

{japopup type="image" content="images/stories/nuestravida/adolescentes.jpg" }



{/japopup}Uno de los momentos más críticos en la relación padre-hijo es la llegada de la adolescencia. Aprenda a comprender a su hijo para llevar una relación más productiva, afectiva y respetuosa.

"Un adolescente es un niño con miedo a crecer". Esta definición de un canta-autor es quizá la mejor manera de describir la particular situación que viven los jóvenes en una de las etapas del crecimiento que mayores dificultades conlleva y que a veces los padres no logran entender.

Pero el problema de la incomprensión no es exclusivo de los progenitores. Los hijos tampoco logran entender a sus padres y los ven como seres anticuados, "cantaleteros" y ajenos a los cambios que ellos sufren.

El gran miedo de la familia con los hijos adolescentes es adaptarse al nuevo ser humano que es el joven y los cambios de los otros miembros de la familia.: el padre se acerca a la jubilación, la madre a la menopausia y los hijos empiezan a tener mayor independencia. Quedarse en el pasado, en la relación infantil, hace que sea difícil comprender esta nueva etapa en la cual tratan de afianzar su identidad.

Los principales problemas durante esta etapa son el resultado del temor no sólo de los hijos a enfrentarse a muchos cambios (sociales, corporales, sicológicos), sino también de los padres a aceptar que todo ello ocurrió.

Es necesario comprender los cambios del adolescente. "En la medida en que los padres acepten el duelo del paso de la infancia a la adolescencia, va a ser posible desarrollar ciertas herramientas para ajustar la relación y sus expectativas entre padres e hijos".

Hay que hablar sin cantaleta

Las variaciones en el comportamiento adolescente son tan fuertes, que la comunicación se torna extraña. Quienes dejan de ser niños se comportan distintos, se comunican diferentes y se hace común que hablen menos.

Para lograr comprender el mundo de los adolescentes, se requiere de estrategias como no indagarles mucho ni obligarlos a hablar, pues justamente una de las características típicas de esta etapa es el poco interés en manifestar sus inquietudes. En tal caso intente comunicarse con su hijo refiriéndose a eventos de su vida, sin caer, como se anotaba antes, en las tradicionales cantaletas.

"El fundamento principal para superar la etapa de la adolescencia es que a los padres no les duela que sus hijos crezcan".

Otra de las características del joven es el ensimismamiento que lo suele acompañar; por ello, no se debe obligar al joven a que tenga muchos acercamientos con el resto de la familia, sino hacer que los pocos que haya sean positivos y que se deje abierto un canal de comunicación con los padres. "El padre no se debe sentir si el joven no acude a él en algún momento, sino entender que eso es propio del momento que vive el adolescente y que éste en algún momento acudirá a él".

Los padres deben aprender a retirarse, a aguardar silencio y a dejar que el muchacho tenga sus espacios. Consiste en aprender a tolerar y a respetar cosas como el tipo de música que escucha, sus amigos y sus necesidades. Por supuesto, no se trata de dejarlo a sus expensas, sino de darle guías, pautas y límites, con autonomía social.

Como un mecanismo para evitar que la relación se dificulte, se necesita que las reglas que se impongan no sean rígidas, sino concertadas. Una de las claves que hay con el adolescente es empezar a negociar con argumentos y llegar a acuerdos claros, para que de esta manera la relación mejore dentro de total respeto.