



## Cómo criar a nuestros hijos adolescentes III Parte: Cómo acercarnos a nuestros adolescentes

### INTRODUCCIÓN

En el capítulo anterior tratamos puntos importantes de la transición de la niñez a la etapa adulta y cómo esto interfiere en la estructura familiar, en la interacción entre padres e hijos y en el ambiente mismo del hogar.



Los adolescentes están en una búsqueda de su propia identidad; es decir, aún no saben qué quieren, a dónde van ni de dónde vienen. Hay una nueva y diferente forma de pensar. Se desarrolla la capacidad de pensamiento en un nivel más abstracto.

Si tú los quieres seguir tratando como niños y usando las mismas técnicas, te vas a topar con una gran sorpresa: ¡no te va a funcionar! Debes cambiar tu manera de tratarlos.

En este capítulo vamos a mencionar algunas de las cosas que hay que cambiar en el trato con nuestros hijos adolescentes.

### EVITEMOS LA LUCHA DE PODERES

Esta es la primera técnica que vamos a explicar. Debemos empezar a tratarlos de manera diferente, puesto que están por convertirse en personas adultas.

Es necesario aprender cómo enfrentar los cambios de nuestros hijos, qué herramientas nos pueden ayudar a acercarnos a ellos, a evitar la confrontación y la lucha de poderes en casa.

Si tú estás en una constante lucha para tratar de controlar a tu adolescente, automáticamente pierdes. Evita el forzar a tu hijo a hacer cosas que provocarán una lucha de poderes y, si ellos se rehúsan a cooperar, establece ciertas reglas y consecuencias que tú puedas reforzar y controlar.

Muchos padres se sienten frustrados porque están tratando de ayudar a su joven adolescente y, simplemente, no pueden. Quizá le dicen: "Ahora vas a hacer lo que yo diga", el joven responde: "No, no lo voy a hacer". Ahí empieza la confrontación por el poder. Evita esa lucha.

Es muy diferente cuando ves que ellos se rehúsan a cooperar; lo que debes de hacer es **establecer reglas y consecuencias**.

Algunos padres pelean contra sus hijos y sienten que siempre deben de ganar el conflicto. Esto es, quieren que sus hijos hagan exactamente lo que les mandan. Este tipo de padres continuamente está peleando batallas pero nunca ganan la pelea.



Las luchas de poder contra el adolescente, pueden comenzar con frases tales como: "Limpia tu cuarto, haz el jardín, haz tu tarea", etc. A veces es más importante concentrarse en ganar la batalla por tus hijos y no las batallas personales. Hay que cambiar a un tipo diferente de control.

Podría ser mejor que el adolescente experimente las consecuencias de no hacer lo que tú le pediste. Aprenderán más cuando experimenten las consecuencias de la desobediencia.

Cuando ellos ven que hay premios a la obediencia o, por el contrario, hay consecuencias negativas para la desobediencia, vas a tener la oportunidad de acercarte más a los adolescentes y tener una mayor cooperación de parte de ellos.

Un ejemplo es el quehacer. Vamos a suponer que tú le delegas el arreglo del jardín. Le dices: "Si haces esto, vas a recibir tu cuota semanal". Le dices que tiene que cortar el césped para el viernes y le das un límite de tiempo.

En lugar de estarle recordando durante la semana que tiene que arreglar el jardín, díselo solamente una vez y nada más. Le va a importar más no recibir su cuota semanal, en lugar de que le hagas que corte el jardín a la fuerza.

Al acercarte a tu hijo de esta manera, evitas estar luchando para que te haga caso y, asimismo, utilizas una forma de control más pasiva.

## ¡TRÁTALOS COMO ADULTOS!



Debemos tratar a nuestros adolescentes de la misma manera en que tratamos a nuestros amigos u otros adultos.

Por ejemplo, vamos a suponer que estás trabajando para una empresa y te dicen que tienes que terminar todo el trabajo que está sobre tu escritorio y no te puedes ir de la oficina si no terminas.

Tú le contestas a tu jefe: “No voy a terminar el trabajo. No puede obligarme a que lo haga”. Puesto que tu jefe y tú son dos adultos, no tiene que haber alguien ahí para darte el discurso sobre la responsabilidad o para forzarte físicamente. Simplemente te dirá: “Si haces el trabajo y lo terminas hoy, podrás seguir trabajando aquí; si no lo terminas, estás despedido”.

Lo mismo es con nuestros hijos. Se les dice una sola vez lo que tienen que hacer y si no lo hacen, se les aplican las consecuencias. Así no tienes que estar detrás de ellos, recordándoselos.

Esto va a crear un acercamiento, una interacción entre padre e hijo. El hijo se acerca a preguntarle al papá por qué no le dio su semana. El padre le responde que es por no haber cumplido sus responsabilidades.

En vez de enojarte, gruñir y decir: “El hijo que tengo no sirve para nada, es un flojo”, se le ponen reglas y consecuencias: positivas si se obedecen y negativas si se desobedecen.

Como en el ejemplo que te di, el trabajador sabe que necesita el empleo y el sueldo por su trabajo. Entonces, lo va a tener que terminar.

## TIENES QUE EMPEZAR TÚ A MEJORAR LA COMUNICACIÓN

Es importante también mejorar la comunicación si quieres ayudar a tu adolescente en ese cambio. Los adolescentes, comúnmente, no están dispuestos a platicar con sus padres; por lo tanto, éstos no tienen suficiente comunicación con sus hijos. Sin embargo, tú debes ser quien mejore la relación.

Desafortunadamente, mucha de nuestra conversación con el adolescente tiene que ver con transmitirle una idea, explicarles algo, corregirlos o alguna otra cosa que tienda a enfatizar su comportamiento negativo o sus faltas.

La mayor parte de la comunicación que los padres tenemos con ellos es para marcarles lo mal que se portan, etc. Es importante que nuestra interacción y comunicación con ellos no sea vista como un discurso.

Comúnmente, los adolescentes dicen frases como: “Ya vas a empezar otra vez con tu sermón, dímelo rápido”; o simplemente, se van.



Somos nosotros quienes debemos tratar de mejorar la comunicación hablando más de comportamientos positivos o de cosas que les interesen a ellos.

Por ejemplo: sus hobbies, los deportes que les gustan, sus intereses, etc. Debemos darnos tiempo durante el día de platicar y tener una conversación positiva con ellos.

Cierto es que tú le vas a imponer reglas a tu hijo y si las cumple, debe obtener su recompensa. Si no las cumple, debe obtener su consecuencia. Así va a aprender que si quiere obtener beneficios debe de cumplir con las reglas establecidas y va a ser más responsable.

No está de más mencionar que hay jóvenes que se costean sus propios estudios, trabajando. Por lo regular, estos jóvenes son más responsables con el uso de su dinero, porque les está costando.

En cambio, cuando los hijos quieren solamente los beneficios, pero no cumplen con la obligación, al



dárselos no los estaríamos ayudando.

Enfatizo otra vez que, la mayoría de las veces, la comunicación entre padres y adolescentes tiene que ver con los aspectos negativos. Y el adolescente se fastidia de los “sermones” y quisiera tener alguien con quien conversar en casa.

Cuando el padre ama a su hijo, va a buscar la oportunidad de acercarse a él y a buscar cuáles son sus intereses. Tendrá la humildad necesaria para ser despreciado por su propio hijo y para ser comparado con sus demás amigos.

Esas conversaciones te van a servir para conocer a tu hijo, qué le afecta y cómo debes tratarlo para evitar esos confrontamientos entre tú y tus hijos.

## TRATEMOS DE NEGOCIAR

El “negociar” es una técnica que incluye mejorar la comunicación y evitar la lucha de poder.

Si logramos que el adolescente exprese más lo que le gusta y lo que no le gusta, sus sentimientos, etc., nosotros tenemos más oportunidades de negociar y evitar la lucha por el poder.

Este es un gran logro, admirable en los padres que lo tienen. Un ejemplo puede ser que le pides a tu hijo ayuda para lavar las ventanas de la cocina. Tu hijo no desea hacerlo, pero necesita que alguien lo lleve al centro comercial. En lugar de forzarlo a hacerlo, sería mejor que los dos estuvieran de acuerdo: si él lava las ventanas tú lo llevas al centro comercial.

En lugar de tener un ganador y un perdedor, esta negociación va a tener dos ganadores. Si el adolescente quiere usar el carro más frecuentemente, encuentra áreas que quieras que él mejore y úsalas como un método de negociación.

Ellos deben darse cuenta de que existen reglas y consecuencias, se va a dar cuenta que tiene que cooperar. Además, mejora la comunicación porque hay más conversación. De esta manera, estamos acercándonos más a nuestro adolescente.

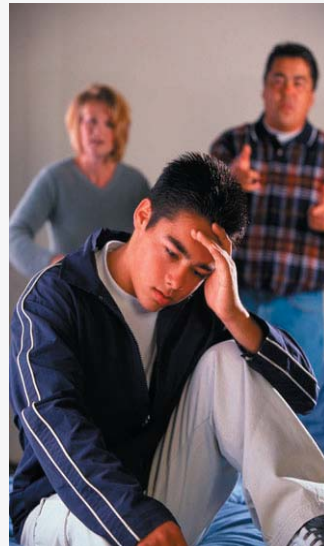
La palabra “negociar” se oye un poco cruda. Podría pensarse que estamos “comprando” la obediencia o corrompiendo a nuestro hijo para que su motivación sean siempre los beneficios y no el obedecer a las obligaciones.

Esa palabra tiene mucho qué ver con la

comunicación. Si yo me acerco a mi hijo y aprendo a hablar con él, no de lo malo que hay en su vida, que yo sé que si lo hay y que en un momento va a ser necesario mencionarlo, primero trato de ganar su oído a mis palabras, oyéndolo.

## EVITEMOS LLENARNOS DE IRA

Los adolescentes se enojan frecuentemente con los padres, con la autoridad, etc.



Una cierta cantidad de enojo, resistencia y rebelión puede ser típica de la edad adolescente, agravada por la falta de un buen ambiente en el desarrollo de la niñez por parte de los padres y, por otro lado, la presión grupal afectando sus pensamientos y forma de ser, por querer ser aceptados en su nuevo grupo de amigos.

Tú debes tratar de prevenir llenarte de enojo, reduciendo la cantidad de crítica y de decirle cosas negativas. Así evitas la confrontación con tu hijo y la posibilidad de estarte enojando.

Estiempo de que te familiarices con los comportamientos de la adolescencia. **Empieza a perder a tu niño, ganando a tu joven.**

Muchas veces escucho a los padres decir: “Mi hijo ha cambiado, yo quisiera que fuera como antes”. Claro que cambió, es natural. Ya no es un niño y no puedes seguir tratándolo como tal.

Hasta aquí, hemos mencionado 5 técnicas que ayudarán a los padres a mejorar la relación con su hijo adolescente:

1. Evitar la lucha por el poder
2. Cambiar la técnica de tratar a tu adolescente, ahora: como adulto
3. Mejora la comunicación con tu hijo
4. Trata de negociar
5. Evita llenarte de enojo

Las comidas siguen siendo grandes oportunidades para la comunicación, para reír con tus hijos. En la

medida que tus hijos sientan esa parte de interés tuya en ellos, sentirán menos la necesidad de rebelarse contra ti.

El problema es cuando no estamos dispuestos a ayudar a nuestros hijos. Hoy en día muchos padres se sienten agobiados y agotados por el trabajo, cansancio, presiones económicas, etc. Y cuando llegan a casa no tienen la disposición de conversar.

Muchas veces, solamente lo hacen para evadir los problemas que hay en la cabeza y la mente ya no quiere trabajar más. El padre llega a la casa y prende el televisor. De esta manera, “descansa” un poco, cena y se va a dormir.

Nuestros hijos necesitan mucha ayuda de nuestra parte para poder llegar a la etapa adulta siendo estables, orientados, guiados y educados.

Tenemos que luchar. Va a requerir un esfuerzo extra de nuestra parte como padres para poder acercarnos a nuestros hijos. Aunque estemos cansados, se requieren afecto, cariño, paciencia y amor muy grandes.

## SEPREMOS UN TIEMPO PARA ESTAR CON NUESTROS HIJOS

La pregunta es: ¿de dónde vamos a sacar todo ese amor y paciencia que se necesitan? Porque el agobiante estilo de vida que caracteriza a muchos padres, conduce al aislamiento de padres a hijos, la ruptura de la familia.

A veces, los esposos ni siquiera tienen tiempo el uno para el otro y muchos de ellos casi ni conocen a sus hijos. Se encuentran bajo la dictadura de una interminable lista de cosas que hacer.



Los padres están demasiado distraídos como para criar y proteger a sus hijos. Cada vez es menos común que un adolescente tenga un tiempo para interactuar con sus padres y demás miembros de la familia.

La vida de cada uno de los miembros de la familia, generalmente está llena de oportunidades de pasar tiempo juntos y realizar actividades, jugar, compartir, etc. Pocos padres de familia planean este tipo de

momentos, porque no tienen el tiempo para pensar en ello.

Antiguamente, los padres tenían tiempo para jugar con sus hijos. Jugaban juegos de mesa, conversaban, comían juntos, etc. Nadie estaba apurado, eran otros tiempos.

Eran tiempos de menor demanda, menor tráfico y competitividad en los trabajos; existía más respeto. Aquí en Latinoamérica, cada día los padres pasan menos tiempo con sus hijos.

El resultado es que no hay nadie cerca de esos adolescentes para satisfacer sus necesidades, se sienten solos, sienten la falta de apoyo, regresan a la casa y está vacía.

Si esta tendencia llega a continuar, ¿qué podemos esperar, sino serios problemas de salud, divorcios, abuso infantil, abandono de niños, exceso de ocupaciones, aislamiento familiar, etc.?

No podríamos decir que esto es bueno; son problemas que están en casa y que afectan a nuestros hijos, pero debemos aprender a enfrentarlos.

## ¿DE DÓNDE SACAREMOS AMOR Y PACIENCIA PARA DARLES?

Quiero hacer un llamado a los padres de familia a considerar y modificar su estilo de vida; a ordenar los horarios y prioridades para tener más tiempo para estar con sus hijos adolescentes; a acercarnos a ellos a base de una interacción y comunicación. Nos va a costar tiempo y trabajo.

Pero la pregunta sigue estando ahí. ¿De dónde vamos a sacar el amor y la paciencia? El ser humano no solamente tiene la necesidad de conocer, también tiene una necesidad espiritual. Y la herramienta más poderosa que podemos tener es Dios y Su palabra. Es algo muy importante.

Si nosotros estamos cerca de nuestros hijos, nuestros hijos van a estar cerca de nosotros. De igual forma, si nosotros estamos cerca de Dios, arrepintiéndonos de todo el mal que les hemos hecho a nuestros hijos, a las demás personas y a Dios mismo, nos apartamos de ello y nos volvemos a Dios, podremos alimentarnos de ese amor. El amor es fruto del Espíritu, es gozo, paz, paciencia, dominio propio.

Entonces, cuando estemos con nuestros

hijos, ya no vamos a estar solos, vamos a proveerles dirección espiritual y así podrán discernir entre el bien y el mal. Tendremos la ayuda de Dios y de las Sagradas Escrituras para poder ayudarles en los problemas más elementales de su confianza.



Muchos padres se sienten muy inferiores y tienen un concepto muy bajo de sí mismos. Piensan que no pueden educar a sus hijos porque ellos no recibieron educación.

¡Pero hay esperanza! Hay un Dios en los cielos que está dispuesto a ayudarte y a suplir esa necesidad de sabiduría, paciencia, amor y dominio propio que tanto necesitamos para criar a nuestros hijos en esa difícil etapa de la adolescencia.

Quien es hijo de Dios sabe lo que es mejor para su familia, sabe cómo conducirse delante de ellos, cómo ayudarles, entender sus problemas, corregirlos y disciplinarlos.

Quien es hijo de Dios tiene acceso a las promesas de las Sagradas Escrituras, que son amplias y preciosas promesas para nuestros hijos. Pero sin Dios, es imposible.

Jesús dijo: “Separados de mí, nada podéis hacer”.

Yo te invito a que el día de hoy vuelvas tu corazón a Dios y creas en él; aquél que murió en la cruz por todos, por los padres de familia también, para que seamos padres sabios, equipados con la sabiduría de Dios y de cómo hacer las cosas y que podamos criar a nuestros hijos adolescentes y ayudarles a pasar por esa difícil etapa, llamada adolescencia.

*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](mailto:info@esperanzaparalafamilia.com)