

ADOLESCENTES RESPONSABLES

Formar a un hijo a esta edad es complicado, pues, es la última etapa antes de prepararlo para enfrentarse a los problemas de la vida con independencia.

La adolescencia es la última prueba de fuego en la educación que unos padres favorecen a sus hijos. Para muchos, la más difícil. Cuando creías que lo peor ya había pasado, tu hijo es ahora adolescente. Ya no necesitas estar tan pendiente de él, algo que te reconforta y a la vez te preocupa. ¿Qué estará haciendo?, ¿por qué ya no me hace caso?

Influencia

La mayoría de los padres sienten que pierden influencia en sus hijos cuando estos llegan a la adolescencia, algo normal que viene asociado con la edad. Sin embargo, diversos estudios demuestran que los padres siguen siendo la principal referencia de los hijos también durante esta etapa. Una buena relación con tu hijo influirá también en mejores notas y un alto grado de satisfacción personal para ambos en vuestra relación. Educar a un adolescente es crucial, pues es la última etapa antes de prepararlo para enfrentarse a los problemas de la vida con independencia: estudiar una carrera, encontrar trabajo, tener carro.

Comunicación

Mantén abiertos los lazos de comunicación con el adolescente. Entre tu trabajo y las tareas domésticas; sus deberes, actividades y amistades, parecerá que ya no queda tiempo para ambos. Él ya no te necesita tanto y tú acabas dejando de prestarle atención. Evita a toda cosa que esto ocurra. Desayunar juntos, aprovechar media hora para charlar antes de irse a la cama son rutinas diarias que deberías instaurar para mantener el contacto y la comunicación con el adolescente.

Convivencia

Respetar el ritmo de desarrollo de cada joven adolescente. Crea también actividades semanales que te permitan pasar más tiempo con él o ella. El joven adolescente ya no querrá salir con sus padres como antes, pero tienes que buscar actividades que podáis hacer juntos como ir al supermercado a hacer la compra semanal o a tomar un helado cerca de casa. Cualquier espacio de tiempo, por pequeño que sea, los beneficiará.

Equilibrio

Encuentra el equilibrio entre la independencia y la paternidad. Los adolescentes necesitan libertad y crear un espacio personal. Eso no significa que puedan hacer lo que quieran. Reconóceles su independencia pero establece reglas. No le espíes pero pregúntale abiertamente con quién sale y adónde va. Conoce a sus amigos y habla con los padres de sus amigos. Organiza reuniones familiares frecuentes para tratar los problemas de tu hijo o la unidad familiar reconociendo las cosas positivas y señalando las negativas pero sin discutir. Que este tipo de reuniones no se conviertan en algo odiado u objeto de discusión constante, sino que sea algo natural.

Peligros

Intenta estar con él después de clases. No siempre es posible, pero intenta adecuar tu horario laboral para poder estar con tu hijo tras las clases. Está demostrado que las horas a las que más peligros y malas influencias se someterá no están en el fin de semana, cuando salga con sus amistades a sitios que ya conoce, sino cuando sale de clase y se junta con todo tipo de compañeros, algunos de ellos malas influencias.

Horarios

Hay que ser madres y amigas de los adolescentes. Intenta establecer una rutina tras terminar las clases. Que pueda tener un tiempo de relax pero también de trabajo para estudiar. Come con ellos siempre que sea posible. Aprovecha todas las ocasiones en las que estén juntos para comer o cenar en familia. Es la ocasión ideal para hablar con él de manera distendida y conocer más sobre su nuevo universo: qué películas le gustan, qué música escucha, cuanto más sepas sobre tu hijo más podrás ayudarlo en caso de que lo necesite.

Hábitos saludables

Con la independencia llega la posibilidad de hacer ciertas cosas que antes tu hijo no podía hacer: acostarse más tarde, estar más tiempo en la computadora, tomar café. Edúcale en la moderación y evita que cometa excesos, no será bueno para él que se acueste demasiado tarde entre semana, ni que tome demasiado café. Intenta crear hábitos familiares y que vea que tú, como adulto responsable, también cumples unos horarios y costumbres saludables.

Paternidad-amistad

La paternidad no siempre está reñida con la amistad. Suele decirse que los padres no son amigos de sus hijos, pero no tiene que ser así. Sobre todo durante la adolescencia tienes que aprender a ser ambas cosas: padre o madre y amiga. La principal dificultad estará en saber trazar la línea que los separa y mover esta línea con tolerancia. Que la amistad con tu hijo te permita sentirte más cerca de él y establecer una relación de confianza en la que pueda contarte las cosas. Pero que siga manteniendo un respeto hacia ti como su superior. Muéstrale respeto y comprensión pero no dudes en decir no siempre que sea necesario.

Desarrollo

Respetar el ritmo de desarrollo de tu hijo. Muchas veces el problema de los padres con sus hijos no está en el exceso de independencia sino en la falta de ella. Tienes que entender que cada niño es un mundo y se desarrolla a su ritmo. No le fuerces a llegar a la adolescencia antes de tiempo o de que esté preparado para ello.

Transición

Respetar su transición a la vida adulta e intenta no compararlo con los demás. Porque otros niños de su entorno sean más independientes no quiere decir que tengas que dejarle a su suerte o forzarle a tener una autonomía para la que todavía no está preparado. Tarde o temprano llegará la madurez.