

Amors d'estiu

Joves tocats per Cupido

Qui no recorda aquell **primer amor** d'adolescent que va aparèixer durant les **vacances**? Amors que marquen un **despertar**

GEMMA CASTANYER

FOTO: SHUTTERSTOCK

L'estiu és l'època idònia per començar una primera relació. El clima i el context hi acompanyen i biològicament hi estem més predisposats. Però ¿què passa quan s'ha de tornar cap a casa? Com mantenir el vincle amb aquella persona? I els pares, hi han d'intervenir?

"M'agraden els amors d'estiu perquè són intensos i genials! Llàstima que arriba un dia que els hi has de dir adéu"; "Jo n'estic vivint un i espero que sigui per molt temps"; "El meu amor d'estiu de l'any passat va ser molt passional. Aquest any viatjo al mateix lloc i espero tornar-me'l a trobar"; "Per mi són fantàstics perquè durant l'hivern tothom ja té els seus nòvios a l'insti. Quan arriben les vacances que no els veus, doncs tens un rotlló d'estiu, passa molt sovint. Aquest any en tinc un: el meu primer amor d'estiu! És del càmping on anem amb els meus pares de vacances. Ja ens hem promès que quan s'acabi l'agost no ho deixarem!"

Aquesta és una mostra dels nombrosos comentaris recollits a la web www.adolescents.cat, a proposta d'aquest diari, sobre els avantatges i inconvenients de tenir una relació durant l'estiu. Un descobriment per a molts adolescents que coincideix amb l'època de vacances, ja sigui durant unes colònies com en unes estades lingüístiques o al lloc d'estiu habitual de la família. La major part de comentaris (fets principalment per noies) destaquen els aspectes positius d'aquest primer amor: intens, passional, màgic o idíl·lic. Preferirien que s'allargués durant l'hivern i



INTENS. Els amors d'estiu acostumen a ser molt intensos però difícilment superen el pas del temps.

asseguren que el volen mantenir un cop tornin a casa. N'hi ha, però, com en Joan, que no entén com es pot lligar tenint els pares al costat: "Durant tot el juliol sóc a Blanes més avorrit que una ostra! Ni amors d'estiu ni punyetes! Com has de conèixer algú si tens tot el dia el papa i la mama perseguint-te? I ja tinc 14 anys...", explica. O la Mireia, que no acaba de trobar cap aspecte positiu a un vincle que dura tant poc temps: "Tinc 16 anys i l'estiu passat vaig tenir un primer amor d'estiu. Va ser molt bonic, però quan es va acabar em vaig sentir molt tonta, com si hagués perdut el temps. Aquell noi em va deixar d'agradar i des d'aleshores no he estat amb ningú més", explica.

Qüestió de química?

Que a l'estiu tota cuca viu no només ho diu el refrany sinó que biològicament estem més predisposats per relacionar-nos. Soledad Calle, psicòloga i coach de l'espai de psicoteràpia Quantum (Barcelona), apunta tres factors que afavoreixen aquest primer contacte: el context, el clima i un tercer aspecte biològic. Els amors d'estiu es desenvolupen durant les vacances i, per tant, en un "espai de cert relaxament, sense pressions, obligacions, ni

.....
"Totes les relacions d'estiu inclouen una dosi de passió, de compromís i d'intimitat"

.....
"Va ser el primer gran trasbals de la meva vida. Estava posseït i no menjava", diu G. Quintana

horaris", apunta. Fa més calor, el dia s'allarga, hi ha més hores de sol i podem ampliar el nombre d'activitats que fem durant el dia i, finalment, "el nostre cervell ens predisposa a aquest tipus de contactes perquè segrega més quantitat de melatonina", una hormona que participa en una gran varietat de processos cel·lulars, neuroendocrins i neurofisiològics. Adolescència i estiu, doncs, és la combinació perfecta per començar una relació que, segons la psicòloga, inclou una dosi de passió, d'intimitat i de compromís. "El grau en què desenvolupin cada un d'aquests factors dependrà d'ells mateixos i de les seves expectatives. Estan en una edat d'aprenentatge i de descobriment, i és necessari que experimentin amb aquests sentiments", explica.

I la va treure a ballar

"Tenia 12 anys. Havíem anat de vacances amb la família a Roses i em vaig enamorar bojament d'una nena del Canadà que tenia un any més que jo. Va ser el primer gran trasbals de la meva vida. No sabia què em passava, estava posseït i no menjava. L'únic que vaig aconseguir va ser ballar una cançó amb ella, el tema era molt dolent i l'endemà aquella nena se'n anava cap a casa. Després d'acomiar-me'n em vaig enamorar d'una altra nena estrangera i ja no vaig parar!", explica el cantant i líder de Sopa de Cabra, Gerard Quintana. Immers en la producció d'un llibre autobiogràfic que sortirà publicat els pròxims mesos, Quintana recorda que vivia els amors d'adolescència totalment revolucionat des del punt de vista hormonal, un estat difícil de controlar. "Amb els anys he descobert que l'escàner cerebral d'una persona enamorada és similar a la d'un psicòtic obsessiu. El nostre cos difícilment



ENTORN. La calor, els dies més llargs, la relaxació i l'increment d'activitats són el còctel que explica per què estem més predisposats a l'amor a l'estiu.

Primera cita

Un bon àpat

—
Ada Parellada, mestressa del restaurant Semproniana i mare de dos adolescents, ens dóna alguns consells. Important: que no t'ho preparin els papes, fes-te'l tu mateix!

— **Sopar a base de plat únic. No calen dos plats**

— **Cuinar un plat que s'hagi provat de fer abans i que ens quedi bé!**

— **Preparar-lo durant la tarda i evitar la típica pizza, hamburguesa o pasta amb salsa de tomàquet —encara que tinguin l'èxit assegurat.**

— **Tenir cura de la taula. Evitar gots i plats de plàstic però tampoc treure la cobreteria de Nadal dels pares. Val més fer servir uns individuals i una vaixela de color amb tovallons de tela.**

— **Si tens una terrassa, guanyaràs molts punts! Èxit assegurat!**

— **Pel que fa al menú, podeu consultar el llibre de l'Ada, Primer cal batre els ous (Ed.Graó).**

podria aguantar més de tres mesos en aquest estat, per això l'enamorament en si mateix no pot durar gaire temps",

apunta. Instal·lat a Eivissa —"illa de pas que convida a aquest tipus d'experiències"—, Quintana rememora els anys de concerts amb el grup, en els quals confessa que "es mantenia més sexe que no pas relacions prolongades, perquè era molt difícil ser desagradable amb algú que se't mostrava tan afable després d'un concert".

Sigui com sigui, el cantant defensa que l'estiu és l'època més bonica per obrir-nos a l'altre: "Tot passa més lent, tot és més lleuger, hi ha menys gravetat i ens deixem anar més fàcilment. No creus que fins i tot estem més guapos?", es pregunta.

Qui també defensa aferrissadament aquest tipus de relacions és Ada Parellada, mestressa del restaurant Semproniana de Barcelona i mare de dos adolescents, que proposa alguns menús per un primer sopar romàntic. "El meu marit, el pare dels meus fills, és un



amor d'estiu. Passàvem les vacances al mateix poble i sempre m'havia agradat –jo també a ell!–. Ens vam conèixer quan tenia 12 anys però la relació no va començar fins que en vaig tenir 20. Mentrestant, cada estiu vivíem un nou amor adolescent”, explica. Com a mare, la perspectiva ha canviat i reconeix que és difícil arrencar qualsevol paraula sobre el tema, sobretot al fill gran, de 15 anys. “Sé del cert que l'any passat va tenir una aventura, però no n'hem tret ni un comentari. Som uns detectius nefastos!” , comenta Parellada. “La meua filla, que té 13 anys, és feliç amb una bicicleta, una raqueta i la colla, encara no li interessen gaire aquests temes”, afegeix.

Segons Soledad Calle, els pares no haurien d'intervenir excessivament davant una primera relació dels seus fills, recomana ser prudent i respectuós, i mantenir-se com un agent al marge. “Els diria que escoltessin, acompanyessin, respectessin i sobretot confiesin en els recursos dels seus fills. Davant una primera relació, i malgrat que el primer impuls sigui protegir-los, ens hem de situar al seu lloc i intentar evitar el que no ens agradaria que ens fessin a nosaltres”, explica. I quan es retorni a la normalitat, deixar que siguin ells els qui decideixen de quina manera volen continuar la relació: “Tot just comencen a aprendre i a descobrir, i els hem de donar espai”. —

Per a més informació

Un amor d'hivern, un amor d'estiu

Maria Rosa Vallribera. Ed. Empúries

Amor d'estiu

Diversos autors. Ed. Cruïlla

A tres metres sobre el cel

Federico Moccia. Ed. Columna

Un petó de mandarina

Eulàlia Canal. Ed. Barcanova

Enamorar-se Quèstió de química?

Mara Dierssen, neurobiòloga del Centre Genòmic de Barcelona, explica:

“Quan ens enamorem, el cervell activa el sistema de recompensa, que és el mateix responsable de la drogadicció. D'aquí que en alguns casos pugem dir que existeix addicció a l'amor”. Per què quan parlem d'enamorament es fa referència a una qüestió de química entre dues persones? La neurobiòloga Dierssen afirma: “Els elements químics intervenen en l'enamorament. Les feromones determinen l'empatia i l'atracció entre dues persones”. Mara Dierssen precisa que quan estem enamorats “es desactiven algunes àrees cerebrals, i per això diem que l'amor és cec –abaixem el llistó i no veiem els defectes de l'altre–”. I afegeix: “També podem tenir taquicàrdies, tremolors o les clàssiques papallones a la panxa”.

Fora de classe

Xavier Gual

Les vacances del juliol

El juliol és un mes fantàstic per fer vacances. Malauradament, ben pocs pares i mares poden gaudir-ne per descansar, carregar piles i compartir moments de lleure amb els fills. El mes de juliol sembla exclusiu per als professors, perquè allà on vas de turista te'ls trobes. Que consti que em considero un privilegiat. No sempre he treballat com a docent, per tant, sé el que és pensar i suar mentre veus els joves divertint-se a la platja a partir de Sant Joan. Tot i així, és una llàstima que el mercat laboral no sigui més flexible i que encara la gran majoria hagi de fer les vacances exclusivament a l'agost, com si a les empreses no els importessin gens les necessitats familiars. A l'agost tothom para màquines, i les màquines i les xifres, ja se sap, manen.

Aquest juliol, la segona quinzena, hem decidit passar uns dies en un càmping fantàstic que és ideal quan tens criatures. De seguida ho vam tenir clar i vam fer la reserva. Ara bé, els mateixos dies a l'agost, en el mateix lloc, ens costaven 500 euros més que al juliol. Vam aprofitar l'oferta. La sorpresa és que hem passat dues setmanes gairebé sols. Fins i tot amb la sensació estranya d'anar absolutament a contracorrent o fer alguna cosa que no tocava. També m'he fixat que els nois i noies que voltaven pel càmping –alguns d'adolescents– estaven amb els seus avis i no amb els pares, que els caps de setmana vénen de visita.

Les dificultats de conciliar

Durant el curs, les activitats extraescolars de la tarda serveixen per emmascarar que els pares tenen poc temps per estar amb els fills. Doncs bé, això també passa al juliol. Els fills tenen una mica més de dos mesos de vacances i els pares amb feina –que avui en dia encara s'ha de considerar una sort immensa– menys de la meitat que ells, alguns ni quinze dies. El més fotut per a les famílies és que qualsevol solució els costarà diners i penúries. Valen diners les colònies del juliol, i valen més diners –perquè topes de nassos amb la temporada alta– les vacances a l'agost. Les estadístiques diuen que és en aquest període quan la fortlesa dels matrimonis es posa a prova i que en més d'unes vacances s'hi ha gestat un divorci tempestuós. No m'estranya, perquè el mercat laboral ha planificat a traïció unes vacances massificades i diabòliques. Vagis on vagis t'hi trobaràs a tothom. Si et quedes a la teua ciutat et semblarà abandonada, com si hi hagués de venir un holocaust. I si te'n vas d'estiu, com a càstig, tot et serà més car que si hi haguessis anat trenta dies abans o després. Això sí, amb un tres i no res arribarà el setembre, la gent s'incorporarà a la feina encara que els dolgui, però els fills seguiran de vacances. Llavors hauràs d'encaixar-los a casa els avis, a la piscina municipal si amb sort encara fa calor o, si et deixen, infiltrar-los a la feina i que juguin amb la videoconsola fins a l'hora de dinar. Per sort, quan els fills són adolescents el que prefereixen és estar lluny o molt lluny dels pares –tot i que se'ls estimin, eh?–. És una qüestió hormonal, de necessitat d'espai i de llibertat. Esclar que això ja pot anar bé a les dues parts. Perquè no hi ha pitjor suplicí per als pares que gastar-se la paga amb un viatge que fastigueja els fills adolescents. Ells només volen anar a un poblet amb festa major on puguin formar la seva colla i flirtejar una mica.

Sempre penso que si els pares han tingut fills és perquè volen estar amb ells. Com a professor puc donar fe que, malauradament, no sempre és així, que alguns fan hores extres expressament per estalviar-se responsabilitats a casa. Però els que volen compartir amb els fills la seva vida, de ben segur que troben a faltar temps i oportunitats per viure moments en comú. Em sap greu no disposar de la vareta màgica per atorgar més vacances a tots els treballadors que en tenen poques o gens. No m'agradaria que la solució passés per retallar les “excessives” vacances dels docents, perquè llavors no hauríem entès res del problema. Crec que les famílies d'avui estan massa deslligades i algunes fan les vacances quan poden o, més ben dit, quan les obliguen.

Xavier Gual és escriptor i professor de secundària

