mimada ('estropeada' por sus mayores) que no han tenido el coraje de decir "no" a sus hijos desde pequeños siempre que fuera necesario. El 'relativismo moral' (todo depende de las circunstancias, del momento), el individualismo, el pragmatismo, la exigencia (no ruegan, solicitan, demandan: exigen siempre), la indisciplina, el vandalismo callejero, el ruido insoportable en las zonas de diversión, el deterioro del lenguaje y las normas de educación y urbanidad... son características muy frecuentes en los jóvenes actuales.

En uno de los Informes anuales que emite el Defensor del Pueblo se dice que entre muchos de los jóvenes-adolescentes de entre 12 y 16 años "existe una situación generalizada de falta de interés, atención, esfuerzo, ausencia de objetivos claros en su vida, que aumentan los malos tratos y desprecios frecuentes a padres, abuelos, maestros, jueces, médicos". Se expresa allí también que los buenos modales, el uso de un lenguaje claro y respetuoso, los comportamientos adecuados y correctos van desapareciendo lamentablemente, y cada vez aumenta la zafiedad y la mala educación. "Quiero esto y lo otro, y lo quiero ya", parece ser el único y egoísta planteamiento vital de estos jóvenes.

También, en una investigación llevada a cabo por la Universidad de Salamanca, titulada *Juventud a la deriva*, se sabe que el 23% de los jóvenes españoles entre 14 y 18 años ha cometido alguna vez actos vandálicos, un 38% ha participado en peleas, un 30% conduce sin carnet, el 65% bebe alcohol los fines de semana y fuma habitualmente, un 28% consume marihuana o hachís, y un 4.4% consume cocaína. Además, estos grupos presentan un estilo de vida, de vestimenta, de lenguaje, de comportamiento social muy pobre, de muy baja calidad.

Estoy seguro, por supuesto, que no son todos los jóvenes, ni mucho menos, los que así



actúan: da gusto ver a tantos chicos o chicas en el Metro, en el autobús, en otros lugares públicos, levantarse rápido para que se siente una persona mayor; jóvenes que van leyendo, que conversan amigable y educadamente, que saben estudiar y pensar, saben hablar, saben convivir, saben divertirse, saben hacer deporte, saben cultivarse... De todo eso estoy seguro y esas actitudes alimentan nuestra esperanza en la sociedad del mañana.

Pero es un hecho evidente que se están produciendo, cada vez con más virulencia, actitudes y comportamientos negativos y torpes, claro exponente, como he dicho más arriba, de la permisividad y la falta de educación que podemos observar en la sociedad en general. No se trata de ser 'estirado', 'chic', pedante, raro, creído, petimetre..., ni tampoco un cafre, un bruto, una acémila, un cenutrio... sino de ser simplemente un joven educado, inteligente... y feliz.

La familia y la escuela en la base de la educación

Los valores y los fundamentos de la convivencia y la educación, las "buenas maneras" que antes se iniciaban en la familia y seguían en la escuela, se han ido difuminando y perdiendo. Hay niños y adolescentes desvergonzados y mal educados, "verdaderos tiranos caprichosos" que "hacen de



Las buenas maneras que antes se iniciaban en la familia y seguían en la escuela, se han ido difuminando

su capa un sayo” y atormentan a los que están a su alrededor. Sus papás y mamás (no todos, por supuesto), erróneamente, los han protegido y los protegen en todo momento, olvidando que ellos son la autoridad moral que debe marcar pautas de comportamiento y estilo. Ellos y su maestros y educadores. Familia y escuela unidas. Si estos progenitores piensan y enseñan que “sus hijos/as siempre tienen razón”, “que no hay que contrariarlos nunca”, “que no deben saber en carne propia lo que es la obligación, el deber, la responsabilidad”, no hay esperanza alguna para nuestra sociedad. Seguiremos enfermos. Nunca podremos avanzar.

Las llamadas “pedagogías de la permisividad y de lo lúdico”, las “didácticas de los paños calientes” han creado multitud de chicos y chicas mal educados y caprichosos, sin disciplina, sin iniciativa, indolentes, que no tienen ninguna capacidad de esfuerzo, de estudio, de control, de respeto, de exigencia... Se les ha dado todo tipo de caprichos: consolas, móviles, regalos, viajes..., se les ha permitido todo, no se les ha exigido nada, y se han convertido en “tiranos insaciables, y a la vez débiles” que van a ninguna parte, y que, en definitiva, desprecian y humillan al que está a su lado sin ponerles freno.

Me parecen muy oportunas las palabras del sociólogo Alejandro Navas cuando escribe que el “asilvestramiento de las nuevas generaciones” se debe, entre otros factores, a los ecos de la “pedagogía antiautoritaria y emancipadora” que se impuso en Europa en los años 60-70, y en España especialmente a partir del 1975. La sociedad se hizo refractaria a las normas o pautas en la educación: Ya desde el jardín de infancia se abogaba, como principal norma educativa, por la espontaneidad y el ludismo, por prescindir de programas y materias, de autoridades y exigencias, de exámenes y controles, de tal forma que los jóvenes crecían en la desorientación y la inseguridad. Está claro que una vida social y una educación sin pautas y normas elementales de comportamiento son insostenibles y producen inexorablemente individuos caprichosos y sin rumbo.

Porque educar es otra cosa: educar es ayudar a una persona a ser íntegra, armónica, completa, exigente consigo mismo y con los demás; educar es ayudarle a desarrollar al máximo el talento y las capacidades que cada uno tiene en su interior. Eso exige trabajo, estudio, talento, creatividad, respeto, esfuerzo... No pereza, ni capricho. Y, si se hace así, entonces esa educación producirá verdadera felicidad, producirá una profunda e íntima satisfacción personal, que nada tiene que ver con la desorientación, el capricho, la vaguería, la falta de voluntad.

Paseo entre trigales

En la tranquila y serena mañana de mi pueblo castellano camino entre trigales y barbecheras. Campos verdes y oro de girasoles altivos, rastros amarillentos que acaban de entregar generosamente al labrador su cosecha de verano, laderas ocre y reseca de los ‘cerretes’ cercanos saludan al AVE que, raudo y veloz, atraviesa la mañana en dirección a otros parajes más cosmopolitas: Madrid, Valencia, Alicante... Pronto vuelve el silencio y la paz al campo. Sigo andando. Me paro a charlar del tiempo, de las cosechas, de la vida... con un agricultor de mi pueblo que emplea palabras limpias, hondas, sabias: cierzo, solano, pedrisco, lluvia, esperanza... Me despido de él. Llego al pueblo. Una pandilla de adolescentes-veraneantes que ha llegado de la capital para las fiestas patronales vocifera torpemente. Se gritan desafortunadamente entre ellos: “Imbécil, gilipollas, hijo-puta, vete a tomar..., me la suda”... Y así. Comparo los modales y las



palabras del labrador con las de estos chicos y chicas... y no puedo dejar de sentirme triste por su futuro y por el futuro de nuestra sociedad con estos mimbres.

Unos pequeños gestos que nos ayudarían

No sería tan difícil. Si nos propusiéramos realizar unos pequeños gestos de buena voluntad, todos, niños, jóvenes y mayores, podríamos mejorar nuestras relaciones de convivencia y educación. La vida sería más sencilla y feliz. Si enseñásemos con el ejemplo a nuestros jóvenes a pedir las cosas por favor, si moderásemos el tono de la voz al hablar, si nos sentásemos y dialogásemos adecuadamente en los restaurantes y sitios públicos, si nos vistiésemos correctamente, según el momento y el lugar en que nos encontremos, si saludásemos a la gente conocida con la que nos cruzamos por la calle, si pidiésemos disculpas, si diésemos un primer paso para resolver conflictos o malentendidos, si cediésemos el asiento en el transporte público a las personas con problemas, si diésemos las gracias, si dejásemos salir antes de entrar, si saludásemos al entrar en un establecimiento público, si apagásemos el móvil en sitios públicos o cuando estamos con otras personas, si agradeceríamos a los conductores el que se paren en los pasos de cebra, si ayudásemos a las personas con problemas (embarazadas, personas con discapacidad...) Si realizáramos estos o parecidos gestos, todo iría mejor y la vida sería mucho más agradable y llevadera.

Educar es ayudar a una persona a ser íntegra, armónica, completa

Me gusta lo que el filósofo Lou Marinoff escribe en *Pregúntale a Platón* cuando explica que hay que enseñar a los jóvenes desde muy temprana edad que ningún insulto, ninguna situación agresiva, ningún ataque furibundo, ninguna palabra grosera debe ser causa suficiente para una respuesta violenta, para una contestación malsonante o de mal gusto; debemos ayudarles a cultivar su 'sentido interno de mérito moral', su 'valor intrínseco, su dignidad personal' por encima de cualquier opinión externa descalifica-

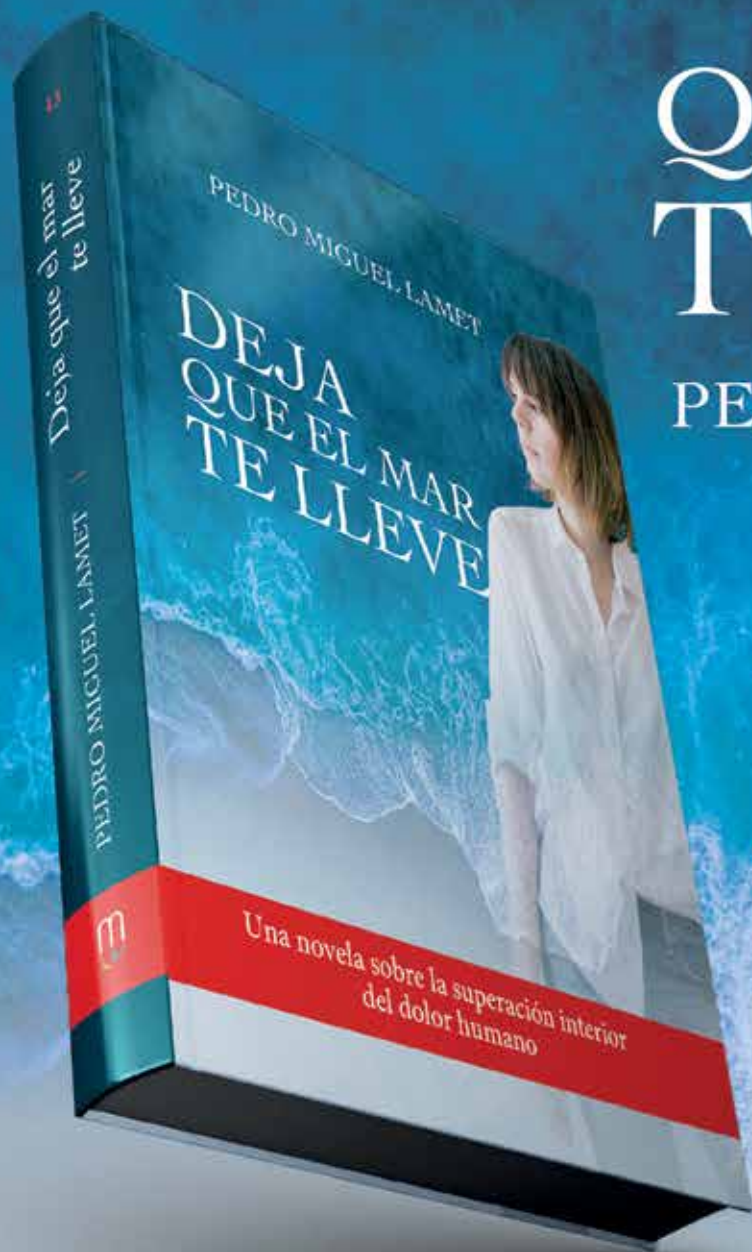
dora, de cualquier incitación a la violencia y el mal gusto, de tal forma que deben aprender a manifestarse siempre en sus acciones y palabras con racionalidad, educación, respeto, buenas maneras, al margen de lo que otros piensen, les hagan o digan.



El mar es quizá el mejor símbolo
de lo divino

DEJA QUE EL MAR TE LLEVE

PEDRO MIGUEL LAMET



Grupo de Comunicación Loyola

Padre Lojendio, 2 • 48008 Bilbao

pedidos@gcloyola.com • +34 94 447 03 58


gcloyola.com

TRIBUNA VIVA

Por Miguel Ángel Álvarez

Educación, urbanidad, ¿palabras pasadas de moda?

“Nuestra juventud sólo ama el lujo, no tiene buenos modales, no hace caso a la autoridad, ni respeta la vejez.”
Sócrates en 470-399 a.C.

“Esta juventud nunca será como la juventud de antes, está podrida desde el fondo mismo de sus corazones. Los jóvenes son maliciosos y perezosos...”
Utensilio de arcilla en las ruinas de Babilonia, 3.000 años de antigüedad.

Aristóteles, Sócrates, Erasmo de Rotterdam... Parece que es Ley de vida, una tónica general de las personas mayores que se repite desde hace miles de años: lo anterior, lo de otros tiempos siempre es mejor que lo actual, la juventud era mejor antes, hoy ya no hay educación...

¿Se están perdiendo de verdad los buenos modales? Siempre ha habido gente bien y mal educada. No hay que hacer un drama de la situación actual, pero es verdad que hoy en día hay más ocasiones de manifestar mala educación: No cumplir las normas de tráfico; la impuntualidad en general; el comportamiento inadecuado en las aulas propiciado por una disminución de la autoridad del profesor; la deficiente manera de comer de los niños y jóvenes que cada vez comen menos en familia; el uso continuo del móvil de forma compulsiva en reuniones, teatros, cines, por no mencionar el penoso espectáculo del Congreso de los Diputados... todo esto hace que se pierda la costumbre de tratar con las personas cara a cara y ponerse en su lugar.

Las costumbres cambian con los tiempos, pero los buenos modales no. Aunque la buena o mala educación depende en gran parte de los parámetros culturales de una comunidad, podemos definir la buena educación como una serie de manifestaciones externas del comportamiento en sociedad que reflejan el nivel de sensibilidad de una persona. Expresa el nivel de conciencia que tenemos de la dignidad de los demás. Sus reglas se basan en la empatía o capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona; en el respeto al prójimo y en las costumbres aceptadas en la sociedad a la que se pertenece.

La buena educación ayuda a construir nuestra autoestima

Dónde adquirir los buenos modales. La respuesta es contundente: En la familia y en el colegio. También con los amigos y conocidos. El primer paso es dar buen ejemplo en casa. Aunque a veces no nos demos cuenta, los niños siempre están pendientes de cómo nos conducimos delante de otros, observan, graban en sus mentes nuestro comportamiento, nuestras respuestas y reacciones, nuestro lenguaje. Como esponjas ávidas de conocer, imitarán nuestros ademanes para igualarse a los adultos y hacerse “mayores”. Debemos, pues, poner mucho cuidado cuando estamos delante de ellos con lo que decimos o hacemos.

Miguel Ángel Álvarez es licenciado en Ciencias de la Información, ha trabajado en Europa Press. Actualmente es profesor de Secundaria y educador. Periodista y músico, ha colaborado como crítico de teatro y música clásica en diversas revistas nacionales. Ha editado varios discos con música propia y participado en diversos programas de televisión. Como escritor ha editado *Libre para soñar*, novela biográfica sobre Ana Frank (2012) y un libro de investigación: *Diez años de investigación en Unión-Fenosa* (1992), así como un trabajo monográfico para la misma empresa: *Biomasa* (1993).



Aunque no es tanto lo que decimos, sino lo que hacemos, la clave es la Educación. La Educación es la mejor herencia que le pueden dar los padres a sus hijos. Labor de la familia y el colegio, es fundamental para el desarrollo integral de una persona. Un niño educado será un adulto respetuoso, tolerante y preparado para convivir con los demás.

Es verdad que la preparación profesional es importante para el desarrollo personal y para situarse en la sociedad, pero estar preparado para la interacción con los semejantes es una habilidad emocional que determinará en gran parte el éxito social y en definitiva la felicidad. Efectivamente, la cortesía y los buenos modales abren las puertas hacia una vida adulta exitosa y feliz.

Pero también es verdad que la fase de educación del niño o niña es una labor dura y exigente, aunque muy gratificante: hay que cambiar o encauzar comportamientos, tendencias, conductas... El tener que insistir continuamente sin desaliento -durante años- es una tarea diaria que exige mucha paciencia y dedicación.

Los buenos modales se contagian. Si tratas con respeto y educación a los demás, es más probable que ellos hagan lo mismo contigo, resultarás una persona más atractiva y con más posibilidades de éxito. Un "por favor", un "gracias", o una disculpa acompañados de una sonrisa pueden arreglar casi cualquier situación torcida.

Saludar al entrar o salir de un lugar, agradecer siempre las cosas, pedir las con educación, ce-

der el asiento a quien lo necesite, sentarse correctamente y no recostarse como hoy normalmente sucede, mirar a la cara a quien te está hablando, no eludir las miradas, dejar pasar primero al acompañante, expresarse correctamente sin groserías ni palabras gruesas, escuchar sin interrumpir en vez de hablar todos a la vez, ofrecer ayuda ante cualquier necesidad por liviana que sea...

La fase de educación del niño o niña es una labor dura y exigente, aunque muy gratificante

Ventajas de la urbanidad y la buena educación para todos. Los buenos modales, el respeto y la consideración reducen el estrés habitual en esta sociedad de las prisas, nos producen bienestar y nos permiten relacionarnos con los demás con mayor armonía, nos proporcionan satisfacción personal y nos hacen sentir mejor con nosotros mismos y con el mundo.

En definitiva, la buena educación ayuda a construir nuestra autoestima, tranquiliza a las personas, y tiende a que nos traten con más respeto. Los buenos modales nos hacen la vida más fácil en todos los sentidos y en ocasiones nos pueden evitar problemas innecesarios, y aunque la historia se repita y pensemos que hoy es peor que ayer, debemos ser optimistas, siempre habrá gente que te dará las "gracias".



Por Antonio Saugar Benito
Fotos: Cristina Bezanilla Echeverría

Susana Guindo

Responsable de Comunicación Digital de la Asociación Española de Protocolo

“Las Nuevas Tecnologías acaban con las buenas maneras”



Las normas de Protocolo, las buenas maneras son el terreno en el que se mueve Susana Guindo, desde las Redes Sociales y la Comunicación de la Asociación Española de Protocolo. Considera que "la educación la estamos guardando para momentos puntuales" Y que las Nuevas Tecnologías, a las que está tan acostumbrada, han aportado cosas fantásticas a la sociedad, pero afirma que se están llevando por delante las buenas maneras. Diplomada en Ciencias Empresariales y Master en Protocolo y Eventos por la Universidad Complutense de Madrid, Susana Guindo cree que la buena educación volverá por sus fueros.

¿Qué son los buenos modales y para qué sirven?

Son normas de convivencia con las que se muestra respeto por los demás. Los buenos modales sirven para saber convivir.

¿Se están perdiendo las formas y los buenos modales en la vida cotidiana?

Se están perdiendo bastante. Por ejemplo, la juventud respeta poco las normas de buenos modales, no por desconocerlas sino porque los jóvenes están ensimismados dentro del mundo tecnológico, con sus móviles, sus auriculares, sus músicas...

¿Somos educados?

En general, sí somos educados. Pero depende del momento y la situación. Creo que la educación la estamos guardando para momentos puntuales. Y no somos educados todo el tiempo que debiéramos.

¿Sabemos estar en cada momento?

Sí, pero no estamos. Hace unos años, en reuniones entre amigos la conversación fluía, todo el mundo hablaba en grupo, más o menos se respetaban turnos. Hoy es raro ver una reunión de amigos en la que alguien no esté pendiente de su teléfono móvil, o escribiendo whatsapp; o en un cine en el que se olvidan apagar los telé-

fonos móviles. Saber estar sabemos porque lo hemos hecho muchos años, el problema es que hemos dejado de hacerlo. Quizás habría que replantearse este tipo de situaciones. El móvil se ha convertido en un punto de inflexión, desgraciadamente, para las buenas formas, los buenos modales y la educación.

El Protocolo, ¿es algo sólo de la Realeza, personas adineradas o para grandes ceremonias?

Muchas personas piensan eso, que sólo está para las grandes ceremonias, o eventos institucionales pero el Protocolo está muy presente en nuestra vida diaria. Desde pequeños, cuando esperamos en una fila para entrar en la guardería; hasta cuando invitamos a comer a los amigos, y los distribuimos en sus sitios para que se encuentren más cómodos. El Protocolo está presente en nuestro día a día más de lo que creemos. Desde la Sociedad Española de Protocolo y, también las personas que nos dedicamos a estos temas, decimos que el Protocolo no es lo que todo el mundo piensa, es parte de nuestra vida, aunque no seamos conscientes, y lo utilizamos todos, y casi en todo momento. Por ejemplo, nadie se salta una fila en la compra o en el autobús. El Protocolo tiene más normas en actos institucionales, pero es una parte importante de nuestra convivencia y educación.



Hemos olvidado saber estar. El "móvil" nos lo impide.

¿Qué valor tiene el Protocolo en la comunicación de la sociedad?

El Protocolo es una herramienta de comunicación muy potente. Estamos en una sociedad en la que gran parte de las empresas se dedican a organizar eventos para contar qué hacen, lanzar nuevos productos... y siempre está presente el Protocolo como una de las partes importantes dentro del plan de comunicación porque genera buena imagen de marca, y es lo que se busca. El Protocolo es fundamental, da un valor añadido a toda la comunicación de una empresa.

¿Sufrimos una crisis de buenas maneras?

Sí. Las Nuevas Tecnologías nos han aportado cosas fantásticas a nivel personal y laboral, pero se están llevando por delante las buenas maneras, y por ellas se está dejando de comportar uno de manera educada. Todos hemos estado con unos amigos y hemos cogido el teléfono o hemos contestado un whatsapp o, incluso, vas a comprar y estás pagando y no estás haciendo caso porque estás hablando por teléfono. Las Nuevas Tecnologías tienen sus

ventajas, pero tienen su parte negativa. Y quizás es la buena educación la que se está perdiendo con acciones como estas.

Cortesía, modales, urbanidad ¿son palabras en desuso?

Más que en desuso son palabras que han adquirido una connotación algo negativa. Si se pregunta a la gente por ellas, las entiende como algo antiguo, que no está a la orden del día. Es una pena, porque es una forma de educación. En ocasiones, incluso hay quien confunde cortesía con machismo; y estamos perdiendo un poco la noción del verdadero significado de estas palabras. Es complicado recuperarlas, pero confío en que, con el paso del tiempo, volvamos a darles el significado que tienen y su importancia en la convivencia.

¿La cortesía es machista?

La cortesía no es machista. Hay veces que la sociedad se obceca en mirar qué acción o palabra es machista. Pero el hecho de que un hombre me ceda el paso al entrar en un sitio no lo considero machista. El machismo es algo mucho más serio, más importante, que está generando cosas muy graves, como vemos en los medios de comunicación. Concentrémonos en erradicar lo que es realmente el machismo y sus graves consecuencias, y dejemos de



La pantalla te impide mirar cara a cara y te permite decirle lo que se te ocurre.

preguntarnos si el que me cedan el paso o me retiren una silla en un restaurante es un acto machista. No. Es educación. Si no te gusta que lo hagan, con decirlo educadamente es suficiente, pero no hay que buscar connotaciones en todo, sino luchar contra el verdadero machismo.

¿Quién tiene mejores modales el hombre o la mujer?

No es cuestión de sexos, es cuestión de educación. Va más por generaciones que por sexos. Las generaciones anteriores son, por lo general, más educadas que las nuevas. Depende de la educación recibida más que del sexo de la persona.

¿Cómo ven los jóvenes los buenos modales?

Los buenos modales en los jóvenes, por lo general, brillan por su ausencia. No porque no los conozcan o no se los enseñen, sino porque están muy ensimismados. ¿Por qué un joven no cede el asiento en un transporte público?, probablemente porque va tan ensimismado en su *tablet*, en su teléfono o en su música, que ni siquiera ha visto que esa persona a la que debiera ceder el sitio ha entrado. Hay un yoísmo que ha generado esta situación de perder los buenos modales y perder el interés en el prójimo.



¿Cómo afectan a los buenos modales los programas de televisión en los que se gritan y pisan la palabra...?

Muy negativamente, pero lo que vemos a diario, desgraciadamente, es lo que asumimos como normal. Ahora bien, tenemos que dejarnos influenciar lo justo. No deja de ser un espectáculo, no podemos estar pensando que lo que ocurre en televisión es lo que hay que trasladar a la vida real, como no se traslada lo que ocurre en una película de asesinatos a la vida real. Hay que saber diferenciar lo que es espectáculo en televisión o en radio, que está destinado a general una audiencia, y lo que tiene que pasar en nuestra vida real.

¿Cómo pueden los medios de comunicación fomentar los buenos modales?

Los medios podrían no crear tanta polémica y debate sin control. Incluso en la Prensa escrita podríamos evitar titulares sensacionalistas que, al leer la noticia no tiene que ver con la realidad. El verdadero fin de un medio es informar, dar espectáculo, entretener, pero educar creo que no es su función. Si hubiera un programa para educar no lo vería nadie. Educar es un trabajo que forma parte de la escuela y de la familia. Los medios de comunicación tienen otra función; otra cosa es que respetaran más las formas y dieran otro tipo de espectáculo algo más calmado.



El Protocolo sigue siendo parte de nuestra vida.

38

En una sociedad en la que las Nuevas Tecnologías gobiernan las relaciones humanas ¿siguen vigentes los buenos modales?

Las Nuevas Tecnologías, las Redes Sociales y todo este tipo de plataformas, cuando se crearon en su día, trataban de fomentar las relaciones entre personas. En sus inicios lograban que encontraras a alguien con el que habías estudiado y habías perdido el contacto. Intentaban generar relaciones, pero han logrado lo contrario. ¿Cuántas horas pasamos mirando redes sociales, escribiendo en Whatsapp, sonriendo a una pantalla, en lugar de estar tomando un café con un amigo y sonreírle? Nos han separado un poco del mundo y nos han apartado un poco de la sociedad. Cuando se supone que tienes más amigos que nunca, por ejemplo 4.000, sólo tienes uno: tu teléfono, que es al que hablas, al que escribes, al que sonríes y al que le cuentas tus cosas. Y si se rompe, te quedas sin amigos.

¿Qué supone el uso del móvil para el Protocolo o los buenos modales?

Un desastre. A veces ayuda, pero en ocasiones te crea conflictos. Vas a un evento y la gente, en lugar de estar mirando la cara del ponente que está explicando un tema, está escribiendo en su móvil. Tiene sus ventajas, por ejemplo, si en un acto se está tuiteando, al ponente se le está generando mucha más audiencia y una di-

fusión mayor de aquello que está diciendo. Pero a nivel personal, se está perdiendo mucho porque cuando vas a oír a alguien, vas a escucharlo, y qué menos que atenderle, mirar su expresión, su cara, sus manos; ahora, simplemente estamos mirando un móvil. Actualmente no se busca conocer a un personaje, saludarle, poder intercambiar unas palabras con él, lo que estamos deseando es sacarnos una foto para que todos vean con quién hemos estado.

¿Qué ocurre con los buenos modales en las Redes Sociales?

En general, quiero pensar que quienes escriben con sus perfiles personales guardan ciertas maneras, pero los perfiles falsos sacan lo peor de cada uno. Hay que tener unos límites que no debemos sobrepasar, como lo hacemos de tú a tú. Parece que en las Redes Sociales está todo permitido. Al tener una pantalla que te separa del otro parece que no pasara nada, que se puede decir lo que uno quiera. En las Redes Sociales deberíamos comportarnos como lo hacemos en persona, donde, normalmente, no se cruzan los límites.

¿Es posible un Protocolo de comportamiento social en Twitter o WhatsApp?

Existe un protocolo, una *netiqueta*, una serie de reglas no escritas que rigen la convivencia en-



**La cortesía no es machismo,
es educación.**

tre las personas que debaten en Redes Sociales. La mayor parte de la gente las cumple. Desde la Asociación Española de Protocolo nos estamos esforzando en dar a conocer la *netiqueta* para que seamos capaces de hablar educadamente, con unas reglas.

¿Qué papel juegan las Redes Sociales en las buenas o malas formas? ¿Y cuál pueden jugar?

Las Redes Sociales no juegan ningún papel, lo jugamos todos y cada uno de nosotros sabiendo qué es lo que escribimos, qué es lo que contamos o comentamos. Si esperamos que otros pongan los límites estamos pidiendo censura. No cuesta nada dar las gracias cuando alguien te envía un enlace con información que te puede ser útil, por ejemplo.

¿Cuáles son los enemigos de los buenos modales?

Muchas veces nosotros mismos. Porque, si no conoces los buenos modales puedes pensar que la culpa es de la educación, pero los conocemos todos. Otra cosa es que los queramos o no utilizar. Las nuevas generaciones, por ejemplo, son individualistas y eso es lo que les hace perder los modales, pero sí los conocen porque en el colegio como en casa se les

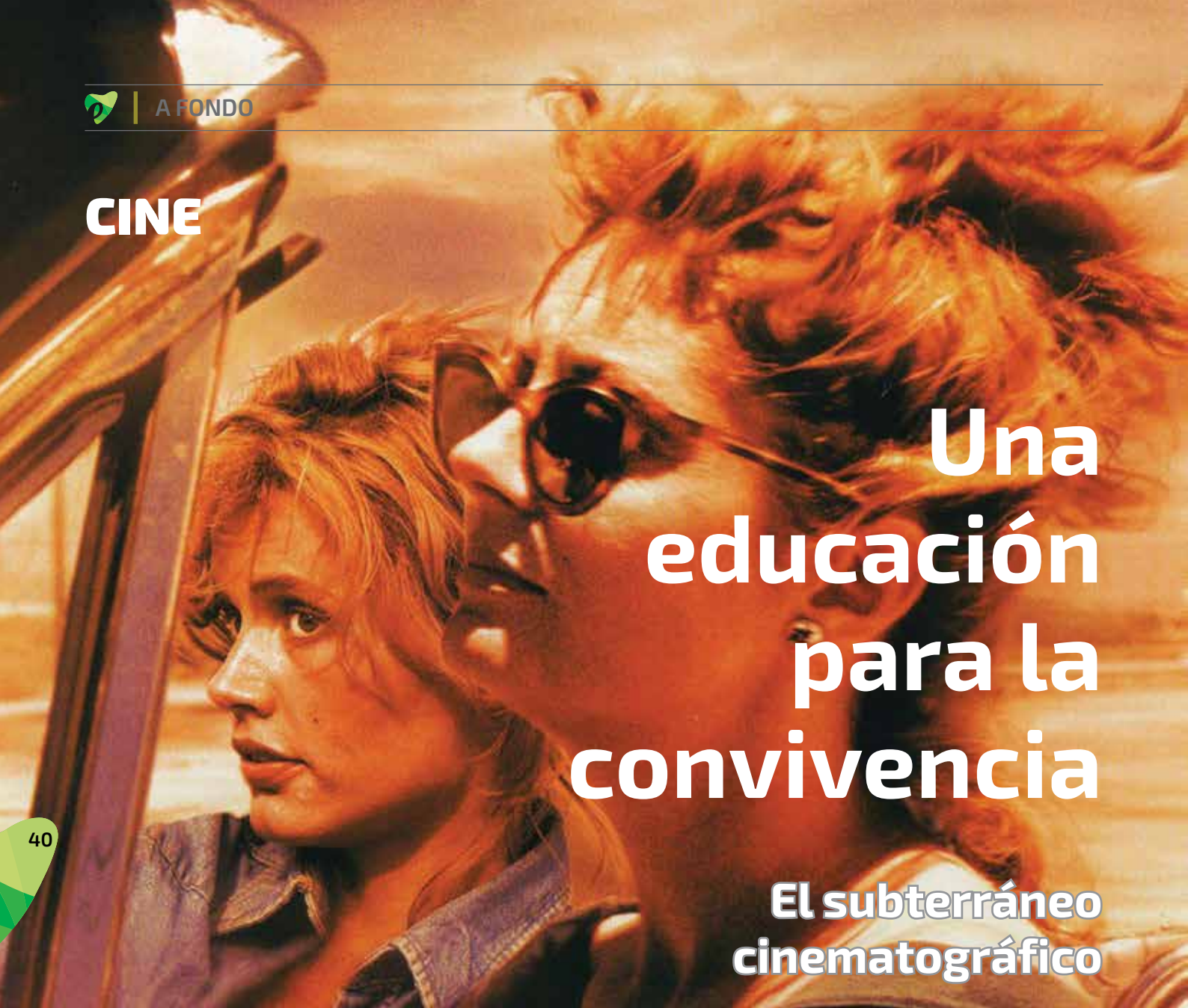
enseñan, pero hay mucha permisividad. En los colegios se permite mucho más de lo que se permitía antes, ahora no hay el respeto por la figura del maestro; y lo mismo pasa con los padres. El enemigo de los buenos modales es la permisividad de la sociedad en general. No veo normal determinadas actitudes de los jóvenes y que se les permitan.

A la sociedad hay que recordarle cómo usar una escalera mecánica o que deben ceder el asiento a ciertas personas. ¿tan mal estamos en cuanto a buenos modales?

Estamos tan mal. Muchas veces ves el cartel, lo lees y no asimilas lo que estás leyendo. Hay que recordarlo porque lo estamos olvidando; el hecho de ver un cartel te pone en tu sitio.

¿Cuál es el futuro de las buenas maneras y el Protocolo?

No es malo. La juventud, en la adolescencia, pierde muchísimo las buenas maneras, pero con el paso del tiempo, al hacerse mayores van recuperando el sentido común y el respeto. El Protocolo no es un corsé, no es rígido, es algo del día a día. Está más presente que nunca y seguirá creciendo.



Una educación para la convivencia

El subterráneo cinematográfico

40

Desde el punto de vista cinematográfico, toda norma educativa se convierte en norma convivencial. Porque casi todas las "historias cinematográficas" suelen ser "historias de convivencia" desarrolladas a través de fotogramas, planos, escenas y secuencias. Otra cosa es que tales historias convivenciales tengan un sesgo positivo o por el contrario negativo. *El Padrino*, por ejemplo, realizada en el ya lejano 1972 por Coppola, nos narra la convivencia educadísima intrafamiliar del protagonista, pero una vez que saltamos al "más allá" de ese ámbito, la convivencia se convierte en una explosión de venganza, castigo, inclemencia y todas las formas de matar posibles. No en vano, y como intentando reagrupar ambas dimensiones, el viejo Corleone morirá en su jardín/huerto mientras juega con su nieta. Todo un signo de los intereses de Puzzo, al guión, y de Coppola, en la dirección. No siempre convivir es una maravilla. Y la pantalla, la de siempre, con su ritualización, nos "cuenta" en imágenes sonoras tanta complejidad de una "educación convivencial". Es decir, de las relaciones entre unos y otros. Desde *Nacimiento de una Nación* (1915) a *Erase una vez en Hollywood* (2019), pasando por *Amor* de 2012.



**Nuestra sociedad está
impregnada de conflictos,
es decir de confrontaciones,
individuales o colectivas**

Punto de partida

En este ensayo, sobre la educación convivencial en el cine, dejamos de lado la llamada "educación académica", en general, entre otras razones porque pertenece a otro género o estilo cinematográfico que mercedaría estudio propio. Pensemos, para ser breves, en el cine de Bergman, en el de Lynch, en el de Visconti o, ya en casa, en el de Saura. Insisto, **dejamos de lado lo académico para centrarnos en lo convivencial con todos sus matices**, que son infinitos. Y para ello utilizaremos grandísimas películas de todos conocidas, en las que nuestra intención resulte claramente manifiesta, y para revisarlas de nuevo desde esta renovadora óptica.

1. Educar en la sensibilidad (convivencial)

Tener sensibilidad es la capacidad de cualquier ser vivo de percibir sensaciones por un lado y, por otro, de responder a pequeños estímulos o excitaciones: es la jugosa relación entre percepción y respuesta, asumida con el tiempo, con la naturaleza y la enseñanza. Es evidente que sin sensibilidad se hace imposible la convivencia, comunicarse, relacionarse, establecer vínculos, pero también es cierto que una patológica sensibilidad produce todo lo contrario: distanciamiento, enfrentamiento, negatividad y tantas cosas más. Y la verdad es que nos hemos vuelto *insensibles patológicos* para tantas cuestiones, mientras lloramos de emoción sensible ante fracturas estéticas (o éticas) de medio pelo. La falta de la educación en sensibilidad causa destrozos. Y por esta razón, las personas sensibles viven fuera de lugar. Sufren.

En un ranking de las cuatro películas representativas de una sensibilidad afrontada para la convivencia, colocamos en primerísimo lugar *Cuentos de Tokio*. Esta bellísima obra del japonés Yasujiro Ozude (1953), nos educa en los valores permanentes de una pareja anciana, que es una norma perfecta para cualquier situación desde su sensibilidad implacable, frente al desasosiego, también permanente de sus hijos, dominados por las tareas profesionales que les agotan. Los viejos van a verlos a Tokio desde su pequeño pueblo natal, y no hay sitio en la gran ciudad para los visitantes. Su sensibilidad choca de frente con la sensibilidad de los jóvenes. Y conste que son los viejos quienes educaron a los jóvenes en el pequeño pueblo de origen. ¿Se trata de una nueva educación desde el nuevo ambiente? Tal vez. Y, sin embargo, Ozude nos abre un ventanuco de esperanza en las nuevas personalidades desde la elegancia de una persona, amable, servicial, educada, sensible. Se han realizado adaptaciones de estos cuentos japoneses, pero ninguna llega a la altura, en un estilizado blanco y negro, de esta película para ver en familia y en las aulas. Hubo un tiempo en que se convivía así: educadamente.

Y tras esta maravilla, que se suele reponer en TV con frecuencia, citamos un film absolutamente contradictorio: *Thelma y Louise*, del tan infravalorado Ridley Scott, en 1991. Toda la educación convivencial de *Cuentos de Tokio* se convierte en una destructiva "muerte a la norma", pero es cierto que en un ambiente destructor y de materialismo absoluto. Las dos mujeres desean parar unos días lejos de hogares y de tareas que las

coartan (según ellas), y entonces van aumentando el nivel de adrenalina rasgando sus casi olvidados principios y entregándose a un festival de total desvarío... hasta el suicidio inesperado. La convivencia sensible se convirtió en compañía desgarradora. Vale la pena comparar ambas películas, que implican tres épocas.

Añadimos otras dos películas en las que la educación para la sensibilidad es la misma pero realizada de formas muy diferentes. De una parte, la siempre citada *Los Puentes de Madison*, del maestro Clint Eastwood en 1995, interpretación excepcional del mismo director, pero sobre todo de una de las mejores actrices vivientes, como es Meryl Streep. Hay que ser muy valientes para situar en el epicentro de un film dramático, nada menos que el concepto de "detalles" convivenciales, precisamente en una historia que avanza de forma inexorable. La despedida de ambos es antológica de un *savoir faire* que ya lo quisiera para mí. Además de la belleza del conjunto del film, porque hay belleza ética y estética.

Y junto a los 'puentes', ese film tan hiriente como sensibilísimo que es *Amor*, de Michael Haneke en 2012. Exquisito cine francés, pero elaborado por un austríaco, que se da la mano con una historia de penitencia, de enamoramiento límite, de convivencia insuperable, entre un hombre y una mujer dedicados a la enseñanza del piano y necesariamente envejecidos. La delicadeza más emocional junto al desfallecimiento más humillante. Haneke es cruel (el personaje de la hija), pero insiste en confrontar el amor con la realidad. Arranque y conclusión nos llevan al misterio, tan arisco, de nuestra cultura tensionada entre amor y muerte.

Cuatro películas para degustar y preguntarse cómo nos movemos cada uno de nosotros/as en esta modulación de "educar en sensibilidad".

2. Educar en el conflicto (respuesta)

Nuestra sociedad está impregnada de conflictos, es decir de confrontaciones, individuales o colectivas, entre seres humanos más o menos ideologizados, para intentar llevar adelante sus convicciones, incluso con el exterminio, moral o físico, del adversario/enemigo. En ocasiones, la pregunta no encuentra respuesta y en otras nada de nada, ni pregunta ni respuesta, solamente confrontación de cualquier tipo. Pero, dado el egoísmo humano, parece que el conflicto, de muy di-

versa índole, es casi necesario entre nosotros/as. Otra cosa es "el paisaje después de la batalla".

Comencemos por un conflicto resuelto de manera admirable: *Invictus*, otra pequeña joya del maestro Eastwood. La Nueva Sudáfrica, la de Mandela (un excelente Morgan Freeman, secundado por un siempre comedido Matt Damon), se ve confrontada pero no menos unida, a raíz de un campeonato de rugby, el deporte nacional. El presidente y el deportista pertenecen a visiones distantes y enfrentadas durante el *apartheid*, pero encuentran una superación al conflicto por la sencilla razón de que ni uno ni otro llevan hasta el rugby sus diferencias, y Mandela consigue que todos los implicados se sientan "miembros de una misma nación" representada por un mismo equipo. En ocasiones, la única manera de "educar para el conflicto", nos dice el film, es llevar la disputa a otro nivel en que los adversarios/enemigos puedan ponerse de acuerdo. La convivencia personal acaba casi siempre por superar el conflicto ideológico o histórico. Esto es educar en cuanto tal: buscar niveles de encuentro, sin negar la realidad.

Pena de muerte de Tim Robbins.





Una segunda muestra de esta "educación en el conflicto" es *El Reino*, del español Rodrigo Sorogoyen, en 2018. Aquí el conflicto se acaba imponiendo con crueldad asombrosa porque, además de la ira personal, nos damos de bruces con la ira insolidaria de un grupo político en cuyas redes se mueve el protagonista. Y en este sentido es un film descaradamente político o, mejor, de educación política... desde la conflictividad radical entre personas de un mismo club ideológico. Antonio de la Torre compone una llamativa interpretación del protagonista (Manuel López Vidal), cuya buena y tardía voluntad se ve confrontada con los intereses del propio partido. Se devoran por sobrevivir. Y Manuel es devorado, como su amigo al que defiende. Los conflictos entre camaradas políticos niegan toda posibilidad de convivencia momentánea. Después ya se verá. Un film seco y que no invita a la esperanza.

Citamos como complemento otras dos películas: *Babel*, una olvidada obra de González Iñárritu, en 2010. Los conflictos, con sus humillaciones tremendas producidas por la insensibilidad, acaban por dominar, pero también por curar tanta

Sin sensibilidad se hace imposible la convivencia, comunicarse, relacionarse, establecer vínculos

soberbia. Un film olvidado innecesariamente. Y *La Clase*, del francés Laurent Cantet, en 2008. De absoluta actualidad, propone el esfuerzo de un profesor en un instituto de extracción proletaria y multi-racial, mediante el respeto, la individualización y la comprensión. Estamos en lo de siempre: cuando el conflicto permite que una de las partes contemple a la otra como capaz de relacionarse en beneficio de ambas partes, entonces el conflicto desaparece. En tantas ocasiones, "la educación convivencial" es la condición de posibilidad para "educar en el conflicto". Pero siempre, decimos que el esfuerzo educativo lo es todo: enseñar a ser humano. Un niño siempre valdrá más que un perro. Aunque suene mal.

Punto de llegada

Nos guardábamos para concluir, el listado de seis películas que nos parecen, cada una en su narración y en su estilo, puntos de llegada en la historia del cine del siglo XX. Cada una reúne cuanto llevamos escrito, pero lo lanza a dimensiones superiores, lo que significa que los correspondientes guiones son excelentes. Y por supuesto, las interpretaciones, que reúnen a los mejores intérpretes del siglo XX y algo del XXI. Como seguramente las conocen, las citamos 'a título de inventario', y cada uno/a de ustedes elaborará su propio comentario.

1. *El Festín de Babette*, de Gabriel Axel (Dinamarca/1987). Educar en la misericordia.
2. *Pena de muerte*, de Tim Robbins (GB/1995). Educar en la compasión.
3. *Pequeño salvaje*, de François Truffaut (Francia/1969). Educar en la integridad.
4. *La mejor juventud*, de Marco Tullio Giordano (Italia/2005). Educar en la tradición.
5. *Memorias de África*, de Sidney Pollack (USA/1985). Educar en los afectos.
6. *La vida de los otros*, de Florian H. Vondonnemark (Alem/2006). Educar en la justicia.

Educar en la convivencia significa educar en la sensibilidad y educar en el conflicto, pero también en la misericordia, en la compasión, en la integridad, en la tradición, en los afectos y en la justicia. Hacia adentro y más allá de cada uno. No es tarea fácil porque nuestro ambiente es poco propicio, dado el individualismo que nos impregna, tantas veces procurado por redes y medios. Es pues, el momento de recuperar el cine/las películas como "instrumentos educativos para la convivencia". En pantalla está todo de todo. Si no echamos mano de tal riqueza, será solamente responsabilidad de cada uno.



La importancia de mantener las formas

A PIE DE CALLE

Porque todos queremos ser tratados con respeto



Está cayendo una tormenta. Allá van los truenos rodando por el cielo. “Los ángeles juegan a los bolos”, decía mi abuela. Los relámpagos tiñen de color cárdeno el borde de las nubes, se diría que Júpiter está sufriendo un ataque de ira. Júpiter, el padre de los dioses, presumía de muchas cosas, pero entre ellas no estaba la buena educación. El poder exime muchas veces de ser -o estar- bien educado. Educación, cortesía, urbanidad... Cortesía nos remite a la corte y urbanidad a las ciudades. Las normas nacen de la necesidad de convivir en algún tipo de armonía. “Muchas gracias, caballero”. “Las que usted tiene, señora”. Al final se trata de no molestar, de resultar agradables, pero las normas siempre corren el peligro de convertirse en máscaras estériles y fáciles de romper.

Por Gloria Díez Fernández



¿Y qué ocurre cuando desaparece la máscara? Que aparece la naturaleza. La tormenta se va. Una paloma se posa en lo alto de un falso ciprés de Lawson. Se acicala las plumas. Nadie le ha dicho que deba llevar las plumas limpias, pero no es cuestión de dejar pasar estas primeras aguas que anuncian el final del verano, después de tanto calor.

“Niña, cierra las piernas”. Las niñas se sientan con las piernas cerradas y las señoritas aprenden a pelar las naranjas en el plato, con cuchillo y tenedor. Cosas de la cortesía, de la educación, que lo mismo sirve para mostrar que para ocultar, para hacer de la convivencia un minué o para dar gato por liebre.



súper amables. Luego, cuando ya han entrado, ya se han matriculado, sí que es cierto que hay una cierta dejadez. Por ejemplo, **el llegar a un centro y decir buenos días, eso es un reflejo de buena educación, ¿no?** Hace falta poner un poquito de atención, porque todos estamos ahí, y yo saludo a todas las personas que entran. Un “gracias” o un “por favor”, cuando preguntan dónde puedo ir, o cómo puedo llegar, eso sí lo echo de menos. No digo que sean maleducados, digo que hay una cierta dejadez a la hora de ser correctos con las formas.

Las personas con algún tipo de autoridad, ¿se permiten, a veces, perder los buenos modales?



Quizá de los excesos de las normas ha venido este descreimiento que ha desembocado en un aterrizaje como quieras. Y ahí llega el momento en que la falta de civismo se hace difícil de soportar. Nótese que civismo viene de civilización: civilización contra barbarie. Eso incluye la falta de higiene, la grosería o el invadir espacios que deben compartirse.

Dicen que la primera norma de cortesía es el saludo, es como el primer escalón. Pero, ¡ay!, según el refrán castellano: “Donde hay confianza...”

Pilar Fernández trabaja en el CEPA (Centro de Educación de Personas Adultas) de Hortaleza. Frente a su mesa pasan cada día muchas personas. ¿Usted nota que la gente esté perdiendo la educación, Pilar?

- Al inicio, las personas que vienen para preguntar cualquier cosa, lo habitual es que sean

Hay una minoría que hace gala de mala educación, porque parece que eso está de moda.

- Bueno, voy a poner un ejemplo, si viene un técnico del Ayuntamiento, es capaz de querer entrar directamente al despacho del director y yo no puedo autorizarle. “Yo no sé quién es usted, no tengo por qué dejarle pasar. Identifíquese primero”. O si viene una persona que puede ser médico o abogado, a veces surge el gesto de superioridad: “¿Usted sabe quién soy yo?” “Pues no tengo ni idea, caballero, pero, ¿usted sabe quién soy yo? Entonces estamos iguales.” Esa prepotencia viene del exceso de orgullo, de ego, pero debo decir que son casos aislados.

Cuando se pierden los nervios

Las formas que consideramos de buena educación no son comportamientos espontáneos, forman parte de un aprendizaje social. Hay cosas que se pueden hacer en público y otras que deben ser privadas. El problema viene cuando, por la circunstancia que sea, se pierde el control, entonces, el comportamiento se hace impulsivo, automático. No se puede pedir un exceso de urbanidad a una persona que ha bebido demasiado, o que se encuentra fuera de sí. Un caso menos extremo, pero más frecuente, es el estrés, las preocupaciones, la prisa...

Martín es argentino. Está al frente de un taller de repuestos y reparación de automóviles. ¿Sus clientes se comportan de forma educada, Martín?

- Si normalmente sí. Yo también soy una persona amable, siempre utilizo el saludo: "Buenos días", buenas tardes", el usted..., el "sí señor", o "sí señora". Llevo el respeto por delante y lo normal es que haya un respeto al pedir las cosas. Obviamente cuando tienen un problema en su vehículo y vienen de otro lado, y no se lo han podido solucionar, la gente viene enojada y le sale...

¿La agresividad?

- Sí exactamente. La gente se siente impotente y entonces es cuando reacciona, pero conmigo no, en general la gente se comporta con educación. Claro que hay algunas personas que te tocan la bocina en la puerta y pretenden que dejes de hacer lo que estás haciendo y que salgas a la calle y les atiendas. También me ha pasado en alguna ocasión, el estar hablando con un cliente y que alguien llegue y te interrumpa: "Oye, ¿me puedes mirar el coche?" "Un segundito, señor, que estoy terminando con el caballero, ahora le atiendo a usted".

¿Qué es para usted la buena educación?

- Tratar con respeto al prójimo y tratar a todo el mundo con la misma categoría, no porque sea más o porque sea menos: las personas son todas iguales.

Y es cierto, las personas tienen la misma dignidad, pero por algún curioso mecanismo siempre es más fácil que se olvide el respeto frente a los que se considera que están en un escalón más bajo en la escala social. Los micropoderes hacen que empleemos distintos recursos cuando nos toca suplicar, pedir o exigir. De nuevo el refrán castellano pone el dedo en la llaga: "Cuando seas padre, comerás



Domingo y Pilar Fernández.

huevos, ahora que eres hijo, ¡come cuernos!" Entiéndase el término padre como estructura de autoridad, porque, aunque cuesta trabajo recordarlo, alguna vez la tuvo. ¡Anda que no mandaba el *pater familias*! Para tocarle la boina...

¿Pero existe la flema inglesa?

Si hay un pueblo con fama de control y cortesía a ultranza ese es el británico. Con el tiempo te preguntas si es una fama que les viene de fuera o que han cultivado con ahínco desde dentro. No faltan ejemplos de "yo hago lo que me da la gana" entre sus clases más altas, y en este momento de la historia estamos zarandeados por las arbitrariedades de dos adolescentes grandes y rubios que hablan inglés.

La 'flema' tiene que ver con el autocontrol y seguramente con la autoestima. Tiene que ver con la conciencia de que nada que llegue desde fuera podría afectarnos. E instalados en nuestro traje impecable, con un ligero rictus de superioridad, un bombín y un bastón, ya nos pueden echar encima circunstancias adversas. Podemos, por ejemplo, discutir si en caso de que la guerra nos pille (Dios no lo quiera) jugando al golf y el impacto de una bomba enemiga desplaza nuestra bola hacia el hoyo, deberíamos dar por bueno ese punto, o no. Debe considerarse que se trata de una bomba enemiga. Pero claro, la bola es inglesa y ha entrado en el agujero, ¿o no?

Domingo Díaz es ingeniero de telecomunicaciones y a lo largo de una dilatada vida profesional ha tenido oportunidad de entrar en contacto con personas de muy diversa procedencia.

¿Advierte usted que la educación se deteriora?



- Yo entiendo que hay cinco niveles de educación, que van desde la educación pura y simple, la buena educación, la amabilidad, que es superior a la buena educación, la empatía, que supone un escalón más y que si va acompañada de una sonrisa, alcanza el nivel más alto. Cada cual puede elegir en qué punto se queda, todos son buenos. Junto a eso, hay personas que consideran que tener buena educación es algo superfluo. Yo creo que depende más de las personas que de las clases sociales o de las culturas: hay personas que quieren relacionarse de forma educada.

Cada nueva generación, cada oleada de gente joven, pone en cuestión lo aprendido de sus padres.

¿Se presume de mala educación?

- Hay una minoría que hace gala de mala educación, porque parece que eso está de moda. Ocurre sobre todo con gente muy joven en entornos urbanos, chavales que consideran que la educación es una cosa que, en su entorno limitado a los colegas, les sobra. A veces, vas en el Metro y ves a una persona mayor y oye, ¡que va de pie! Yo hace 30 años iba en Metro y una persona mayor o una mujer embarazada, no iba de pie nunca. Ahora sí. Y la gente, para no mirarla, mira sus teléfonos. Afortunadamente es una minoría, porque si necesitas ayuda, siempre hay alguien que te quiere y te puede ayudar. La empatía es pensar en qué les puede estar haciendo falta a los demás, y suplírsele, aunque no sea una cuestión de buena educación, aunque no estés obligado, eso sería un grado supremo, sobre todo si lo acompañas de una amplia sonrisa.

¿La buena educación puede ser un mero control externo?

- Eso se percibe en la alta sociedad inglesa que, por cierto, ha cambiado mucho. A parte de que ha surgido esa gran masa de gente mal educada que llena los estadios y los bares de alcohol y que, por desgracia, tenemos que sufrir todos. Te pueden enseñar modales, pero tú siempre sabes lo que es comportarse, puedes meter la pata en una regla que no conozcas, pero hay un sexto sentido que te dice lo que es tener buena educa-

ción o no tenerla, y ese sexto sentido es el que se está despreciando.

Pilar, Martín y Domingo hacen un análisis bastante similar de la educación en nuestra sociedad: siempre hay alguien que pierde los nervios, siempre hay personas que no aceptan las mínimas normas sociales, o que se creen por encima de la obligación de cumplirlas, pero son excepciones. Y si bien es cierto que, en los transportes públicos muchos ojos están pegados a la pantalla de los teléfonos, no es menos verdad que muchos pasajeros ofrecen su asiento.

Por otro lado, debe tenerse en cuenta que las normas de urbanidad son pactos sociales, no reglas aritméticas, así que, con el paso de los años, sufren inevitables variaciones. Las frases hechas, muy ligadas al lenguaje cotidiano, se adaptan al signo de los tiempos. Cada nueva generación, cada oleada de gente joven, pone en cuestión lo aprendido de sus padres, luego, muchos "materiales" se reciclan, pero otros se desechan. Es difícil, por ejemplo, que al asistir a un velatorio no nos surja esa frase feliz que alguien descubrió un día: "Te acompaño en el sentimiento". Es una forma de mostrar empatía, de unirse al dolor. Pero no es menos aceptable que alguien le dé un abrazo a un colega y le diga: "Lo siento mazo, tío". Y puede tener la voz rota, al borde las lágrimas. El concepto de cortesía no puede ser como un jarrón de porcelana. Importa lo que se transmite. Siempre lo que importa es la intención, el sentimiento.

Existe la impresión generalizada que la falta de una mínima cortesía es una señal de un espíritu poco refinado. Pero ni siquiera en eso se puede generalizar. Hay personas brillantes que han hecho del exabrupto su señal de identidad y son groseros, pero no incultos. Claro que eso podría entrar en una categoría de comportamiento que busca el hacerse notar a base a romper con las normas establecidas. Recordemos la recomendación de Camilo José Cela: "Un carallo a tiempo es una victoria dialéctica". A tiempo e incluso a destiempo.

Al parecer, incluso en la Biblia se puede encontrar una invitación a la conversación cordial y educada: "Vuestra conversación sea siempre agradable, sazónada de sal, de suerte que acertéis a responder a cada uno como conviene" (Colos IV, 6).

Pues eso. Y a Don Camilo que le sirvan una buena morcilla. Seguro que la aprecia.

En 2018, en el Teléfono de la Esperanza se atendieron 2.765 llamadas telefónicas de temática suicida

'Yo también soy vulnerable', nueva campaña del Teléfono de la Esperanza para la prevención del suicidio



Jornadas de reflexión sobre el suicidio en el TE de Alicante.

'Yo también soy vulnerable' es el nombre de la nueva campaña que ha puesto en marcha el Teléfono de la Esperanza para la prevención del suicidio, de cara a la celebración del Día Internacional para la Prevención del Suicidio, el 10 de septiembre.

'Yo también soy vulnerable' pretende movilizar, sensibilizar hacia el carácter universal del sufrimiento humano, destacar la importancia de reconocer a las personas como vulnerables como paso previo para pedir ayuda, para recibirla y para que suceda, cuando tenga que suceder, el proceso de cambio o transformación. En ocasiones, lo que queda es sostener y apoyar al que sufre cuando el impacto de las circunstancias no le permiten actualizar los recursos necesarios para hacerles frente.

Tras esa idea general, la campaña pretende trasladar a la población **la importancia de trabajar juntos para paliar el sufrimiento psicológico**. El que se encuentra en una situación de vulnerabilidad, necesita sobreponerse a la dificultad y superarla, en alguna medida, en el acto de pedir ayuda. El que no se encuentra viviendo un momento de dificultad, necesita superar su individualismo y prestar ayuda.

El Manifiesto '*Yo soy vulnerable*' señala que "todo ser humano, por el hecho de serlo, experimentará, en algún momento de su vida, la vulnerabilidad, ya sea de carácter social, físico, psicológico o cultural". Añade, además, que "en la dificultad, todo ser humano tiene una tarea: cuando la vivo en primera persona, esa tarea es la de pedir ayuda si la necesito; cuando la observo en otro, la tarea se expresa en dos actitudes: generosidad y disponibilidad".

El Manifiesto finaliza diciendo que “la esencia de cualquier grupo humano es la de acoger en su seno y apoyar a quienes viven en situación de vulnerabilidad. En ausencia de esta condición, el grupo pierde su humanidad”.

El Teléfono de la Esperanza organizó actos en 27 provincias españolas para concienciar a la sociedad sobre este grave problema de salud pública y la necesidad de abordarlo adecuadamente.



Acto del Teléfono de la Esperanza, en Huelva, con motivo del Día Internacional para la Prevención del Suicidio.

En 2018, en el Teléfono de la Esperanza se atendieron 2.765 llamadas telefónicas de temática suicida. En 85 llamadas, el suicidio estaba en curso. Además, se atendieron 20.199 llamadas relacionadas directamente con la prevención del suicidio (depresión, enfermedad mental grave y crisis vital). Y se recogieron más de 20.000 firmas para reclamar un Plan Nacional de Prevención del Suicidio. Participando activamente en la presencia ciudadana en el Congreso para reivindicarlo.

Propuestas

El Teléfono de la Esperanza, con motivo del Día Internacional Prevención del Suicidio quiere trasladar a la opinión pública y al Ministerio de Sanidad algunas propuestas para avanzar en el camino de la prevención. Entre ellas, la necesidad de un Plan Nacional de Prevención del Suicidio que genere un marco para la creación de planes autonómicos y dotación presupuestaria para su puesta en marcha y ejecución.

Además, asumir los compromisos propuestos por la OMS para alcanzar la meta mundial de reducir las tasas nacionales de suicidios en un 10% para 2020; y de aquí a 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar.

Propone también una mejora de la Atención Primaria de salud en referencia a la detección de personas en riesgo; e incrementar la calidad de los servicios de Salud Mental, hoy colapsados y con escasos recursos humanos y económicos. Y que se implementan campañas que aminoren el estigma social que acompaña a la enfermedad mental.

El Teléfono de la Esperanza destaca la necesidad de un **Plan de formación para sanitarios, profesionales**



Recuerdo a los fallecidos en el TE de Toledo.

de la enseñanza trabajadores sociales, personal de los servicios de emergencia y de los cuerpos de seguridad, y trabajadores en el ámbito de tercera edad incorporando la prevención del suicidio a los planes curriculares.

Las cifras del suicidio

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), cerca de 800.000 personas se suicidan cada año. Por cada suicidio, hay muchas más tentativas de suicidio cada año. Entre la población en general, un intento de suicidio no consumado es el factor individual de riesgo más importante. Además, la OMS señala que el suicidio es la segunda causa principal de defunción en el grupo etario de 15 a 29 años.

La OMS afirma que el 79% de todos los suicidios se produce en países de ingresos bajos y medianos. Respecto a los métodos utilizados, la ingestión de plaguicidas, el ahorcamiento y las armas de fuego son algunos de los más comunes de suicidio en todo el mundo.

En España, el Instituto Nacional de Estadística señala que se producen 10 suicidios al día (un suicidio cada 2.5 horas). Tres de cada cuatro suicidios los cometen los varones. En España, fallecen por cada suicidio el doble de personas que por accidentes de tráfico, 11 veces más



Coloquio sobre el suicidio en el TE de Sevilla.

que por homicidios y 80 veces más que por violencia de género.

Los expertos hablan de más de 8.000 personas que intentan quitarse la vida cada año, y que como consecuencia de ello sufren secuelas psíquicas y físicas, siendo una población del alto riesgo. El mayor número de suicidios se producen entre los 40 y los 59 años (40% del total); y casi 1.000 suicidios se producen entre mayores de 70 años.

Además, el riesgo de suicidio aumenta con la edad, siendo la mayor tasa en varones de más

de 79 años. En edades tempranas, el riesgo de suicidio está en aumento. El ahorcamiento es el método utilizado en casi la mitad de los suicidios por influencia de los varones que lo utilizan en el 52% de los casos.

Las mujeres utilizan como método más frecuente saltar desde un lugar elevado (40%), e intentan el suicidio tres veces más que los hombres; pero los hombres lo consuman tres veces más que las mujeres.



Rueda de prensa en el TE de Baleares.

El TE de Córdoba no se apaga por vacaciones

Soledad y búsqueda de consuelo se incrementan en verano

Voluntarios explican: el calor, los días largos y desconectar de la rutina afectan a los usuarios

Pensamos que la desconexión de la rutina, el tiempo de descanso o de planes escogidos para el período vacacional es siempre sinónimo de bienestar. Y sin embargo el verano es uno de los momentos en que se intensifica la soledad y más personas buscan consuelo. Así lo apuntan voluntarios del Teléfono de la Esperanza.

“En cuanto se frenan los hábitos cotidianos, surgen los pensamientos negativos, y se empieza a dar vueltas al malestar. Pasa en verano y también en Navidad. En este caso el calor es muy malo y los días tan largos también”, comenta la delegada de la entidad en Córdoba, Josefina Santos, que es también voluntaria.

En este sentido coincide otra voluntaria, María Crespo, que detalla además que **“en fines de semana y durante las noches es cuando más veces suena el teléfono”**, aunque esta es una circunstancia que se mantiene durante todo el año.

En estas llamadas, los voluntarios, también denominados orientadores, descuelgan con la misión de transmitir al otro lado que les escuchan, que pueden depositar su confianza en ellos. No son una especie de consejeros ni de jueces o solucionadores, simplemente oídos y consuelo para el que llama.

Satisfacción

“Lo único que hacemos es escuchar a la gente y



la gente se siente agradecida sólo con eso. Te da las gracias por estar al otro lado, y a mí me causa gran satisfacción, pero pienso que en realidad no he hecho nada". Sin embargo, le están prestando algo tan valioso en la actualidad como tiempo y atención, "porque hoy en día no se escucha", comenta la voluntaria.



La delegada del TE en Córdoba, Josefina Santos.

"Después de decir 'Teléfono de la Esperanza, dígame', hay quien te pide que le digas qué debe hacer, que le ayudes a tomar una decisión. Pero esa no puede ser nuestra respuesta. Por supuesto hay quien solamente quiere una oreja y no para en los 15 minutos que está al otro lado", relata Crespo, que entró a formar parte de la entidad en 2011.

Mientras escuchan de forma activa, una habilidad para la que se forman, estos orientadores van tomando notas e interrumpiendo para demostrar que están atentos. La media de estas conversaciones está entre los 10 y 15 minutos, aunque hay otras

que requieren más tiempo y delicadeza. "Lo mismo te llama una persona que se siente sola, que en otra llamada te dicen que se han tomado un bote de pastillas porque quieren morir. Y en estos casos les proponemos ayuda y si aceptan tenemos que avisar al 112", detalla Crespo.

Según los datos del último año, las problemáticas que tratan más a menudo son la soledad en primer lugar; seguida por depresión, ansiedad y crisis de proyecto de vida, que es donde entran las crisis suicidas, comenta Santos. Además, destaca el perfil joven entre los usuarios de esta línea ya que el 50 por ciento tiene entre 45 y 65 años.

A Crespo lo que más le impacta de sus turnos como voluntaria son las numerosas llamadas que recibe de gente joven. "Estudiantes que llaman y te cuentan que sus padres los mandan a Londres para aprender inglés; que lo tienen todo, pero se sienten solos. Simplemente reclaman que sus padres les dediquen un poco de tiempo. Los padres lo deciden pensando que es lo mejor y sin embargo ellos necesitan que les escuchen y les atiendan".

Estos relatos que hacen sonar el Teléfono de la Esperanza cada día se quedan entre las cuatro paredes de su sede. "Cuando salgo por esa puerta me dejo todo lo que me han contado aquí, si no, no podría volver a coger el teléfono", dice Crespo.



La huella de la desesperanza

tercer libro de la colección
Estrategias de Prevención y Afrontamiento

Toda vida es importante en esta sociedad

Javier Urrea busca **ayudar**,
y lo hace desde el **respeto**
también a los **silencios**.

*Por los que se bajaron de este tren en marcha,
y por quienes siempre les esperarán.*

La ONG escucha y orienta a personas que atraviesan una situación de crisis emocional, y cuenta con grupos de apoyo y talleres

Las llamadas al Teléfono de la Esperanza de Salamanca aumentan un 30% y superan las 2.600

Muchas veces lo único que necesitamos es que nos escuchen. Eso es lo que hace el Teléfono de la Esperanza, escuchar a las personas que atraviesan una situación de crisis emocional. Una llamada gratuita que ayuda, de modo anónimo, a superar un mal momento. Las personas que acuden a esta ONG van en aumento; un incremento que en el Teléfono de la Esperanza de Salamanca ha sido en torno al 30% en 2018, 2.634 llamadas frente al alrededor de 1.800 de 2017.

Un total de 29 personas atienden el teléfono, por turnos, las 24 horas al día durante los 365 días del año. Pero no sólo está el servicio permanente de orientación por teléfono, también ofrecen asesoramiento profesional con entrevista personal, y diversos grupos de apoyo, talleres o programas.

Toda esta labor la realizan 39 voluntarios, personas de todas las edades y condiciones, que se dedican de forma altruista a ayudar a los demás. Entre estos voluntarios se encuentran los profesionales de asesoramiento: tres psicólogos, un orientador familiar y dos abogados, que el año pasado realizaron 122 entrevistas.

El Teléfono de la Esperanza, en Salamanca funciona desde el 22 de noviembre de 2003, y Carmen Igea Rasueros es, desde hace poco más de un año, su presidenta. "Los voluntarios no damos consejos ni recetas. Escuchamos. Tenemos una formación importante para poder aprender a escuchar y empatizar con esas personas que pasan por un momento difícil en su vida; lo único que hacemos es darles alguna herramienta para que puedan estructurar esa situación angustiosa y salir de ella", afirma Igea. Para ello necesitan una formación que dura entre año y medio y dos años. "Es una formación específica para poder escuchar serenamente, poder darles herramientas, no implicarte, pero sí empatizar".

Para ella es "una labor muy bonita. Parece que ayudas tú, pero te ayudan a ti. Escuchas a personas sufriendo, que viven una angustia, esa persona, al

sentirse escuchada, se tranquiliza y te da las gracias... Merece la pena. Aprendes mucho, cada llamada para nosotros es un aprendizaje".

Carmen Igea, presidenta del Teléfono de la Esperanza en Salamanca.



Llaman tanto mujeres como hombres de todas las edades, por temas variados: soledad, incompreensión, problemas de pareja, temas económicos, situaciones angustiosas entre las familias, asuntos jurídicos, etc. Cuando ven que son situaciones de maltrato o de drogadicción, por ejemplo, los derivan a asociaciones específicas. Y cuando detectan que la situación requiere una ayuda más personalizada, le dan la opción de ir a la sede a hablar con un profesional.

Acuden porque "pueden contar cosas que no se atreven a contarlas a la familia o a los amigos, porque saben que la persona que está en el teléfono ni la a va a juzgar ni va a sorprenderse y va a intentar escucharla y ayudarla; no decirle lo qué tiene que hacer, pero sí estar a su lado".

Cree que las llamadas aumentan porque, "por un lado, vivimos en un mundo donde todo es materialismo y emocionalmente hay mucho vacío, la gente llama porque a pesar de todo no es feliz; y por otro, porque la crisis no ha mejorado y la gente tiene problemas económicos que implica otros problemas adicionales; al final llama porque está desesperada".



Una voz amiga al otro lado de la línea en Galicia

El Teléfono de la Esperanza atendió en la Comunidad Autónoma 3.000 llamadas, el 60% de mujeres

La interrupción de la rutina habitual, marcada por los ritmos de trabajo y las actividades diarias, acrecienta el sentimiento de soledad en las personas que ya se sienten solas el resto del año y que, de forma temporal, pierden sus círculos de apoyo emocionales al llegar el periodo vacacional. La mayoría de las llamadas al Teléfono de la Esperanza de Galicia tiene como base la soledad no deseada, que golpea especialmente a las personas mayores.

“En esta época del año constatamos un aumento de las llamadas cuya temática es la sensación de soledad y de abandono”, asegura Andrés Abel, responsable del Teléfono de la Esperanza de Galicia, en Santiago.

Sin embargo, estas personas no están del todo solas. Al otro lado de la línea telefónica hay alguien dispuesto a escucharlas. Son los orientadores del Teléfono de la Esperanza, voluntarios con una formación especial cuyo principal cometido es acompañar a la persona que está en crisis, ayudarla a encontrar la salida al final del oscuro túnel. En Galicia son unos 30. “Cuando una persona llama se encuentra al otro lado a alguien que escucha y que la atiende, sin darle consejos ni juzgarla. Nosotros sólo la acompañamos”, explica Abel. Y sólo esa escucha ya es reparadora, asegura. Sólo el poder pronunciar en voz alta eso que le perturba alivia el dolor. Y eso es lo que pretende el Teléfono de la Esperanza, que el año pasado atendió en toda España a 114.273 llamadas en crisis (3.000 en Galicia).

Pero la soledad no es el único problema que atiende este servicio. **La depresión y las crisis de ansiedad son también muy frecuentes.** Cada vez más. “Hay un gran porcentaje de gente que no sabe qué hacer con su vida y que no le ve sentido. Esto lleva a deprimirse, a tener angustia e incluso a la peor situación, que es el intento de suicidio. Aunque las llamadas con temática estrictamente suicida suponen un 2%, este por-



Andrés Abel, responsable del Teléfono de la Esperanza en Galicia.

centaje son muchas personas. Hay que trabajar para prevenir que se llegue a este extremo”, explica.

Aunque la seña fundacional es la atención telefónica, la ONG cuenta con asesoramiento profesional presencial, también facilitado por voluntarios, psicólogos, psiquiatras, orientadores familiares y abogados, para casos que lo requieran. “Se trata de dar sesiones para centrar el problema, y si no se puede resolver en cuatro o cinco, dirigimos el caso donde corresponda”, señala.

Las mujeres acuden más a este servicio “60% frente a un 40% de hombres”, aunque Abel reconoce que cada vez son más los varones que se deciden a pedir ayuda. Las franjas de edad mayoritarias son las de 40 a 60 años y los mayores de 75, más del entorno urbano que del rural. “Los jóvenes llaman poco, aunque cuando lo hacen hay que tomárselo en serio por la gravedad del dolor que tienen y que precisa de una intervención rápida y especializada”, afirma. Este año, la ONG realizará actividades en colegios y asociaciones para dar a conocer su trabajo. “Es una lástima que la gente desconozca los recursos de los que dispone”, explica.

“Cuando nos llaman angustiados, el hecho de la escucha en sí mismo ya es terapéutico”. Andrés Abel comenzó a colaborar con el Teléfono de la Esperanza de Galicia cuando se prejubiló. Es uno de los voluntarios de esta ONG de acción social y desde 2014, su presidente. Según Abel, la principal problemática de las personas que descuelgan el teléfono en busca de apoyo es la soledad no deseada, que se da en todas las franjas de edad, pero especialmente entre las personas mayores.

“A veces, las personas estamos perdidas y eso es lo que les sucede a los usuarios del Teléfono de la



Esperanza, que se encuentran perdidos y no son capaces de ver la salida del túnel. Lo único que hacemos es intentar que la descubran por sí mismos dándoles pequeños chispacitos, porque no sirve de nada enseñársela si la persona no la ve. Nosotros la conducimos hacia esa salida para que ella misma se dé cuenta en qué punto está del problema. El hecho de la escucha en sí mismo ya es terapéutico. Es muy típico que la persona llame muy angustiada, llorando, con mucha ansiedad, y que cuando lleva un rato hablando ya se encuentre mejor. Sabemos que este bienestar no significa que vaya a estar bien, pero ese bienestar le permite relativizar, ir viendo que las cosas cambian y que a veces estás mejor y otras

peor y que, en cualquier caso, nos tiene a nosotros para ayudarla”, afirma Andrés Abel.

Respecto al problema más común, “es la soledad, sin duda, que afecta a todas las franjas de edad, pero muy especialmente a la gente mayor. Y la soledad no deseada duele mucho”.

Andrés Abel afirma que “atendemos a personas con un enorme sufrimiento. La realidad que es, pero en absoluto tiene que ver con la interpretación que hacemos de ella y cada uno la interpreta a su manera, y esto es lo que nos hace sufrir, porque lo que hacemos es resistirnos”.

A cada inscrito se le asignará un voluntario

El Teléfono de la Esperanza de Badajoz pone en marcha ‘Escuchando a nuestros mayores’

Vivir solo no es lo mismo que sentirse solo. Poder tener a alguien con el que hablar, a quien contar preocupaciones o inquietudes que no se pueden compartir con quien vive bajo el mismo techo es una salida crucial para seguir adelante. Con el fin de mitigar la soledad de las personas mayores, el Teléfono de la Esperanza de Badajoz pone en marcha el programa ‘Escuchando a nuestros mayores’.

Las personas que quieran participar tienen que inscribirse, de manera totalmente gratuita, llamando al 924222940. Deben hacerlo los mayores, no sus familiares. A cada inscrito se le asignará un voluntario que se encargará de llamarlo una vez a la semana en su turno, en el horario que al beneficiario le venga bien, para preguntarle cómo se encuentra, si necesita algo o para hablar, para que le cuente su día a día. Esta iniciativa ya se ha desarrollado en otras ciudades.

El Teléfono de la Esperanza de Badajoz tiene una veintena de voluntarios. María del Carmen es una de ellas. Según su experiencia, “los mayores tienen una sensibilidad especial”, y en muchas ocasiones llaman porque necesitan desahogarse. “La soledad no es sólo no tener a nadie, pues casi siempre hay vecinos, primos o hijos, pero puede que no se tenga desahogo con nadie para no provocar disgustos”. En su opinión, es cierto que hay mucha



Miembros del Teléfono de la Esperanza en Extremadura.

gente que vive sola y hay otros que no lo están, pero por sus circunstancias se ven solos. La soledad es la causa que más se repite en las llamadas.

Lo que se busca con este proyecto es un trato cercano y personal a los mayores que se inscriban y que sea siempre el mismo voluntario el que los atienda. También los mayores podrán llamar cuando lo necesiten y serán escuchados por la persona que en ese momento esté al teléfono. “Es una escucha activa, no se juzga ni se dan consejos, sólo se orienta”, explica María del Carmen, quien apunta que hoy en día los jóvenes tienen sus móviles llenos de amigos con los que comunicarse a través de muchas aplicaciones. No todos los mayores saben usarlas y siguen usando el teléfono para conversar. Esta voluntaria describe la realidad: “El teléfono da mucha compañía, pero hay que tener a quien llamar”.



Obituario

ANA SAN ANTONIO

“Si me encuentras guapa, sonríte”



Ana San Antonio. (Fuente Diario de Navarra).

Una de las frases con las que adornaba la delantera de las camisetas de su creación, y que, por supuesto vestía, y... “no me tengo por guapa ni atractiva, pero las personas con las que me cruzo me sonrén y me encanta...”, comentaba.

El pasado mes de julio, en plenos Sanfermines, fallecía nuestra compañera de tantos años en el Teléfono de la Esperanza, Ana San Antonio. Psicóloga de profesión y luchadora por vocación, lideró la dirección del centro de Navarra entre 1996 y 2003.

En su experiencia de vida, muy dura en algunos momentos, aprendió lo que siempre quiso mostrar y enseñar: la oportunidad somos cada uno de nosotros, para sí mismos y para los demás, pase lo que pase.

No era amiga de la indiferencia ni esclava de la diferencia y notoriedad, pero no pasaba desapercibida. Mujer de personalidad muy definida, impetuosa, decidida, trabajadora, pertinaz, clara y directa,

sensible y fuerte ante el sufrimiento humano. Nos regaló siete años de su vida, se metió de lleno en el paisaje y paisanaje de Pamplona, y en el corazón de las amistades a nivel personal y en las relaciones institucionales que supo crear. En su paso por la sede de Navarra impulsó el proyecto *Promoción de la salud emocional e intervención integral en las crisis personales*, guiando la transición hacia este nuevo modelo, con una visión muy clara de lo que una ONG moderna debía ofrecer. Agradecemos la consecución de la nueva y actual sede.

Ana, querida Ana, en conversaciones contigo, comparábamos el TE con un gran muñeco de peluche, debía estar bien conformado y con todas las costuras cerradas para no perder el relleno. Con profesionalidad. Cabeza, extremidades y tronco, bien definidos y cosidos, y dentro el relleno: Corazón y Esperanza. Que sepas, que ya lo sabes, que seguimos vigilando esas costuras para que no se desvanezca el relleno. Gracias por regalarte, gracias por tanto. Que Dios te bendiga.



EL RINCÓN DE LAS ONG

En España, 8,5 millones de personas están en exclusión social según el Informe FOESSA

El Informe FOESSA sobre Exclusión y Desarrollo Social en España, presentado en junio, es en palabras de Guillermo Fernández, coordinador de la investigación, "un relato del momento de incertidumbre en el que nos encontramos y una mirada a nuestra cohesión social para analizar cómo vivimos y reaccionamos ante la gran recesión, cómo estamos enfocando la salida y cuáles son las consecuencias de la crisis en la poscrisis". El número de personas en exclusión social en España es de 8,5 millones, el 18,4% de la población, lo que supone 1,2 millones más que en 2007 (antes de la crisis).

Dentro de este sector social, existe un grupo especialmente vulnerable: son 4,1 millones de personas en situación de exclusión social severa. Son los ciudadanos sobre los que se ceba la desigualdad y la precariedad en sus diferentes formas: vivienda insegura e inadecuada, desempleo persistente, precariedad laboral extrema e invisibilidad para los partidos. Dentro de este grupo existe un grupo de expulsados, que suman 1,8 millones de personas, que acumulan tal cantidad de dificultades que exigirían de una intervención urgente para garantizarles su acceso a una vida mínimamente digna.

La investigación trae, sin embargo, una buena noticia, que está protagonizada por esa sociedad integrada que representan aquellas personas que no tienen dificultades para su supervivencia, que llevan una vida digna en términos materiales y que se ha recuperado a los mismos niveles de antes de la Gran Recesión. Son el 48,4% de la población.

Dentro de esta sociedad integrada se está produciendo una reconfiguración en dos

grandes sectores: un primer grupo, denominado la sociedad de las oportunidades, que integra a dos tercios de la población de España; y un segundo grupo, que conforma la sociedad insegura y en la que estarían unos 6 millones de personas. Este grupo está en la antesala de la exclusión. Los que se encuentran en la sociedad de las oportunidades están en una situación acomodada. No practican la empatía, pues suelen echar en cara, a los excluidos, su desafección y su responsabilidad por estar en esa situación.

En el VIII Informe FOESSA se identifican tres bloques de riesgos sociales.

La pérdida de calidad de nuestra democracia

Estamos arriesgándonos a que se vacíe de contenido ético y redistributivo, y se reduzca a un mero expediente político donde se enfatizan las formas y se guardan las apariencias. Las personas con bajos ingresos y en exclusión social participan menos en los procesos electorales: se registran tasas de hasta el 75% de abstención en los barrios más desfavorecidos Si



las personas excluidas no votan, no entrarán en la agenda política, y esto ahondará más en su situación de exclusión social.

La desigualdad en sus diferentes dimensiones

La vivienda. Es un motor elemental de la desigualdad. El acceso a una vivienda digna se ha convertido en un derecho inaccesible para muchas familias. En los últimos dos años el alquiler ha subido un 30%. Dos millones de personas viven con la incertidumbre de quedarse sin vivienda. El desempleo. A pesar de su reducción progresiva, es una realidad persistente y ahora menos protegida, lo que genera trabajadores pobres y excluidos. El 14% de las personas que trabajan está en exclusión social. Una de cada cuatro personas activas se encuentra en situación de exclusión del empleo. El 37% de los excluidos del empleo lo están también en la vivienda.

Las familias con niños y la juventud están más expuestos a la exclusión social. El 33% de las familias numerosas y el 28% de las familias monoparentales se encuentran en exclusión social. El 21% de todos los hogares con menores se encuentran en exclusión social.

Las desventajas de las mujeres para vivir de forma integrada afectan a todas las dimensiones de la exclusión social. Una mujer necesita trabajar 1,5 horas más al día para ganar lo mismo que un hombre. Si esa mujer es inmigrante, dos horas más. Cuando una mujer es la sustentadora principal del hogar tiene más problemas económicos para acudir a ciertos servicios médicos. Los hogares sustentados por mujeres tienen que reducir con más intensidad los gastos de suministros de la casa. Soportan, además, mayor volumen de amenazas de pérdida de vivienda, mayores cambios de residencia o mayores retornos a la casa paterna.

La exclusión social y no la pobreza monetaria tiende a duplicarse en las personas con discapacidad. El 30% de ellas se encuentra en situación de exclusión social y un 16% en exclusión social severa, el doble que las personas sin discapacidad. El 8,8% de la población ha dejado de comprar medicinas, seguir tratamientos o dietas por problemas económicos.

Los riesgos sociales derivados de los fenómenos demográficos

Estos fenómenos originan un incremento progresivo de la necesidad de cuidados. En España, la familia, y especialmente las mujeres, es el eje del que se sostienen los cuidados y la sostenibilidad de la vida. Uno de cada tres hogares necesita cuidados bien por crianza, por edad avanzada, por dependencia o por enfermedad. En el caso de edad avanzada, enfermedad crónica o discapacidad, el 27% de los cuidadores principales son hombres de la familia, el 64% son mujeres de la familia, el 7,8 son personas remuneradas o contratadas y el 1,2 es la Administración.

Para poder enfrentarnos al futuro, y fortalecer los mecanismos de inclusión de la ciudadanía, los autores del Informe plantean un conjunto de grandes conversaciones cívicas que adecuen definitivamente nuestra forma de convivencia ante este proceso de mutación social que en el Informe se denomina la sociedad desvinculada.

En palabras de Guillermo Fernández, "el reto está en saber -y poder- construir consensos, y la herramienta que parece clave en estos momentos es la construcción de un tejido social capaz de pensar en común los diversos aspectos para que nuestra vida sea realmente social".

Acceso al Informe: <https://www.caritas.es/noticias/viii-informe-foesa-la-exclusion-social-se-enquista-en-una-sociedad-cada-vez-mas-desvinculada/>



CENTROS DEL TELÉFONO DE LA ESPERANZA EN ESPAÑA

Atención en Crisis
717 003 717

ALBACETE
C/ Federico García Lorca, 20-1º
02001 ALBACETE
Tel.: 967 52 34 34. Fax: 967 52 34 48
E-mail: albacete@telefonodelaesperanza.org

ALICANTE
C/ Benito Pérez Galdós, 41-Entr. C
03005 ALICANTE
Tel.: 96 513 11 22. Fax: 96 512 43 49
E-mail: alicante@telefonodelaesperanza.org

ALMERÍA
C/ Francia, 131
04009 ALMERÍA
Tel.: 950 26 99 99. Fax: 950 26 07 89
E-mail: almeria@telefonodelaesperanza.org

ARAGÓN
C/ Lagasca, 13 - 1º
50006 ZARAGOZA
Tel.: 976 23 28 28. Fax: 976 23 41 40
E-mail: zaragoza@telefonodelaesperanza.org

ASTURIAS
Avda. de Bruselas, 4 bajo
33011 OVIEDO
Tel.: 985 22 55 40. Fax: 985 27 65 00
E-mail: oviedo@telefonodelaesperanza.org

BADAJOS
C/ Ramón Albarrán, 15-1º dcha.
06002 BADAJOZ
Tel.: 924 22 29 40. Fax: 924 25 65 08
E-mail: badajoz@telefonodelaesperanza.org

BIZKAIA
Avda. Sabino Arana, 42, 1º
48013 BILBAO
Tel.: 944 100 944
E-mail: bilbao@telefonodelaesperanza.org

CÁCERES
Avda. de los Pílares, 1- bloque 8-3ºB
10002 CÁCERES
Tel.: 927 62 70 00.
E-mail: caceres@telefonodelaesperanza.org

CANARIAS
C/ Mesa de León, 4 - 3º dcha.
35001 LAS PALMAS DE G.C.
Tel.: 928 33 40 50. Fax: 928 33 60 60
E-mail: laspalmas@telefonodelaesperanza.org

CANTABRIA
C/ Santa Lucía, 43. Entresuelo, puerta 1
39003 SANTANDER
Tel.: 942 36 37 45
E-mail: santander@telefonodelaesperanza.org

CASTELLÓN
C/ Segorbe, 8
12004 CASTELLÓN
Tel.: 964 22 70 93. Fax: 964 22 02 58
E-mail: castellon@telefonodelaesperanza.org

CÓRDOBA
Plaza de Cañero nº 31 1º A
14014 CÓRDOBA
Tel.: 957 47 01 95
E-mail: cordoba@telefonodelaesperanza.org

GRANADA
C/ Horno del Espadero, 22
18005 GRANADA
Tel.: 958 26 15 16. Fax: 958 26 15 06
E-mail: granada@telefonodelaesperanza.org

HUELVA
Avda. de Andalucía, 11 - Bajo
21004 HUELVA
Tel.: 959 28 15 15. Fax: 959 54 07 27
E-mail: huelva@telefonodelaesperanza.org

ISLAS BALEARES
C/ Miguel Marqués, 7 - 1º
07005 PALMA DE MALLORCA
Tel.: 971 46 11 12. Fax: 971 46 17 17
E-mail: palma@telefonodelaesperanza.org

JAÉN
C/ Peso de la Harina 1, 4º
23001 JAÉN
Tel.: 953 26 09 31
E-mail: jaen@telefonodelaesperanza.org

LA RIOJA
C/ Duquesa de la Victoria, 12
26003 LOGROÑO
Tel.: 941 49 06 06
E-mail: larioja@telefonodelaesperanza.org

LEÓN
Av. República Argentina 32 1ºC (Pasaje Ordoño II) 24004 León
Tel.: 987 87 60 06
E-mail: leon@telefonodelaesperanza.org

MADRID
C/ Francos Rodríguez, 51 - Chalet 44
28039 MADRID
Tel.: 91 459 00 50. Fax: 91 459 04 50
E-mail: madrid@telefonodelaesperanza.org

MÁLAGA
C/ Hurtado de Mendoza, 3 - "Villa Esperanza"
29012 MÁLAGA
Tel.: 95 226 15 00. Fax: 95 265 26 51
E-mail: malaga@telefonodelaesperanza.org

MURCIA
C/ Ricardo Zamora, 8
30003 MURCIA
Tel.: 968 34 34 00. Fax: 968 34 35 66
E-mail: murcia@telefonodelaesperanza.org

NAVARRA
C/ San Blas, 13 - bajo
31014 PAMPLONA
Tel.: 948 24 30 40. Fax: 948 38 20 34
E-mail: pamplona@telefonodelaesperanza.org

SALAMANCA
Paseo de San Vicente nº 81
37007 SALAMANCA
Tel.: 923 22 11 11. Fax: 923 22 62 35
E-mail: salamanca@telefonodelaesperanza.org

SANTIAGO DE COMPOSTELA
C/ San Pedro de Mezonzo, 26 bis 2ºB (Viviendas San Fernando)
15701 SANTIAGO DE COMPOSTELA
Tel.: 981 51 92 00
E-mail: santiago@telefonodelaesperanza.org

SEVILLA
Avda. Cruz del Campo, 24
41005 SEVILLA
Tel.: 95 457 68 00. Fax: 95 458 23 75
E-mail: sevilla@telefonodelaesperanza.org

TOLEDO
Avda. General Villalba, s/n, Pabellón 8 , bajo
45003 TOLEDO
Tel.: 925 23 95 25
E-mail: toledo@telefonodelaesperanza.org

VALENCIA
C/ Espinosa, 9- 1º- 1ª
46008 VALENCIA
Tel.: 96 391 60 06. Fax: 96 392 45 47
E-mail: valencia@telefonodelaesperanza.org

VALLADOLID
C/ San Fernando, 7 - Local
47010 VALLADOLID
Tel.: 983 30 70 77
E-mail: valladolid@telefonodelaesperanza.org

ZAMORA
Plaza del Seminario, 2, despacho 4.
49003 ZAMORA
Tel.: 980 535 365
E-mail: zamora@telefonodelaesperanza.org

CENTROS EN EL MUNDO CONVENIADOS CON EL TELÉFONO DE LA ESPERANZA DE ESPAÑA

LA CEIBA (HONDURAS)
Avenida Morazan.
Calle al Hospital D'Antoni, Casa nº 17.
Tels.: 9978-2335, 9992-1002
Teléfono crisis: 150
E-mail: lanceiba@telefonodelaesperanza.org

MEDELLÍN (COLOMBIA)
Dirección Calle 33 Nº 78-161 Int.101
Tel.: (00 57 4) 284 66 00
E-mail: medellin@telefonodelaesperanza.org

PARÍS (FRANCIA)
14 Avenue Rene Boylesve
75016 PARIS
E-mail: paris@telefonodelaesperanza.org

SAN PEDRO SULA (HONDURAS)
Colonia Alameda, 13 y 14 Avenidas, 5ª calle, N.E.
Tel.: (00 504) 2558-0808
Teléfono crisis: 150
E-mail: sanpedrosula@telefonodelaesperanza.org

TEGUCIGALPA (HONDURAS)
Col. Florencia Norte. 1ª Calle, 1ª Avenida.
Casa 4058, 2ª Planta
TEGUCIGALPA
Tel.: (00 504) 2232-1314
Teléfono crisis: 150
E-mail: tegucigalpa@telefonodelaesperanza.org

ZÚRICH (SUIZA)
Bederstrasse 76
8002 ZÚRICH
Tel.: (00 41 43) 817 65 65
E-mail: zurich@telefonodelaesperanza.org



Responsabilidad corporativa



Un compromiso vale más que mil palabras

En "la Caixa", la responsabilidad corporativa es el **compromiso** de actuar de acuerdo con nuestros valores: el liderazgo, la confianza y el compromiso social, porque forman parte de nuestra esencia y nos impulsan hacia el futuro.

Ya somos 11 millones marcando la X Solidaria en la declaración de la renta, **¿y tú?**



106  **Actividades
de Interés Social**

Recuerda revisar que has marcado la X Solidaria antes de presentar tu declaración.

Ayudarás a millones de personas que lo necesitan ¡y no te costará nada!

 **SOLIDARIA**
www.xsolidaria.org