

SALUD LABORAL

nº 1016

Las señas de identidad de la “Generación de Cristal”



Generación de Cristal es una adaptación al castellano del término ‘snowflake’ (copo de nieve, en inglés). El término se le atribuye al escritor y periodista “Chuck” Palahniuk. Son jóvenes que han nacido en una época de radicales cambios, con la irrupción y constante presencia de Internet, las redes sociales y las nuevas tecnologías. Con la etiqueta “Generación de Cristal” se quiere resaltar que los jóvenes de hoy, más frágiles, están menos preparados para hacer frente a los naturales obstáculos de la vida.

El término “Generación de Cristal”, o “Generación Z”, es una metáfora bastante diáfana que atribuye a los jóvenes nacidos en el tecnológico siglo XXI una supuesta fragilidad y debilidad a la hora de enfrentarse a los problemas de la vida adulta. Se trata de una generación especial de jóvenes sensibles, creativos y muy intuitivos que cuentan con un elevado sentido de la empatía y una gran espiritualidad y sensibilidad hacia el medio ambiente. Además, poseen fuertes deseos de ayudar a los demás, por lo menos en teoría.

Pero también se dice que son una generación que cuenta con patrones de conducta que en muchas ocasiones las familias no entienden ni comprenden, situación que puede provocar una espinosa convivencia familiar.

Se dice que pertenecen a la “Generación de Cristal” todos los nacidos después del año 2000. Sus padres son parte de la “Generación X”, constituida por personas que sufrieron carencias y padecieron una disciplina más drástica y estricta. Para ellos, una de sus obsesiones era trabajar mucho para que no les faltase nada a sus hijos: “Quiero dar a mi hijo todo lo que no tuve” o “No quiero tratar a mi hijo como me trataron”.

Los expertos coinciden en que la educación actual sobreprotege en exceso a los jóvenes de cualquier tipo de frustración; además, se destaca la influencia negativa en su conducta de las redes sociales. Sin embargo, sostienen que las nuevas generaciones, a diferencia de las anteriores, más autosuficientes, son capaces de reconocer sus debilidades y pedir ayuda.

La “Generación de Cristal” se enfrenta a unas dificultades diferentes y, por lo general, tiene más recursos para expresar lo que les ocurre.

¿Cuáles son las características de la Generación de Cristal?

Las principales características que comparten los jóvenes que pertenecen a la Generación “Z” o de “Cristal” son las siguientes:

- Son nativos digitales. Desde que nacieron, la tecnología y las redes sociales forman parte de estilo de vida, a diferencia de sus padres, para quienes la tecnología es una herramienta de trabajo.
- Como la tecnología forma parte de su día a día, generar amistades y romances vía redes sociales se convierte en una realidad y no una simple ilusión.
- Muestran interés disminuido por la lectura o los eventos culturales. Hoy en día es poco común ver a un joven con estos intereses.
- Aceptan la diversidad. Es una generación comprometida con las causas sociales y el respeto hacia los demás.
- Sus habilidades están mayormente enfocadas hacia lo audiovisual.
- Son defensores de aquello que consideran injusto.
- Sensibles emocionalmente y menos tolerantes a la frustración.
- Sensibles al rechazo y a la crítica.
- Son altamente demandantes.
- Son cuestionadores.
- Expresan abiertamente sus emociones y pensamientos.
- Tienen una baja tolerancia a la frustración.
- Sus pequeños esfuerzos les parecen hazañas.
- Tienden a deprimirse puesto que se cuestionan. Las cosas no suelen ser como lo esperan.
- Están condicionados a premios, recompensas y negociaciones.
- Son altamente creativos y evaden el sufrimiento.

Esta Generación apuesta por los cambios, transforma de forma positiva la forma de pensar habitual y reta a la sociedad en su conjunto a cuestionar los actuales modelos de negocio y de consumo.

Consejos para acompañar a la Generación de Cristal

Recomendaciones para acompañar la educación de los jóvenes de la “Generación de Cristal”:

- **Aceptar que van a sufrir.** Equivocarse es una parte ineludible de la vida y ayuda a crecer siempre. Sin embargo, es posible sostenerlos y darles recursos para que afronten mejor ese momento de malestar.
- **Trabajar la gestión de las emociones.** Se trata de ayudarles a reconocer todo el universo emocional, no solo aquellos sentimientos que son “positivos”. El miedo y la ira también tienen algo que enseñarnos.
- **Señalar y hacer cumplir los límites.** Educarlos bajo un paradigma de mayor respeto y afecto no implica la ausencia total de límites. Por el contrario, estas pautas son necesarias para poder reconocer el peligro, defender sus propios derechos y también para aprender a respetar los ajenos.
- **Revisar los propios prejuicios al respecto.**



Son una Generación que ha tenido muchas ayudas de sus padres, del entorno escolar y del social, y demasiadas herramientas con las que cubrir sobradamente sus necesidades.

Pero, ¿qué puede pasar cuando se les rompa la burbuja, el recipiente frágil que les protege? ¿Qué les puede suceder cuando tengan que afrontar la superación, gestionar situaciones complejas y frustrantes, y no encuentren en ellos recursos necesarios para hacerlo satisfactoriamente porque nadie antes se los ha enseñado?

Cinco medidas para que adquieran estas habilidades

1. **No poner excusas ante los malos comportamientos, ni mucho menos ensalzarlos.** Tampoco conviene catalogar de excepcional un comportamiento que debería ser habitual.
2. **Deben asumir más responsabilidades.** Los jóvenes deben asumir esa responsabilidad que a veces les negamos. Es vital para su desarrollo. Asignémosles tareas y funciones en los ámbitos donde se desenvuelvan.
3. **Ofrecerles participación en las decisiones.** Se trataría de fomentar encuentros esporádicos de la familia para analizar y acordar algunas medidas. Lo realmente importante es que vayan asumiendo algunas decisiones que se comparten con los demás. Pero no se trata de establecer un constante régimen asambleario. Los padres no pueden declinar responsabilidades y decisiones que solo a ellos competen.
4. **Obligaciones y tareas personales y colectivas.** Deberíamos evitar darles todo hecho. Deben asumir las tareas que puedan realizar para sí mismos o para ayudar a otros.
5. **Enseñarles a tener criterio propio.** Es una labor difícil, pero debemos ayudarles a formar sus propios criterios y pensamientos. Acostumbrarles a analizar sobre acontecimientos cercanos para poder mantener una autonomía de pensamiento y una seguridad ante situaciones futuras.



Imma Badia Camprubí
Secretaria de Acción Sindical
y Salud Laboral de FEUSO