Cómo criar a nuestros hijos adolescentes V Parte

"Padres consistentes que no cambian a través del tiempo"

INTRODUCCIÓN

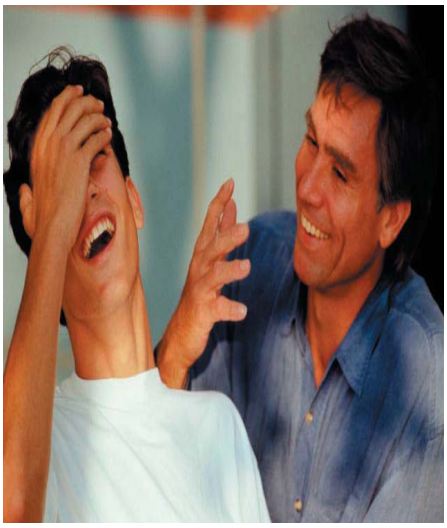
En el programa anterior hablamos sobre los comportamientos diarios de nuestros hijos y concluimos en que hay dos cosas muy importantes para poder ayudar a nuestros adolescentes: debemos ser específicos y debemos ver las consecuencias de determinado comportamiento.

La gente, a menudo, se comporta de cierta manera debido a las consecuencias de dicho comportamiento, lo que se obtiene de ello o lo que les resulta de ese comportamiento. Muchos comportamientos que los adolescentes muestran, son debido a las consecuencias de ellos, qué obtienen.

Cuando los padres **interactúan** con sus hijos están, constantemente, enseñándoles comportamientos; lo mismo los adolescentes, continuamente les enseñan a sus padres cómo responder a ellos.

EMPECEMOS CAMBIANDO NUESTRO COMPORTAMIENTO

Si les podemos enseñar a nuestros hijos ciertos comportamientos que no son aceptables, también les podemos enseñar comportamientos aceptables. Esto es verdad, pero la mayoría de nosotros lo hacemos de la manera equivocada y nos enfocamos directamente en ellos, para tratar de cambiarlo.



Es muy difícil tratar de cambiar los comportamientos de otra persona si primero no cambiamos los nuestros. Esto es muy importante. Si los padres cambian la manera de relacionarse con los adolescentes, como resultado, los adolescentes cambiarán la manera de relacionarse con sus padres.

Los adolescentes pueden causar problemas en una familia, tanto como los padres pueden causarlos en ellos. Sin embargo, es más fácil para los adultos cambiar su comportamiento que tratar de cambiar, directamente, el comportamiento del adolescente.

A menudo, ***sin un cambio en el ambiente que rodea a la persona, será difícil cambiar el comportamiento.***

Si las condiciones o las reacciones de la gente que rodean a la persona son modificadas, será mucho más fácil que cambie su carácter.

Tanto como es importante analizar el comportamiento, los padres necesitan ver más de cerca lo que ellos están haciendo y cómo responden a las situaciones.

Si los padres podemos cambiar nuestras reacciones y nuestros comportamientos usados para tratar con los adolescentes, ellos, como consecuencia, pueden modificar su comportamiento.

Esto es interactuar con nuestros hijos, tratando de enseñarles ciertos comportamientos a nuestros adolescentes, mientras ellos nos enseñan cómo responder a ellos.

Podríamos estarles enseñando cómo ser dependientes en extremo a nosotros, a que sean inmaduros, a que no acepten un "no" como respuesta a que no nos escuchen, etc.

Al mismo tiempo, ellos nos podrán estar enseñando cómo estar constantemente enojados, a que nos contesten mal, a que estén peleando, a que sean criticones, etc.

QUÉ LES ESTAMOS ENSEÑANDO

Si les podemos enseñar comportamientos que no son aceptables, también les podemos enseñar comportamientos aceptables. Esto es verdad. Pero la mayoría de nosotros nos enfocamos en tratar de cambiarlos. Es muy difícil cambiar el comportamiento de otra persona, si primero no cambiamos el nuestro.

Cambiemos la manera de relacionarnos con nuestros adolescentes; y, como resultado, los adolescentes cambiarán su comportamiento y la manera de relacionarse con sus padres.

A menudo, si no se cambia el ambiente que rodea al adolescente, será muy difícil cambiar su comportamiento.

No solamente es importante analizar el comportamiento del adolescente, también los padres necesitamos ver más de cerca lo que hacen y cómo responden a las diferentes situaciones que los rodean.

Si los padres pueden cambiar sus reacciones, como los comportamientos usados para tratar con su adolescente; los adolescentes, como consecuencia, pueden cambiar su comportamiento.

Esto es un análisis sencillo pero también profundo, que debe de meditarse: *"Cómo tratar con los comportamientos diarios de nuestros hijos".*

SEAMOS CONSIENTES EN NUESTRAS PALABRAS

Un comportamiento muy común en los adolescentes es que ellos no escuchan a sus padres. Cuando el padre les dice algo, les entra por un oído y les sale por el otro.

Una razón para que ellos no escuchen a sus padres, es que éstos, a menudo, lo que dicen no significa lo que quieren decir. Esto es muy importante. No son consistentes con sus palabras.

Este simple concepto es de extrema importancia, para que lo recuerdes cada vez que trates con tu adolescente. ***El que el padre sea inconsistente es, a menudo, la base para que el adolescente no lo escuche*** y es una de las principales razones del porqué las técnicas que los padres utilizan con sus adolescentes no funcionan.

Nosotros no escuchamos a los adultos que dicen una cosa y hacen otra; así tampoco podemos esperar que los adolescentes nos escuchen si nos comportamos de la misma manera. Pierde respeto, tanto para nosotros como para ellos, ese tipo de comportamiento.

El que tú oigas a tu compadre, tu amigo o tu socio decir algo y no cumplirlo, tú ya no respetarás los dichos de esa persona, por la simple razón de que dice y no hace. ***¿Cómo queremos que nuestros hijos respeten nuestros dichos si decimos y no hacemos?***

Hay muchas maneras en que los padres pueden ser inconsistentes y, como consecuencia, confunden a sus hijos o los enseñan a ser manipuladores y a no escuchar.

Entonces ¿cómo ser un padre consistente que no cambia a través del tiempo? Muchos padres les dicen a sus hijos: *"Si no llegas temprano no te voy a permitir salir el próximo sábado".* El hijo vuelve a llegar tarde y el padre le da permiso de salir el próximo sábado.

Yo pregunto: *"¿Fueron consistentes esos padres?".* No, no lo fueron. El hijo ya sabe por donde manipularlos, sabe cuál es el lado fácil o débil del padre.

Es lo mismo con los adultos en la vida diaria. Si alguien te dice algo y no lo hace, le vas perdiendo respeto. Ya sabes cómo manipularlo, se vuelve una persona débil de carácter ante tus ojos y no es una persona confiable a quien tú puedas respetar.

Entonces, ¿qué esperas de tus propios hijos adolescentes cuando tú cambias y no eres consistente? ¿Cómo los padres pueden ser inconsistentes con sus propios hijos?

EJEMPLOS DONDE MUESTRAS TU INCONSISTENCIA

Veamos algunos ejemplos de situaciones donde los padres pueden ser inconsistentes. El primer ejemplo son las ***expresiones sin significado*** que no pensamos llevar a cabo:

> *"Si no entras ahora a la casa te voy a partir la cara", "Si no te corriges en la escuela, te voy a enviar a un internado", "Te voy a matar si no dejas de molestarme", "Si tu hermano y tú no dejan de pelear los voy a correr de la casa".*

Hay muchas otras expresiones similares que

los padres utilizan sólo para amenazar y que no tienen ninguna intención de llevarlas a cabo. El adulto sabe esto; pero, más importante aún, el joven también lo sabe.

Expresiones como éstas no detendrán el comportamiento indeseable de tu hijo.

Ahora, veamos algunas ***expresiones exageradas:***

"Vete a tu cuarto y no salgas hasta que tengas 18 años", "No puedes hablar por teléfono con tus amigos durante todo este año", "Estás castigado por un mes".

Expresiones exageradas como estas son la mayor fuente de inconsistencia en las familias.

Los padres se enojan y hacen una promesa que nunca van a llevar a cabo; dicen algo y luego se sienten culpables. Conforme la culpa incrementa, ellos tratarán de hacer algo para dar reversa al castigo, si el joven muestra un comportamiento apropiado.

Sin embargo, en ambos casos, el muchacho interpreta el comportamiento del padre como un: "No crean ni escuchen lo que digo porque no es lo que quiero decir". ¡Qué terrible es ser un padre inconsistente!

Otro ejemplo es **cambiando el "no" a "si" y el "si" a "no"**: esto es, cuando los padres dicen una cosa y hacen lo contrario.

En el ejemplo del hijo que quiere usar el carro y sus padres no lo permiten, él joven no acepta esa respuesta. Empieza a intimidar y atormentar a sus padres, después de algún tiempo, el padre le permite usar el carro para terminar con toda esa discusión y vivir tranquilos. Aquí el original "no" ha sido cambiado a un "si".

Muchas veces, los padres prometen cosas como:

"Vamos a ir de compras el sábado", "Te voy a enseñar a manejar este fin de semana", "Te voy a enseñar a arreglar tu carro el domingo".

Sin embargo, cuando llega el día dices que estás ocupado. Estas cambiando una expresión positiva por una negativa. No solamente los estás enseñando a no escucharte sino también a cómo manipularte.

En otras palabras tú les estás diciendo a tus hijos: "***Si te digo algo que no te gusta, quéjate, hazme enojar, discute. Entonces yo cambiaré de opinión".*** Esta clase de inconsistencia también debe ser evitada.

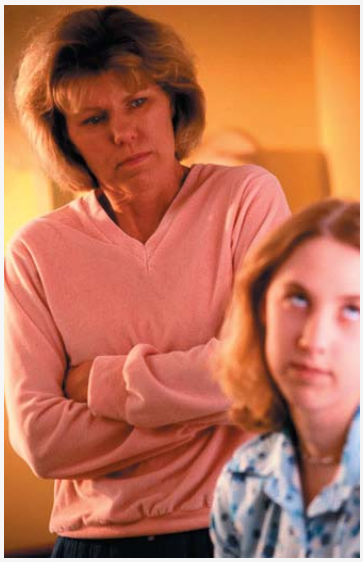
Las frases que no pensamos cumplir, las expresiones exageradas y los "no" cambiados a "si", son las principales fuentes de inconsistencia en las familias.

Muchos papás, después de que dicen algo se sienten culpables y luego tratan de dar reversa al comentario si el niño muestra un comportamiento apropiado.

No solamente estamos enseñando a nuestros hijos a no escucharnos, cuando respondemos cambiando el "no" por un "si", sino que también los enseñamos a manipularnos.

Otro punto importante es cuando no estás checando el comportamiento de tu hijo. También puedes mostrar inconsistencia de esta manera: **cuando dices algo y no verificas que se haya hecho.**

Por ejemplo: le dices a tu hijo que no puede salir hasta que limpie su cuarto. Él se va a su cuarto mientras tú estás ocupada en otras cosas, después él viene y te dice que ya se va.



Tú le preguntas que si ya limpió su cuarto, te responde que si y se va. Media hora después, tú pasas por su cuarto y te das cuenta que no recogió ni una sola cosa.

La necesidad de checar que las cosas se hagan no es importante en el caso de algunos adolescentes. Pero para otros, tú tienes que checar continuamente que haya hecho lo que le pediste

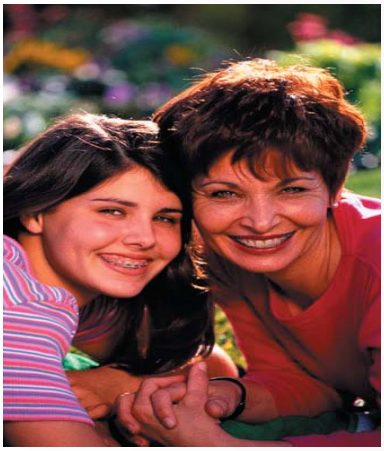
o lo que él ya sabe qué tiene que hacer.

Esta clase de inconsistencia de los padres, tiende a interferir con el desarrollo de la responsabilidad en el niño y también lo enseña a que sea manipulador.

Al no ser consistente, papá o mamá, los jóvenes ya te encontraron el lado por el que te van a manipular. Esto nos lleva a lo siguiente: consistencia de parte de ambos padres.

SE NECESITA CONSISTENCIA EN AMBAS PARTES: UNA UNIDAD

Todos los ejemplos utilizados pretenden enseñarnos la necesidad de ser consistentes en cada uno de los padres. En otras palabras, ambos padres necesitan ser muy consistentes en la manera en que tratan a sus adolescentes.



Si uno le dice que no puede usar el carro hasta que limpie su cuarto, el joven estará seguro que de la única manera en que podrá usar el carro es limpiando su cuarto.

Pero la consistencia debe venir de ambas partes: del padre y la madre, como una unidad. Este punto es uno de los que más se descuidan.

Al tratar con tu hijo, debes de darle significado a lo que dices. Deben estar de acuerdo papá y mamá en lo que dicen y respaldarse uno al otro.

Por ejemplo, un hijo le pregunta a su mamá: "¿Puedo ir al cine esta noche?" La mamá le dice: "No". Entonces él le pregunta a su padre lo mismo y éste le dice: "Si".

Ahora, es casi la hora de que el muchacho se vaya al cine y comienza a vestirse. La mamá le pregunta que a donde va y él le dice que al cine y que su padre le dio permiso. Entonces la madre confronta al papá y comienza una discusión. Durante este tiempo el hijo termina de vestirse y se va al cine.

¿QUÉ CONSECUENCIAS VIENEN DE SER INCONSIENTES?

Los padres pueden ser inconsistentes y dañarse uno al otro al no estar de acuerdo en el trato con su hijo. Al hacer esto, varias cosas ocurren:

1. El hijo aprende a poner a un padre en contra del otro y a manipularlos para obtener lo que desea.

2. Cuando un padre disciplina a su hijo o hace una decisión y el otro padre contradice esta acción, la autoridad del primer padre se reduce.

3. Como consecuencia de esto, el hijo ve sólo la autoridad de uno y no respeta la autoridad del otro.

4. Tiende a hacer ver a un padre como "el malo e injusto" y al otro como "el bueno y benevolente".

Es extremadamente importante para los padres que estén totalmente de acuerdo en sus decisiones y acciones. Si estás en desacuerdo con tu pareja, lo mejor sería que en frente de tu hijo estén totalmente de acuerdo.

Más tarde, cuando tu hijo no esté presente, discutan la situación; y, todavía más importante, resuélvanla.

La unidad es importantísima. Unidad entre padre y madre. Para que el adolescente esté totalmente de acuerdo en sus decisiones y acciones, es necesaria.

Si el adolescente escucha de su madre un "si" y de su padre un "no" o viceversa, va a crear un desacuerdo en él, va a modificar su conducta, va a tachar a uno de malo y al otro de bueno.

Este tipo de inconsistencia da como resultado el que los padres argumenten o peleen y, al final, los adolescentes se salen con la suya.

Cuando el hijo no esté presente se puede resolver la situación. Y la persona quien estableció la consecuencia o el castigo, debe ser quien la modifique.

ESTABLEZCAMOS REGLAS Y CONSECUENCIAS

Hay diferentes reacciones para el mismo comportamiento; por lo regular, tratamos el mismo comportamiento de los jóvenes de diferentes maneras, dependiendo en qué estado de ánimo andemos o de cómo nos haya ido en el día.

Podemos reaccionar hacia la conducta de nuestros hijos de diferentes maneras. ¿De qué depende? Del estado de ánimo en que andemos.

Por ejemplo, un día el joven es insolente y nosotros reaccionamos dándole un discurso. El próximo día, el mismo tipo de comportamiento ocurre y nosotros lo ignoramos.

Al siguiente día, el joven vuelve a comportarse igual y le quitamos ciertos tipos de privilegios y así subsecuentemente.

En lugar de reaccionar diferente, sería mucho mejor para ti si estableces que cuando tu adolescente tenga cierto comportamiento, se le quitarán ciertos privilegios por un tiempo.

Establecer reglas y consecuencias reducirá este tipo de inconsistencia y hará que el ambiente sea más estructurado y de la manera esperada. Es importante también marcarles la regla y la consecuencia al mismo tiempo.

¡SE NECESITAN PADRES CONSIENTES!

Quiero hacer un llamado a todos los padres a ser consistentes. La adolescencia es un momento donde nuestros hijos deben ver que le damos significado a las palabras que hablamos.

Las expresiones exageradas o sin significado, pueden ser tan dañinas para nuestros hijos que pueden llevarlos a manipularnos.

Aquí es donde están confundidos muchos padres de familia. Y no quiero dejar de lado el principio de las Escrituras, que dice:

> *"Hijos, obedeced en el Señor a vuestros padres, porque esto es justo. Honra a tu padre y a tu madre, que es el primer mandamiento con promesa;" para que te vaya bien, y seas de larga vida sobre la tierra. Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor.*
>
> *Efesios 6:1-4*

¿Queremos ser honrados por nuestros hijos? Aquí está la clave: la crianza de los hijos. Debemos criarlos en disciplina y para esto se necesita consistencia.

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