



Cómo criar a nuestros hijos adolescentes I

INTRODUCCIÓN

La etapa de la adolescencia usualmente comienza entre los 13 y los 14 años de edad; sin embargo, en nuestros días, todo ha cambiado. Podemos decir que la adolescencia comienza desde los 10 años, aproximadamente.

No es nuestra finalidad establecer una edad promedio en la que la etapa de la adolescencia comienza.

Sencillamente queremos tratar de entender qué es un adolescente; porqué piensa de determinada manera; qué situaciones tiene que atravesar un padre para poder educar correctamente a sus hijos adolescentes, pues esta etapa es, muchas veces, desconocida y difícil.

En una ocasión hablé con un padre de familia. Él me decía:

“Doctor, experimenté una bendición y una felicidad muy grande en mi vida al criar a mis hijos de pequeños. Íbamos a todas partes juntos, disfrutábamos de días de campo, íbamos de compras, teníamos la oportunidad de convivir.

Pero sucedió algo: cuando comenzaron a atravesar la edad de los 13 y 14 años, se disgustaban al salir con nosotros, querían salir con sus amigos solamente.

Comenzaron a avergonzarse de nosotros, aún delante de sus amigos; no querían que ellos nos conocieran. Querían mostrarse más independientes, como una manifestación de querer ser ellos mismos, de no estar ligados a este par de ‘viejitos’.

Para mi hijo soy pasado de moda, ya no puedo divertirme con él. Él ha buscado nuevas amistades y se me hace casi imposible poder acercarme a su vida”.

¿TIENE QUE SER LA ADOLESCENCIA UNA SEPARACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS?

Cuando nuestros hijos son pequeños los podemos llevar con nosotros a los días de campo, de pesca, al fútbol, etc. Pero, cuando empiezan a atravesar la etapa de la adolescencia esto cambia: hay una separación muy notoria entre los adolescentes y sus padres.



En los años 50's o 60's del siglo pasado, entrevistas señalan que la gente más influyente en la vida de los adolescentes eran sus

padres, después sus maestros, su entrenador de deportes y, en algunos casos, personajes políticos o históricos. Por otro lado, los problemas disciplinarios que se encontraron en los adolescentes en las escuelas, eran: hablar, masticar chicle, hacer ruido o no formarse correctamente en la línea.

Sin embargo, en una investigación reciente, se demostró que la máxima figura de autoridad que los jóvenes y adolescentes respetan o tratan de imitar son los deportistas, los artistas de cine, los cantantes y otro tipo de celebridades del entretenimiento.

También los problemas disciplinarios han cambiado, las preocupaciones actuales son: mal comportamiento en las escuelas, drogas, abuso de alcohol, embarazo, suicidio, violación, robo, asalto, tiroteos, asesinatos, etc.

En otras palabras, estamos enfrentando una generación diferente a los años 40 y 50 y debemos de hacernos responsables de ello. **Nosotros, los padres de familia, tenemos que enfrentar el reto de dirigir y criar a nuestros adolescentes.**

Los problemas en las familias, tales como: divorcio, madre o padre solteros, padrastros, entre otros, se han multiplicado muchísimo últimamente.

Qué decir de aquellas familias en las que

ambos padres trabajan y los niños pasan mucho más tiempo fuera de casa después de la escuela, con los amigos, en donde las drogas están disponibles; o bien, solos dentro del hogar.

Además, las películas y la televisión proveen a los niños de mucha información acerca de un estilo de vida muy complejo; experiencias muy complejas para ellos, como: el homosexualismo, el sexo libre, etc.

La adolescencia en sí misma, es un periodo de cambio entre el muchacho y los padres. Ya no estamos tratando con un niño; estamos tratando con un adulto que emerge, que aparece de pronto, pero que está en formación. Por lo tanto, **los métodos de disciplina, interacción, comunicación y control sobre nuestros adolescentes deben de cambiar.**

Los padres debemos estar más conscientes de que estos cambios de conducta en los adolescentes son normales, tal como veremos más adelante. Tenemos que aprender a lidiar y a enfrentar estas conductas. La solución no es simplemente aislarlos o hacernos a un lado.

Nuestra intención es proporcionar herramientas a los padres que son sinceros y quieren ayudar a sus adolescentes, mostrarles cómo pueden conducirlos a un desarrollo saludable y normal.

Todos nosotros sabemos, por experiencia, que durante esta etapa existen algunos trastornos emocionales o cambios serios en la conducta de los jóvenes. A veces éstos parecieran estar fuera de control.



No dejemos que se forme esa distancia entre el adolescente y el padre. Cuando el adolescente llega a casa, solamente lo vemos cuando se dirigen hacia el baño o hacia el refrigerador; cuando los saludamos

parece que gruñen una o dos palabras como “qué tal”, pero no hay una libertad de expresión, no existe esa comunicación entre ambos.

Y entonces, ¿cuál es la tendencia de muchos padres? Aislarse, retractarse. No se tienen las herramientas a la mano para poder enfrentar esa

etapa y que no pase sin el cuidado y la autoridad de ambos padres.

¡PONGAMOS ATENCIÓN A LOS CAMBIOS!

A continuación vamos a mencionar algunos cambios que se producen en los adolescentes y que son muy importantes para entender sus conductas:

- Su inteligencia aumenta.** Los adolescentes, de repente, de hacen muy inteligentes y saben básicamente todo lo que se puede saber; tienen todas las respuestas correctas. Ironía, claro.

- Los amigos se convierten en los más inteligentes.** A veces más que sus padres. El coeficiente intelectual de sus amigos también se incrementa marcadamente. Pareciera que cuando el padre dice algo no significa mucho para ellos, pero cuando sus amigos lo dicen, ellos están convencidos de que es verdad.

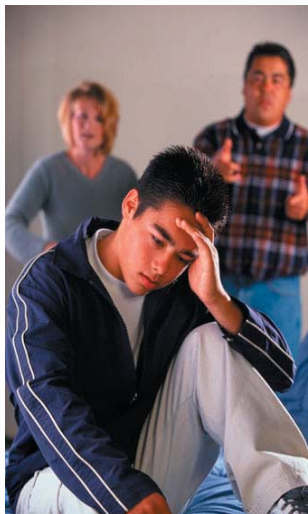
- La comunicación disminuye.** El niño pequeño que solía platicarte muchas cosas, que se acercaba a ti y tenía mucho que decirte, ahora no se comunica contigo por largos periodos de tiempo o, simplemente, no te cuenta nada.

- Se aíslan de la familia.** Llegan a la casa, se encierran en sus cuartos, escuchan música, hablan con los amigos, etc. Su actitud es de aislamiento y de poca comunicación. De hecho, sus respuestas a tus preguntas son cortas, de una o dos palabras.

- Su recámara gana más importancia.** Tienen a pasar mucho tiempo en sus recámaras. Una razón muy probable es que tratan de escapar de adultos que no tienen la menor idea de lo que a ellos les está pasando. Si tienen televisión o teléfono en su cuarto, la única vez que los ves salir de ahí es para ir al baño o al refrigerador a tomar algún alimento. Como usan tanto el teléfono, pareciera que ellos son accionistas que invierten su dinero en las compañías telefónicas o que han heredado acciones.

- Hay gran irritabilidad.** El enojo siempre está presente, frecuentemente se sienten enojados u ofendidos. Si les pides que saquen la basura, lo van a hacer de mala gana, quejándose bajito, pues es algo que interrumpe sus actividades, que son de gran importancia. A veces, hasta responden con majaderías y palabras malas.

•**La presión grupal se incrementa.** Ahora su deseo es pasar el mayor tiempo posible con amigos de su edad, con quienes podrá hablar y quienes si lo entienden.



•**Cambian de humor drásticamente.** ¡Esto es tan frecuentes en los adolescentes! Se enojan fácilmente, se frustran rápidamente. Estas emociones son típicas de esta edad.

•**Desarrollan un código de vestimenta.** Se quieren vestir como se visten los demás en su grupo. Si hay un cierto estilo o marca que se incluye en el código de vestimenta de su grupo de amigos, ellos lo tienen que adquirir, independientemente si sus padres están dispuestos a pagar al costo del producto.

•**Los intereses académicos declinan.** Las calificaciones escolares pueden bajar, comienza a haber falta de interés en la escuela. Esto es debido a otros quehaceres, tales como el fútbol, la atracción por el sexo opuesto, el hablar por teléfono y las fiestas. Todo esto hace que la escuela sea de secundaria importancia.

•**Se vuelven flojos.** Esto no quiere decir que estén inactivos. Realmente esta inactividad o flojera se debe a que están muy ocupados en muchas otras actividades. El trabajo se convierte en flojera; cuando se les pide que hagan algo del trabajo de la casa, siempre dan una excusa.

¿Son cambios reales? Claro, hablo en una forma quizá un poco magnificada, irónica. Cuando tú escuchas veas cambios te darás cuenta de que no estoy exagerando las cosas.

Estos comportamientos y actitudes son típicos en los adolescentes. Si tu hijo muestra estas características, él es el tipo de adolescente que te puede causar preocupación, porque estás viendo que su comportamiento de niño a adolescente cambió por completo.

Pero, ¡te tengo buenas noticias! No te debe

causar gran preocupación. Más bien, debes de preocuparte en cómo tratar a tu hijo en esta etapa. Si solamente te preocupas pero no te preparas para educarlo, no le haces ningún bien. Al contrario, vas a enfrenar a un hijo sin saber cómo.

Comenzarán los choques entre padre e hijo, problemas familiares, enojos, gritos, enemistades, falta de comunicación. No podrás ayudarlos de esa manera.

LA ETAPA DE LA ADOLESCENCIA TAMBIÉN AFECTA A LOS PADRES

Nosotros como padres, también tenemos cambios cuando nuestros hijos llegan a la adolescencia. Es muy interesante porque hay un paralelismo. El hijo sufre cambios; los padres sufren cambios. Esto es muy importante porque afectan su habilidad de tratar con sus hijos adolescentes. Algunos ejemplos comunes son:

- Problemas matrimoniales
- Depresión
- Crisis familiar
- Problemas económicos
- Crisis de identidad
- Ansiedad
- Dificultad en permitirle a tu hijo convertirse en adolescente
- Etc.



Sin embargo, hay otros cambios que suceden en los padres, los cuales son ignorados. Vamos a tratar de explicarlos para que entendamos que también el padre sufre cambios y que éstos pueden afectar demasiado la capacidad para enfrenar al adolescente.

Según los adolescentes, los cambios que se producen en nosotros, los padres, son los siguientes:

•**La inteligencia disminuye.** Pareciera como si la energía requerida por un niño para desarrollarse físicamente en la adolescencia fuera vaciada directamente del cerebro de sus padres.

Perdemos varios puntos de nuestra capacidad de coeficiente intelectual, aunque no hay ninguna prueba científica que lo respalde. Sin embargo, para ellos, pareciera que nos hacemos menos inteligentes que cuando tenían 9 o 10 años de edad.

•**El padre comete errores en su lógica y razonamiento,** como resultado de esta pérdida de inteligencia, contando con menos capacidad y habilidad para proveer al adolescente de información.

•**Se convierte en una vergüenza.** Tu hijo que siempre quiso estar contigo, ahora le da pena que lo vean contigo, pareciera que te has convertido en una verdadera vergüenza para tu hijo, hablo con todo respeto. Así nos ven ellos.

•**Se desarrolla senilidad o amnesia.** O te dormiste en tu adolescencia o no tienes memoria de lo que es ser un adolescente y no entiendes por lo que él o ella están pasando. Ya que no tienes ninguna idea, no hay manera de que puedas relacionarte con las experiencias, problemas o deseos del adolescente.

Pareciera que a todos nosotros se nos olvidó que fuimos adolescentes, ya olvidamos todos los cambios que tuvimos y cómo luchamos para poder sobrevivir muchas veces sin la ayuda de nuestros padres.

•**Hay un retroceso mental.** Cuando tu hijo era más pequeño entendías sus situaciones, sentimientos y necesidades; ahora que tu hijo es adolescente, te has convertido en un anticuado y no estás al corriente.

•**La habilidad para comunicarse disminuye.** Ellos te ven como si estuvieras loco, como si no tuvieras la menor idea de lo que estás diciendo. Cuando les pides que hagan algo parece que no te escuchan o hacen lo opuesto a lo que les dices que hagan.

¿Has perdido la habilidad de comunicarte efectivamente? Cuando les hablas a tus hijos

ellos dirigen la mirada al piso o al techo o están pensando qué van a hacer en unos momentos más. Dos cosas han sucedido: o se te olvidó ya como comunicarte o les estás hablando en un idioma extraño.

•**Irritaciones frecuentes.** Cada vez irritas más a tus hijos. A veces tu sola presencia irrita a tu adolescente. A veces, cualquier cosa que hagas lo va a irritar. Es increíble los roces diarios que se producen entre madres e hijos.

Con vergüenza puedo decir que los padres son los menos interesados en criar a sus hijos adolescentes. Se rinden ante la incapacidad de hablar con sus hijos, no saben preocuparse y amarlos.

•**La influencia de los padres sobre los hijos adolescentes disminuye.** Lo que tú dices significa muy poco para tu hijo y, como resultado, tienes muy poca influencia sobre ellos. Las opiniones ajenas, especialmente las de los amigos de su edad, son más importantes que las tuyas.

Ellos creen más a su amigo que a su papá, son más influenciados por ellos que por su papá. Inclusive, cuando el padre da un consejo, se les hace que es un ignorante y que se quedó en la edad de piedra. Pero cuando su amigo le da un consejo, lo respeta, pueden ser cosas increíblemente falsas; sin embargo, ellos lo creen.

Qué importante es la influencia de nosotros como padres sobre ellos. Lamentablemente, en la preparatoria o bachillerato, antes de ir a la universidad, la influencia del padre disminuye dramáticamente y la influencia de los amigos aumenta en gran manera.

COMENCEMOS CON EL EJEMPLO

Nosotros, los latinos, somos muy dados a los sentimientos, a los buenos deseos. Pero debemos enfrentar una realidad: las acciones cuestan, los hechos cuestan.

Enfrentar a nuestros hijos adolescentes no es fácil, te puedes equipar estudiando libros que hablan sobre la adolescencia. Hay que ser humildes y aceptar que no tenemos las herramientas.

¿Cómo le puedo yo pedir a mi hijo adolescente

que no maldiga si yo maldigo? ¿Cómo van a respetar la autoridad en casa cuando hay discusiones agrias entre los padres? ¿Perdemos toda autoridad moral? Claro que sí.



¿Cómo pedirle que sea respetuoso con las mujeres cuando ve que tú no las respetas o cuando ve que compras material pornográfico y le dices “es que esto no es para ti”? Nuestros adolescentes no están ciegos, ellos se dan cuenta de estas cosas y esto hace que no respeten la autoridad en casa.

Cambiamos nuestra actitud, si queremos que nuestros hijos cambien. Debe haber primero cambios en los padres, no son cambios difíciles, son cambios que traen tranquilidad y estabilidad al hogar; paz y calma al alma que los hace.

El ejemplo habla más que mil palabras.

Cuando nuestros hijos ven lo que hacemos y que somos íntegros, ellos lo serán también, por lo regular. Pero si hay problemas familiares como: hijos en las drogas, abusando del alcohol, una hija adolescente embarazada, etc., todo esto causará tensión en la casa y afectará a nuestros hijos adolescentes.

ENSEÑEMOS A RAZONAR A NUESTROS HIJOS

Hemos visto el enfoque científico de los cambios que ocurren en el adolescente y en el padre durante esta etapa. Pero ahora, ¿cuál es el enfoque espiritual? Así como somos cerebro, somos alma también y necesitamos alimento para nuestra alma. Leamos una porción de las Sagradas Escrituras:

Hijo mío, guarda mis razones,

Y atesora contigo mis mandamientos.

Guarda mis mandamientos y vivirás,

Y mi ley como las niñas de tus ojos.

Lígalos a tus dedos;

Escríbelos en la tabla de tu corazón.

Di a la sabiduría: Tú eres mi hermana,

Y a la inteligencia llama parienta;

Para que te guarden de la mujer ajena,

Y de la extraña que ablanda sus palabras.

Proverbios 7:1-5

Papá, que nuestros hijos puedan guardar nuestras razones. Tú preguntarás cómo puedes capacitarte para educar a tus hijos. Yo te respondo: en la Palabra de Dios.

Este proverbio nos dice cómo un padre razona con su hijo, sabe guiarlo y conducirlo. Cuando un padre está ligado a Cristo, él es la cabeza del hogar y tiene de Cristo la ayuda necesaria para conducir a sus hijos.

Aunque no sea un sabio ni un erudito en cuando a la psicología y conducta humana, Dios le da la sabiduría y la inteligencia para poder conducir a sus hijos. Sobre todo con el ejemplo. De nada servirían las palabras, ni aún citar las Sagradas Escrituras si no las vivimos en nuestro ejemplo.

Profr. Humberto Ayub

Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Apartado Postal #41 C.P. 64581 Monterrey., N.L.

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.com>

Correo Electrónico: info@esperanzaparalafamilia.com