



## La comunicación entre padres e hijos

### Cuando no hay amistad con los padres

Últimamente hemos tenido la oportunidad de platicar con muchos jóvenes a través de conferencias sobre temas como la *inmoralidad sexual* y *las adicciones*, y ellos se han acercado a nosotros con muchas preguntas e inquietudes. Nos sorprendió la confianza que tuvieron para platicar con nosotros; así nos dimos cuenta de cuánta necesidad de dirección, de orientación y de información tienen los jóvenes hoy en día.

Uno de los puntos más complejos que ellos externaron es **la falta de comunicación con sus padres**. También nos platicaban lo que pasa en sus casas y sus sentimientos, ellos pasan por situaciones difíciles y nos preocupa que no tengan comunicación con sus padres o que cuando la busquen no la hallen. Sólo encuentran una falta de amistad muy grande y eso les duele.

Cuando ellos externaban su necesidad se les llenaban los ojos de lágrimas y se notaba su tristeza y dolor. *¿Podemos platicar con usted? -decían- es que nunca hemos hablado con una persona adulta, y la verdad queremos platicar con alguien más grande*. En esas expresiones dejaban entrever que, si bien es cierto que platicaban con muchos compañeros de escuela, también necesitaban a alguien con cierta madurez, alguien que pudiera explicarles de manera más clara los problemas de la vida.

Entre los jóvenes existe amistad y compañerismo, hay planes y compromisos a veces muy fuertes, pero ellos saben que necesitan una ayuda, un consejo maduro y centrado, un consejo que esté basado en la experiencia.

En muchos casos el padre no está presente, se fue con otra mujer o a otro lugar a trabajar y tal vez los hijos nunca lo conocieron; tampoco tienen una buena comunicación con su madre, ya que trabaja, tiene



muchos problemas o está batallando.

Recuerdo el caso de un joven cuya madre se la pasaba sentada frente al televisor, mientras él tenía una necesidad muy grande. Se paraba junto a ella y le decía: *“mamá, quiero hablar contigo”* y la madre seguía con la vista fija en la televisión, como si no lo escuchara. Después de insistir varias veces, la mujer volteaba y decía *“si mi hijo, te escucho, habla”* y volvía a fijar la vista en el televisor.

El muchacho le hablaba y le explicaba la situación y la mamá solo decía *“sí, sí hijo, al rato”*. Entonces se dio cuenta de que no estaba siendo escuchado y simplemente se retiró para no volver a hablar, ya que no encontraba una respuesta. Y la mujer, absorta en la telenovela, no alcanzaba a entender la necesidad de su hijo.

¡Qué terrible! Muchos jóvenes nos platicaban que se reunían, tratando de llenar su vacío y soledad, pero lo hacían de una manera incorrecta. Algunos confesaron que bebían, fumaban, tenían novio porque no encontraban el amor en casa. Se les notaba una presión muy fuerte a tener relaciones sexuales o a hacer cosas en contra de sus principios.

Cuando veía a todos esos jóvenes yo me preguntaba: *“¿Qué se va a hacer con estos jóvenes? ¿Qué institución podrá ayudarlos?”* Sinceramente, es un trabajo enorme y estamos tan limitados, tenemos tan poco alcance para cubrir toda esa necesidad que hay en ellos.

Entonces pensaba: *“cada uno de estos jóvenes tiene un padre y una madre”*. Si cada padre y madre se hiciera responsable del cuidado y de la formación de su hijo, el problema se resolvería. Realmente, la solución es muy sencilla, el problema es que no se hace y para empezar, hay una gran falta de comunicación entre padres e hijos.

Hubo casos dramáticos que cuando los escuchamos nos impactaron mucho. Una jovencita nos narró que tuvo problemas de abuso por parte de un familiar y llegó incluso a demandarlo a las autoridades, pero no encontró ninguna respuesta. Yo le pregunté: *“¿hablaste con tus padres?”* y ella respondió: *“sí, pero no me*

*creyeron*". Fue una respuesta llena de dolor y la joven rompió en llanto, ella sólo quería alguien con quien platicar y soltar toda su frustración, dolor y tristeza.

## La comunicación y la formación van de la mano

La comunicación es sumamente importante en la familia. Cuando los jóvenes están en la calle o andan con sus amigos, disfrutando de diversiones, reciben información; cuando van al cine, ven la televisión o escuchan la radio, reciben información. También reciben información de personas con las cuales se relacionan.

Algunos de los jóvenes me llegaron a decir: "*¿Qué hacemos? En nuestro barrio hay un grupo de jóvenes que se está drogando?*" Yo les pregunté: "*¿Ya lo notificaron a la policía?*" y me dijeron: "*Sí, ya lo hicimos pero no hay respuesta. Yo veo como mis amigos se están destruyendo poco a poco y como jalan a los más pequeños*".

"*¿Ya hablaron con ellos?*", les pregunté. "*Sí, son buenas personas pero la verdad es que no pueden dejar el vicio, incluso ellos nos dicen que nunca hagamos eso porque es para nuestro mal*". Ellos dan el consejo y se quedan sin él.

¡Qué peligroso y complicado es este mundo para nuestros hijos! Hay influencias malas por todas partes. La única influencia positiva que puede dar una orientación y un sentido claro a sus vidas es la de los padres, que en muchas ocasiones ni siquiera existe.



Los padres se enojan y se molestan mucho cuando los hijos cometen un gran error. Por ejemplo, si la hija sale embarazada o si el muchacho está metido en las drogas, se enojan y hasta los corren de la casa, los abandonan o los tratan de lo peor.

Incluso pueden decirles: "*pues me defraudaste, nunca pensé que fueras a hacer esto, nunca pensé que fueras una mujer tan fácil, ¿quién te enseñó esas cosas?*"

Pero yo pregunto hoy ¿cuánto tiempo pasaste hablando con tu hijo o hija? ¿Cuánto tiempo te fuiste a jugar con él? ¿Cuánto tiempo le enseñaste sobre los problemas de la vida? ¿Cuánto tiempo te preocupaste por ver lo que había en su corazón, las presiones

que estaba viviendo? ¿Cuánto tiempo tomaste para investigar sobre los diferentes problemas que estaba por enfrentar? ¿Cuánto tiempo te tomaste para instruirlo, para criarlo?

Cuando los niños son pequeños son muy hermosos y podemos disfrutarlos y jugar con ellos, pero es un tiempo de mucha responsabilidad en el que hay que inculcarles valores y criarlos, no solamente darles enseñanzas. La enseñanza es con la mente, la crianza con la voluntad.

Una cosa es que el niño entienda algo y que sepa que ciertas cosas no están bien, pero otra cosa es que el niño tenga el dominio y la voluntad para no hacerlas. Tal vez muchos niños de pequeños saben que tomar no está bien, saben que el fumar y las drogas no son correctas, pero no tienen la voluntad para no fumar, para no drogarse o para no beber. Eso demuestra una falta de instrucción y compromiso de los padres.

## No se trata de suplir alimento solamente

La vida hoy demanda mucho, las condiciones económicas son difíciles y para llevar el pan a la casa hay que trabajar mucho. Pero qué terrible es que los padres sólo suplan el pan y no el aspecto emocional, espiritual y afectivo de sus hijos.

Los seres humanos no solamente somos materia, también tenemos alma y espíritu, y cada uno de estos aspectos debe ser suplido. Si no es así, se ocasionan muchos problemas y los hijos que de pequeños eran tan hermosos se vuelven una pesadilla. No se les puede dirigir, son rebeldes, majaderos y empiezan a sacar todo lo que tú, papá, sembraste mal en ellos.

Ahora sí quieres hablar con ellos y te acercas para que cambien su actitud, pero ahora es él quien no te escucha ni te hace caso. Ya no tiene tres o cuatro años, tiene 15 o 16, a lo mejor ya está de tu tamaño, ya tiene más fuerza que tú y tiene un espíritu indomable con el cual no puedes lidiar.

Muchos padres tiran la toalla y dicen: "*ya no puedo con él, déjalo que haga lo que quiera*". Y un día terminan muertos, suicidándose o con una terrible depresión.

Yo veía a muchos de los jóvenes que platicaban con nosotros muy estresados y angustiados, había un profundo vacío en sus vidas, se veía una soledad. Trataban de juntarse en grupo y resolver su situación pero ninguno de ellos tenía una respuesta para el otro, ni para sí mismos y los consejos e ideas que daban

para resolver sus problemas eran muy inmaduras. No los juzgo, son jóvenes, están aprendiendo.

Nos han escrito gran cantidad de padres diciendo que sus hijos de 13 o 14 años son muy rebeldes y no los pueden controlar. Pero cuando les preguntamos, nos damos cuenta que no se le inculcaron valores en la niñez, no se le pusieron límites ni se platicó con ellos. Solamente existió el regaño en el momento de la falta, pero sin ninguna instrucción, práctica ni ejemplo.

Yo pregunto ¿qué se le puede decir a un joven que tiene una gran necesidad de afecto, ayuda y dirección, cuyos responsables de su vida están ausentes? Los jóvenes me decían: “¿Qué hago? Mis padres me golpean, me dicen de groserías, son injustos; me encargan a mis hermanos, yo no sé cómo cuidarlos y luego me reclama que no sé cuidarlos bien”.

¡Los muchachos están solos! Se encuentran a merced de los vicios, del alcohol, de la inmoralidad sexual, del narcotráfico y de todo lo que sale en la televisión que los lleva a la rebeldía y a la violencia. Y ¿los padres? Sin comunicación.

En una ocasión, un hombre llegó a decir: “Si tu quieres que tus hijos se echen a perder, solamente tienes que hacer una cosa: no hagas nada”. No hagas nada y verás como solitos, por la influencia de la sociedad y de este mundo, van a adquirir terribles valores morales.

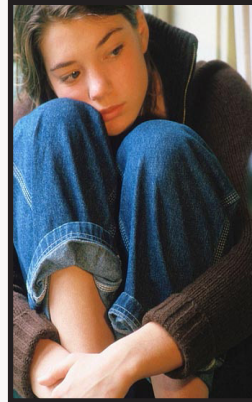
Esto es lo que estamos viendo hoy: jóvenes que por más que intentan comunicarse con sus padres, no lo logran. ¿Podrá una consejería de una hora, sacarlos de sus problemas y de sus profundas necesidades?

Hubo jóvenes que platicaron conmigo una hora, pero tenían mucho más de qué hablar, y la verdad es que uno no puede resolverles la vida. ¿Qué le dices a un joven cuyo padre no le habla o cuya madre lo trata injustamente? Los padres no escuchan a sus hijos y eso provoca distanciamiento y falta de confianza, respeto y amor.

¿Qué podemos decirle a un joven que tiene terribles problemas con su papá? “Sirve y ama a tus padres. Si no te gusta como te tratan, entiende que no debes tratarlos de la misma forma”. Suena un consejo muy duro y difícil, aunque es correcto. Pero para un joven que está lleno de terribles rencores contra sus padres, ¡qué difícil es hacerlo!

Si siendo adultos y teniendo un carácter maduro y una mentalidad formada, batallamos para perdonar y pasar

por alto los insultos y agravios; cuánto más un joven que no está formado, que le falta mucho por madurar y aprender dominio propio, a quienes no se les enseña esto en sus casas.



¡Cuántos jóvenes podrían resolver sus problemas si sus padres los atendieran! ¡Cuántos jóvenes saldrían adelante si sus padres tan sólo se sentarían a platicar con ellos!

### La falta de comunicación puede ser mortal

El Instituto Mexicano de Psiquiatría ha expresado que la falta de atención de los padres hacia sus hijos es causa principal de depresión entre niños y adolescentes. Si un padre de familia no atiende a sus hijos puede estarlos llevando a la depresión. Las estadísticas son muy frías, muchas de las personas que se suicidan tuvieron primero un cuadro depresivo. Un padre que no atiende a su hijo lo puede estar impulsando a la muerte. Suena muy crudo, pero es una realidad.

Entendamos lo que queremos decir con atención, no es solamente el hecho de llevar dinero o dar ropa, que ciertamente muchos padres ni siquiera eso proveen; no hablamos únicamente de dar un techo, ropa o alimento. La atención es mucho más que eso, consiste en que los padres de familia atiendan a sus hijos de una manera integral.

Dale un abrazo, un beso, un cariño, un “te quiero, eres importante para mí” o “te aprecio, te amo mucho hijo”. Además, el salir a jugar con él, compartir tiempos de esparcimiento, sentarse con él a resolver los problemas de la escuela y el platicar abundantemente sobre las situaciones que él está viviendo es importante. Necesitas platicar con tu hijo.

Quienes deben fomentar la comunicación son los padres. Son ellos quienes deben crear una atmósfera de confianza para que el hijo pueda acercarse a ellos. Pero, ¿qué es la comunicación?

Entre las definiciones encontramos que la comunicación es “el trato, la correspondencia entre dos o más personas”. Cuando hablo de corresponder me refiero a atenderse recíprocamente. En la familia es tener un vínculo de comunicación, es atenderse y amarse mutuamente.

Papá y mamá, ¿cuál sería el propósito de comunicarte con tu hijo? Hay personas que dicen que la comunicación tiene varios propósitos entre los que están el proporcionar información, instrucción y orientación sobre los diversos aspectos de la vida. Todo esto le ayudará al hijo a tomar decisiones mejores y más prudentes para su bienestar.

Es parte de la comunicación que un padre se siente a hablar con los hijos de las diferentes situaciones que pueden enfrentar en su vida, de qué se trata la sexualidad, qué problemas hay con las adicciones, cómo resolver los problemas en la escuela, cómo resolver los problemas con sus amigos, etc. Esto es parte de la comunicación.

Criar incluye enseñar a tener dominio propio, a formar hábitos, a saber diferenciar lo que es malo y decidir por lo bueno, enseñar a dominar sus sentimientos, a usar la razón y a tener principios estables. Cuando un padre platica con un hijo le proporciona protección, porque le está advirtiendo de situaciones que puede enfrentar en el futuro.

Cuando un padre transmite su experiencia a su hijo le enriquece la vida, ya que el hijo se siente amado y tomado en cuenta. Pero qué terrible es que el hijo se acerque al padre para platicar y él esté muy ocupado en sus asuntos personales, en su fútbol o en su cerveza. Qué triste es ver a padres que se pasan el fin de semana fuera de casa, bebiendo y embriagándose con los amigos y los hijos y esposa en casa abandonados.

Hoy en día no hay vínculos, no hay formación ni apoyo entre padres e hijos y ellos entienden algo: *“No interesamos, no importamos. Papá nunca está aquí, siempre está en el trabajo y cuando está, se va con otras personas”*. Quizás estas palabras suenen un poco duro pero son la realidad: hoy muchos jóvenes están amargados contra sus padres porque no los atendieron o porque cuando los necesitaron no estuvieron.

### ¡Abra ese canal de comunicación!

La comunicación es un punto de doble vía que conecta los sentimientos de padres e hijos. Ese es otro de los propósitos de la comunicación: acercar a los padres hacia sus hijos, establecer lazos de amistad, respeto, aprecio y valor. Cuando no hay comunicación no se conoce a las personas, los hijos se convierten en perfectos extraños para los padres y viceversa, nunca

se establece la confianza entre ellos, no hay vínculo ni amistad.



De esta manera, cuando los hijos necesitan algo van con los amigos para preguntar y quien los escucha es el drogadicto de la esquina o el pederasta. Tú no sabes las amistades que tus hijos pueden tener allá afuera. Si no te has sentado a platicar con él para orientarlo y conocer quienes son sus amistades, tienes un hijo abandonado. Es un hijo que está expuesto a los terribles peligros que hoy enfrenta la sociedad; pero cuando un padre habla con su hijo está dando un gran paso para poderlo proteger.

La comunicación ayudará a su hijo a sentirse cuidado y amado, a saberse importante para los padres y a no sentirse aislado en los problemas ya que sabe que tiene en quien confiar y apoyarse, sabe que en un momento difícil sus padres están para ayudarlo y por eso acude a ellos. Entonces hay un vínculo, una comunicación.

Un hijo aprende a decirle al papá lo que siente y lo que quiere cuando ve que su padre abre un canal de comunicación. Además, aprende a manifestar sus sentimientos y empieza a adquirir mucha confianza con su padre. El padre puede ayudar a su hijo, ya que lo conoce, entiende cómo es, conoce su carácter, sabe cómo ayudarlo, instruirlo y moldearlo.

Pero cuando un padre no habla con sus hijos, no los conoce y son perfectos extraños para él, éstos amarán más la calle que la casa y preferirán a los amigos o a sus novios, quienes les proporcionan placer, diversión, alguna expectativa de vida o una salida. Aunque no sea buena, ellos les ofrecen algunas respuestas para tanta necesidad que tienen.

¡Abra ese canal de comunicación con sus hijos! Tener abierto ese canal le permite a usted sentirse cercano a su hijo, conocer sus necesidades, saber qué herramientas puede utilizar para ayudarlo.

### ¿Qué deben hacer los padres?

Para empezar, usted debe **estar disponible**, no me refiero a estar presentes en casa sino a tener tiempo para los hijos, que en el momento en que ellos se acerquen usted tenga la disposición de sintonizarse con él de manera rápida a la conversación. A lo mejor

usted está trabajando en algo importante, pero debe dejar todo y atender a su hijo; que usted esté al alcance para su hijo.

Si se quiere establecer una buena comunicación, se debe **aprender a escuchar**. Muchos padres se adelantan para dar su opinión y no dejan que sus hijos hablen. Hay que aprender a darles su lugar, déjelos que se expresen; hay que dejarlo hablar y razonar con él.

La situación que más les dolía a los jóvenes con los que platicamos era que los padres los acusaban a su hijo de drogarse, de andar mal, de beber, de ladrón y mentiroso, entre otras cosas, aún cuando no era cierto. Ellos le creían más a la gente que a sus hijos, no investigaban, simplemente regañaban.

El día de mañana el muchacho hará lo que usted le está reclamando y dirá: *“antes no bebía, pero ahora sí voy a beber”* y empezarán a hacer aquello de lo cual se les acusaba y no hacían. No lo justifico, estas son cosas que hace un adolescente desesperado, lleno de soledad, quien en su molestia y enojo hasta quiere darle un golpe a su padre.

**Demuestre empatía**, las personas que tienen una buena comunicación demuestran empatía, tratan los asuntos como si fueran suyos, es decir, ¡póngase en los zapatos del muchacho! Eso le hará saber al joven cuánto le importan a usted sus problemas y sentimientos. Muchos padres son insensibles a lo que los hijos sufren, no los entienden, se olvidan de que ellos fueron jóvenes también y no sienten esa empatía por ellos. Por lo tanto, los tratan de una manera áspera.

El que tiene una buena comunicación, demuestra empatía, sabe comprender, pero no hace cosas injustas, sabe entender los sentimientos del otro. Además, los que tienen una buena comunicación explican con claridad lo que quieren decir; puede haber muchos malos entendidos en las pláticas, usted asegúrese que la comunicación con su hijo sea clara, cerciórese que en verdad entendió.

**Sea coherente entre lo que dice y hace**, si va a regañar al muchacho tiene que adoptar una posición seria, si va a enfatizar algo que es muy serio no juegue para no confundir al hijo, si está contento, aplauda o ría. Sea coherente, transmita la información tanto en sus actos como en lo que dice, eso le dará al muchacho un parámetro acerca de cómo está usted

tratando el punto, porque si lo está regañando y riendo puede confundirlo.

**Sea ejemplo**, como usted hable sus hijos hablarán, si usted les grita ellos le van a gritar, si los ignora ellos aprenderán a ignorarlo. En cambio, si usted los atiende, ellos lo atenderán; si los escucha, ayuda e instruye, ellos lo van a obedecer. La autoridad se gana por medio del servicio. Cuando una persona instruye, ayuda, escucha y da de su tiempo para atender la necesidad de los demás, éstos terminan obedeciéndole.

Si usted enseña a sus hijos a formar cierto carácter y les enseña valores morales, pero usted no los vive, ellos jamás los van a vivir. Usted debe ser ejemplo, eso es parte de la comunicación, ser coherente entre lo que se enseña y se practica.

### Lo más importante: la familia

Quiero terminar leyendo un texto de las Sagradas Escrituras que dice:

*“Dios hará volver el corazón de los padres hacia los hijos, y el corazón de los hijos hacia los padres, no sea que yo venga y hiera la tierra con maldición.”*

*Malaquías 4:6*

Para Dios, lo más importante es la familia, los hijos. De hecho, cuando Dios se acerca a una persona, a un padre o madre de familia, no lo hace exclusivamente por ellos sino también por sus hijos. Y cuando Dios quiere bendecir una familia, donde más los quiere bendecir es en sus hijos. Algo de lo que Dios hace abundantemente cuando restaura una familia es restablecer la comunicación entre padres e hijos, restablecer el respeto, el amor y el cariño entre los padres y los hijos. Lo que más desea Dios es tener familias estables, unidas, armoniosas.

Cuando un padre o madre de familia responsables de sus casas no cumplen con este cometido y se desentienden de los hijos; cuando no los atienden, no platican con ellos ni los instruyen, los hijos crecen sin orientación, sin cuidado ni protección.

Después, lamentablemente, se convierten en una maldición en esta tierra, andan vagando de aquí para allá haciendo maldades, andan en vicios, drogas, abortos, inmoralidades sexuales, rebeldías y violencia. De tal manera que la sociedad no sabe

cómo ayudarlos, no sabe cómo corregir esa situación; por eso la violencia, el escándalo y los sucesos que hoy nos impactan terriblemente van en aumento.

En Estados Unidos suceden uno tras otro los atentados y homicidios llevados a cabo por jóvenes con armas. Y ¿dónde están los padres?

Son jóvenes abandonados y en soledad, que no se les transmitieron buenos valores morales y que se dejaron a la deriva a que la sociedad los formara. Hoy en día la sociedad no tiene buenos valores morales, hay mucha violencia, rebeldía e inmoralidad.

Padre de familia, es muy importante que tú establezcas un canal de comunicación con tus hijos, es de vida o muerte para ellos. Un padre que no atiende a su hijo lo puede llevar a una depresión, la cual puede llevarlo a un suicidio o a una vida con un alto nivel de riesgo, por cuanto no tiene instrucción y anda experimentando, probando la vida sin prudencia.

Papá y mamá, piensen qué es lo que más valoran y aprecian en esta vida. Yo creo que estarás muy de acuerdo conmigo en que son tus hijos; entonces, ¡aprovecha el tiempo! Abre ese canal de comunicación y atiende a tus hijos porque ellos lo necesitan desesperadamente.

*Ing. Gilberto Sánchez*

## **Esperanza para la Familia, A. C.**

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

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

Correo Electrónico: [contacto@esperanzaparalafamilia.com](mailto:contacto@esperanzaparalafamilia.com)