



Comportamientos que denotan confianza y responsabilidad en nuestros adolescentes

Introducción

En América Latina y en Hispanoamérica los adolescentes y jóvenes -no en todos los países- son una parte importante de la población. Esto es muy importante porque ellos son el futuro en todo; en la política, en los negocios, en las empresas, en el campo, en la educación y en toda área de trabajo y responsabilidad. ¡Qué privilegio es tener padres de familia que se preocupan y maestros o especialistas en la conducta humana que están interesados en poder ayudarlos, darles un buen consejo o ayudarte a ti, papá!

Algunas quejas típicas de los adolescentes son: *“mis padres me tratan como a un niño y no me dejan hacer lo que los muchachos de mi edad hacen”, “ellos quieren saber todo lo que hago y los lugares a donde voy, necesito más libertad, pero ellos me restringen mucho”, “ya tengo suficiente edad para manejar pero ellos no me dejan”, “constantemente me están molestando para que haga mi tarea y mis responsabilidades de la casa, ya tengo suficiente edad para saber lo que tengo que hacer”, “yo no sé porqué tengo sólo un tiempo límite cuando hablo por teléfono”, etc.*

Una razón principal por la que los padres no dejan que los adolescentes hagan lo que ellos quieren hacer es porque no sienten que puedan confiar en ellos (en los adolescentes) o que sean lo suficientemente responsables para que cuando se les permita hacer cosas que antes eran restricciones, se comporten de manera apropiada. Muchos padres describen a los adolescentes como faltos de disciplina en sus vidas, batallan para controlar las emociones y no hacen lo que tienen que hacer.

Los padres se quejan de situaciones como las siguientes: *“Cuando mi hijo no hace lo que quiere pierde el control, repentinamente se molesta y actúa como un niño de 5 años; tengo que cuidarlo del peligro. ¿Qué piensa usted que pasaría si se enoja mientras está manejando?”* o *“No puedo confiar en mi hija; me dice una cosa y luego hace otra”, “Mi hijo tiene 14 años pero todavía tengo que decirle que se cepille los dientes y a menudo tengo que checar que lo*

haga, ¿cómo podría tratarlo como a un adulto?” o *“Mi hija nunca limpia su cuarto, tengo que forzarla a hacer sus quehaceres de rutina, ¿cuántas veces tengo que decirle que haga las cosas antes de que las haga?”*

Los padres pierden la confianza en sus hijos cuando los muchachos dicen una cosa y hacen otra diferente, por ejemplo, cuando los padres le preguntan a Susana que cómo le ha ido en la escuela y ella responde *“bien”*, pero cuando vienen las calificaciones reprobó 3 materias. O cuando Juan le dice a su papá: *“voy a casa de Arturo”* y cuando sus papás llaman a casa de Arturo la mamá les dice que Juan no ha estado por ahí. El viernes por la tarde, cuando salen tus adolescentes, te podrán decir: *“vamos a ir al cine a ver una película muy buena y decente”* pero se van a otro lugar.



Una falta de confianza viene a los padres cuando el adolescente miente, roba y es irresponsable o manipulador, el adolescente muestra una falta de responsabilidad o de disciplina propia cuando no hace lo que tiene

qué hacer. No siempre puedes creer lo que te dice; puedes tener dificultad para que haga ciertas cosas, a menudo se le olvidan las cosas o frecuentemente se le podrían perder sus pertenencias.

Un adolescente le gustaría sentirse muy a gusto y hacer las cosas que a él le gustan, optar por una solución fácil y hacer todo lo pueda para obtener lo que él quiere. Algunos muchachos no ven razón para hacer lo que no les gusta, si tú les pides que hagan algo que ellos quieren hacer, pondrán el 100% de su esfuerzo; sin embargo, si les pides que hagan algo que no quieren hacer, no importando que tan fácil o tan pequeño sea, nunca será hecho.

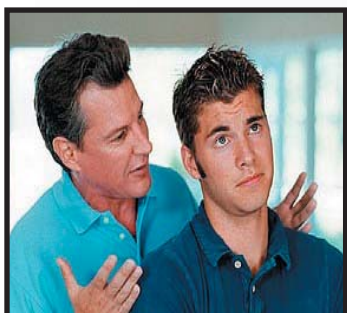
A menudo tienen dificultad para seguir actividades en la casa y en el salón de clases, tú tienes que estarles recordando constantemente que hagan lo que tú quieres que hagan. Sí, realmente forzarlos a hacer lo que tú quieres que hagan. Ellos tienen falta de

responsabilidad, para que los padres puedan confiar en sus hijos, éstos deben tener comportamientos que denoten responsabilidad. Un muchacho que demuestra comportamientos de responsabilidad generalmente tiene más libertad y privilegios.

Adquiriendo comportamientos de responsabilidad

Pareciera que hay algunas maneras y situaciones diferentes por medio de las cuales los adolescentes adquieren comportamientos de responsabilidad:

Genéticamente: algunos muchachos parece que nacieron siendo responsables, como si lo hubieran adquirido por herencia; muestran este comportamiento desde una edad temprana y continúan a través de su vida. Son adolescentes generalmente cooperativos, hacen lo que se les dice que hagan y aún antes que se les diga; mantienen sus cuartos limpios, hacen su tarea, preparan sus clases, guardan su ropa, ayudan con los quehaceres en su casa y es fácil que se pueda tener confianza en ellos.



Ahora bien, aquellos padres de familia que criaron a sus hijos desde bebés hasta la adolescencia, fundando en ellos valores, comunicación, afecto y proveyéndoles herramientas para poder vencer los obstáculos, van a criar hijos así.

Muchachos que primero cambian su actitud y luego su comportamiento: tú puedes desarrollar comportamientos de responsabilidad en algunos muchachos al hablar con ellos y mostrarles que necesitan cambiar de actitud. Pareciera como si estos adolescentes primero cambiaran su actitud hacia las órdenes y luego adquieren el comportamiento deseado. Tú puedes lograr que los muchachos cambien de actitud al darles información sobre la situación por la que están pasando, explicándoles las cosas, razonando con ellos, siendo lógico o haciendo que ellos vean la situación desde otro punto de vista.

Le podríamos decir al adolescente: *“si te lavas la cara varias veces al día esto hará que tu acné se reduzca y no tengas que ir al dermatólogo muy seguido”* o *“si cuidas tu ropa y la cuelgas en su lugar en vez de tirarla en el piso, te durará mucho más y se verá más bonita”*. Después de oír estas razones varias veces, el adolescente accede a la petición.

¿Cómo podríamos llamar a estos muchachos que primero cambian de actitud? Para esos muchachos es como si una lucecita se prendiera y el comportamiento siguiera esa lucecita. ¡Ah, ya se le prendió el foco a mi hijo! Pero sólo después de que le explicaste la importancia de hacer la tarea y de una buena educación.

El razonar, explicarles las cosas, hablar con ellos y cosas como éstas mejorarán su comportamiento, es suficiente el que les adviertas: *“no toques la olla que está en la estufa, está caliente y te quemará”*. Comportamientos que denoten responsabilidad se desarrollarán mucho más fácil en estos muchachos y es fácil confiar en ellos.

Muchachos en los que primero tiene que ser establecido el comportamiento, este es otro grupo. Para algunos muchachos, el comportamiento primero tiene que ser establecido para después cambiar de actitud. Algunos muchachos pueden escuchar muchas veces que tienen que limpiar su cuarto, pero aún así lo dejarán hecho un mugrero. Sus padres podrán explicarles el costo de la vida, la inflación o el número de horas que tienen que trabajar para comprar la ropa, pero la chaqueta, los pantalones, la chamarra y las camisas todavía estarán en el piso.

Estos adolescentes no desarrollarán actitudes de responsabilidad sólo porque los padres hablen con ellos. Primero, los padres deben establecer el comportamiento que desean lograr en el adolescente -por ejemplo, el hábito de lavarse los dientes, recoger su cuarto o hacer la tarea- y luego el muchacho cambiará su actitud. El que hables con ellos, razones las cosas, les expliques demasiado, les des discursos, les hables fuerte, les grites o cualquier otro medio que uses para que entiendan las cosas no va a funcionar con estos adolescentes. Ellos desarrollarán actitudes y comportamientos de responsabilidad, sí, pero sólo al experimentar las consecuencias.

Con los muchachos que primero cambian de actitud, un foquito se prende primero, la actitud se establece en él y luego cambian su comportamiento. Con los adolescentes que primero tiene que ser establecido su comportamiento, el foco se prende pero es muy tenue y se intensifica cada vez que hacemos que el adolescente desempeñe el comportamiento deseado. En otras palabras, la actitud se desarrolla gradualmente, conforme él repite el comportamiento deseado.

Entre más podamos hacer que se comporte de cierta manera, la actitud se desarrolla más rápido. El muchacho tiene que experimentar las consecuencias de su comportamiento, tiene que tocar la olla para experimentar que las ollas calientes causan dolor. Es bueno que le expliques por qué un muchacho debe hacer su tarea o limpiar su cuarto, pero lo más importante es que primero tiene que ser establecido su comportamiento y que es lo que va a pasar si él cumple con sus responsabilidades.

Este tipo de adolescente no se comporta con disciplina propia, con control interno de sus emociones o con la responsabilidad y es difícil confiar en él. Él necesita que lo controlen exteriormente y que se establezca una estructura para ayudarlo a desarrollar control interno. Entre más haga las cosas de manera no estructurada, donde dependa de su control interno y en una situación donde haya falta de límites para su comportamiento, él manifestará más sus comportamientos irresponsables.

¿Cómo podemos desarrollar confianza y comportamientos de responsabilidad en nuestros adolescentes?

Muchos adolescentes que tienen problemas para que sus padres confíen en ellos y para mostrar responsabilidad, son semejantes a los muchachos en los que primero tiene que ser establecido el comportamiento. Para que desarrollen disciplina propia y una actitud responsable deben desarrollar primero el comportamiento deseado. En otras palabras, hay que enfocarse más en el comportamiento que en la actitud; después que el comportamiento es desarrollado, esperamos que una actitud apropiada se demuestre gradualmente.

Las técnicas siguientes ayudan al muchacho a desarrollar disciplina propia, responsabilidad y confianza:

Define la regla y la consecuencia: debes decirle lo que esperas de él, lo que pasará si él obedece y lo que pasará si no obedece; las cosas buenas y malas que le pasen serán responsabilidad del él. Cuando se trata de desarrollar un sentido de responsabilidad, muchos padres se enfocan en ponerles actividades en la casa. Y está bien, pero no es la manera principal en la que el muchacho va a desarrollar un sentido de responsabilidad.

Las actividades en la casa usualmente traen

una consecuencia si no se hacen, esto quiere decir que si el muchacho no saca la basura no se le da su dinero de la semana, por ejemplo. La razón por la cual las actividades en casa son utilizadas para desarrollar un sentido de responsabilidad es que una consecuencia ya está establecida y va a acompañar el comportamiento del adolescente.

Sin embargo, cuando estás tratando de desarrollar el sentido de responsabilidad o de disciplina en el muchacho, deberás establecer bien las reglas y las consecuencias antes que las reglas sean desobedecidas. Después, cualquier cosa que le pase al adolescente será el resultado de su comportamiento y de nadie más.

Puedes fomentar comportamientos de responsabilidad a través de este método. Debes decirle las consecuencias de sus comportamientos antes que ocurran, esto evitará que uses la disciplina al azar o espontánea y le des a entender al adolescente que otros son responsables por las consecuencias que le han pasado.



Esto es extremadamente importante para el adolescente, porque la disciplina al azar es espontánea, él siente que es injustamente tratado. Muchos padres establecen las reglas con mucho cuidado y muy específicas y esto es muy bueno. *“Quiero que llegues a la una a la casa y no más tarde”*. Sin embargo, otros cometen el error de decir la consecuencia después que el adolescente desobedece la regla. Bajo estas circunstancias, el adolescente siente que es tratado injustamente.

Si un adolescente es tratado desde un principio de esta manera, va a ser muy difícil para él sentirse en control de lo que pasa y desarrollar responsabilidad por su comportamiento.

Atribúyete todas las consecuencias a su comportamiento: al principio, cuando tratamos de desarrollar responsabilidad en ellos es mejor atribuirle tantas consecuencias como sea posible a su comportamiento. ¿Qué decir esto? Tú estableces una manera de tratarlo donde él pueda ganar sus recompensas tanto como sus castigos, no solamente le dices las medidas disciplinarias por adelantado, sino también estableces las consecuencias a su

comportamiento.

En otras palabras, ponlos en control de las consecuencias de sus acciones, buenas o malas; establece una regla y consecuencia. Dile a tu muchacho, por ejemplo, que no va a utilizar el auto el fin de semana a menos que muestre ciertos comportamientos que le has estado requiriendo o infórmale a tu hija quien por lo regular usa el Internet, que tiene que realizar ciertos quehaceres y responsabilidades para que pueda tener acceso a la computadora.

No asumas la responsabilidad de sus acciones

Evita asumir responsabilidad por tu adolescente, evítalo; hazlo responsable sólo a él. Si tú lo fuerzas a hacer su tarea cada día o se la haces, tú serás más responsable para que el trabajo sea completado que el muchacho. Si tú tienes que decirle a tu hijo 48 veces que saque la basura para que él acceda, tú eres el responsable por esta tarea más que el muchacho. Cada vez tienes que repetirle lo mismo, el adolescente sacará la basura pero no desarrollará la responsabilidad, porque no actúa por sí mismo. Tú tienes que actuar como su motivador hasta que él se case o deje la casa.

Por ejemplo, una mamá le dice a su hija que limpie su cuarto durante varios días, pero nunca lo hace. Con el tiempo ella se molesta, la lleva a su cuarto, se para detrás de ella y hace que lo limpie; en unos cuantos minutos el cuarto estará sin una mancha, pero ¿quién es responsable de que el cuarto esté limpio? La mamá.



Una mejor manera para que este cuarto sea limpiado y que se forme la responsabilidad en el adolescente sería decirle lo que deseas que haga y las consecuencias por adelantado. Pon

la responsabilidad en el adolescente, evita forzarlo para que haga lo que él debe hacer.

Cuando los padres asumen las responsabilidades de los adolescentes, ellos encuentran difícil ser independientes y responsables, porque es más fácil dejar que otras personas hagan las cosas por ellos. ¿Quieres que tu hijo sea responsable? Evita que se haga muy dependiente de ti para realizar sus tareas y responsabilidades para las cuales está capacitado.

Los muchachos que están chiflados o mimados y a menudo logran que todo lo que necesitan se lo consigan, están en mayor control de la situación que los padres y logran que las cosas sean hechas a su manera, pero también batallan mucho para desarrollar comportamientos de responsabilidad.

La misma situación existe cuando los padres funcionan como intermediarios y protegen a los adolescentes de experimentar las consecuencias de sus acciones. Esta interacción padre-hijo deberá ser evitada para establecer disciplina propia y responsabilidad en el adolescente. Haz que las consecuencias sean diferentes de los comportamientos positivos y negativos; algunos adolescentes no desarrollan comportamientos de responsabilidad porque de todas maneras obtienen lo que quieren si realizan la actividad requerida o no.

El adolescente piensa: *“yo puedo salir el viernes por la noche si coopero o no con las responsabilidades de la casa”*. Si a mí me dijeran: *“te voy a pagar si vas a trabajar así como si no vas a trabajar”*, ciertamente yo preferiría irme de paseo que trabajar. Así piensan muchos adolescentes, les pasa lo mismo cuando piensan que pueden manipular la situación para que las cosas se hagan a su manera y nuevamente no experimentan las consecuencias.

Una cosa sucederá si el adolescente coopera con los quehaceres de la casa y una cosa totalmente diferente sucederá si no coopera. Debes estar seguro que el adolescente experimente diferentes consecuencias, según sea su comportamiento.

Gana la guerra y olvídate de las batallas

Algunas veces es mejor perder unas cuantas batallas pero ganar la guerra. Es más importante que tu adolescente experimente las consecuencias de su comportamiento que lo que sería para ti el que las tareas o responsabilidades sean realizadas. Por ejemplo, tú le dices: *“no puedes salir hasta que no recojas todo lo que has tirado en la sala”*. Él te contesta: *“no me importa, no quiero ir a ningún lado, voy a ver la televisión”*. Entonces tú piensas: *“¿qué voy a hacer ahora?”*. La respuesta es nada; la regla se pone.

Hay varias cosas que deberás estar tratando de lograr:

1. Hacer que el adolescente esté alerta de que habrá dos consecuencias diferentes a su comportamiento: positivas, si guarda las reglas y negativas si las

desobedece.

2. Enseñarlo a que él es responsable por su comportamiento.

3. Enseñarle que tú vas a hacer lo que él te diga que haga, que vas a seguir al pie de la letra las consecuencias que él decida, las consecuencias dependen totalmente de sus acciones.

4. Hacerlo que cumpla con sus responsabilidades al momento.

“Si no recoges las cosas que tienes tiradas en la sala, tú me estás diciendo que no quieres salir y yo voy a asegurarme de que eso pase. Si lo recoges, me estás diciendo que sí quieres salir y yo voy a hacer que eso se cumpla”.

Algunas veces los padres luchan constantemente con el adolescente, tratan de ganar cada batalla forzando al muchacho a hacer lo que ellos quieren que haga. Aunque al momento ganen cada batalla, el adolescente no desarrollará ningún comportamiento de independencia ni de responsabilidad.



Tú podrás ver esto como un: “yo perdí y él ganó”, pero es muy importante que el muchacho experimente las consecuencias de su comportamiento. En algunos comportamientos será más importante el que obedezca y haga las cosas, pero si experimenta las consecuencias de su comportamiento el día de hoy, podrás hacer que él coopere el día de mañana.

La mayoría de las veces puedes olvidarte de las batallas y enfocarte en la guerra. No te pongas a discutir sobre quién es el que manda, estás tratando con un adolescente y debes ejercer una fuerza diferente de control que la que usarías con un niño pequeño. Para esto es necesario mantener una relación eficiente y práctica. Algunas personas hacen cosas para ti porque existe una relación que se ha formado durante un tiempo o porque tú has sido bueno con ellos. Otras personas podrían ver esta buena voluntad como una debilidad que puede ser explotada y utilizada.

Muchos contratos en los negocios tienen reglas que deben ser seguidas para poder experimentar las consecuencias. Nunca le digas al adolescente: “voy

a comprarte los juegos que me has pedido y por esto quiero que mejores en la escuela”. El adolescente necesita las reglas y expectativas, los reglas y consecuencias de lo que haga y que se las digas por adelantado. Las consecuencias deben de ocurrir después que haga lo que les has dicho y no antes.

Mantén una relación eficiente y práctica, así podrás obtener mayor respuestas. Evita aplicar severas, largas o mayores consecuencias a sus comportamientos. Algunos adolescentes aprenden responsabilidad al estarles poniendo las mismas consecuencias cuando no hacen ciertas cosas; en lugar de no permitirles que usen el teléfono por un mes en una sola restricción, sería mejor el que no usaran el teléfono 20 veces en varias restricciones.

Los castigos severos, duros o largos usualmente trabajan con muchachos que primero cambian de actitud. Por ejemplo, si tú le quitas el privilegio de hablar por teléfono a tu hijo por un mes, los muchachos que primero cambian de actitud se irían a su cuarto todas las tardes y pensarían: “qué cosa tan tonta hice, no puedo hablar con mis amigos, es muy aburrido no poder hablar por teléfono”.

En otras palabras, podrás obtener que ellos piensen en lo que han hecho y en las consecuencias que han experimentado. Al hacerlo de esta manera con los muchachos que primero cambian de actitud, puede ayudar a que ellos cambien su actitud o que tengan una nueva actitud. Por otro lado, los muchachos que primero debe ser establecido su comportamiento, extrañarían el uso del teléfono por el primer día y el segundo y luego se adaptarían a la situación y no hablarían por teléfono o irían a la tiendita de la esquina y ahí usarían el teléfono público.

Si aplicas mayores, largas o duras consecuencias, esto no afectará a algunos adolescentes. El que ellos reprueben una materia o que tengan que ir a la escuela en los cursos de verano, no cambiará mucho su comportamiento. Aunque tenga que ir a la escuela durante las vacaciones, él no haría sus tareas una docena de veces y, la consecuencia mayor de ir a la escuela de verano, no cambiará su actitud en cuanto a hacer su tarea.

Es mejor para este tipo de personas que el padre cheque con la maestra cada mes si el muchacho ha completado toda su tarea y trabajo en la escuela y se le apliquen consecuencias positivas si lo ha hecho; si no ha completado su tarea pueden venir

consecuencias diferentes. El actuar de esta manera durante varias veces es más efectivo que ponerle una consecuencia larga.

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