



¡Socorro, tengo un hijo adolescente!

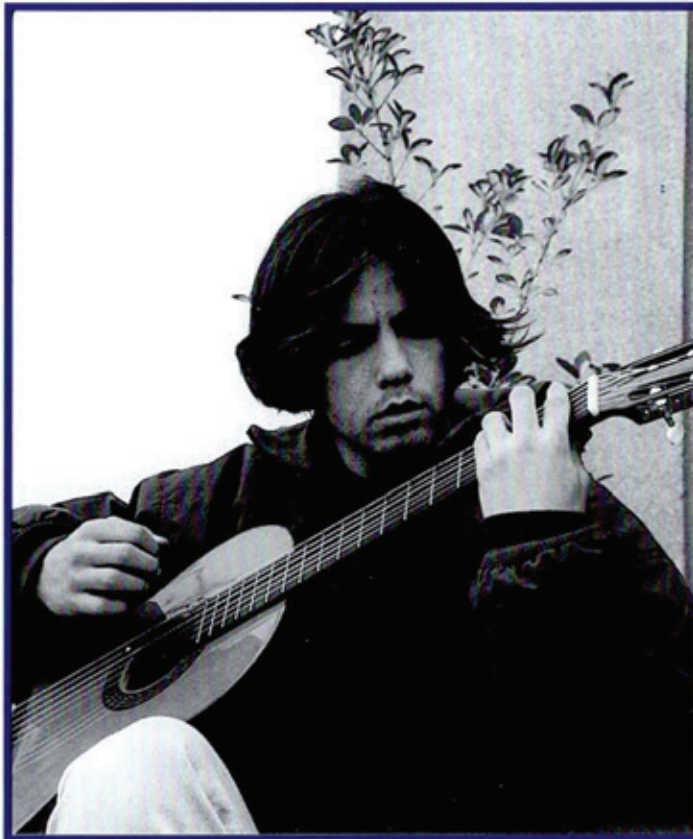
— María Menéndez-Ponte —

Cuando la reunión empezaba a decaer, uno de los asistentes preguntó a la señora que tenía a su lado: “¿Qué tal el ordenador que te recomendé para tu hijo?”. Ella respondió: “El ordenador funciona de maravilla, pero mi hijo es el que está insoportable. No sabemos qué le pasa. Está en plan perdonavidas y ni nos dirige la palabra...” Sus palabras acapararon inmediatamente la atención de los demás. “¿Qué edad tiene?” -quiso saber la señora que tenía enfrente-. “Quince” -le contestó lacónicamente-. “Uff, está en pleno sarampión” -le compadeció con simpatía. “¿Dices que no os dirige la palabra? -intervino otra- ¡Ojalá el nuestro hiciera lo mismo en lugar de saltar por cualquier cosa como un perro rabioso! Siempre tiene el insulto en la boca”. “Y la mano levantada” -añadió su marido. “Sí, a sus hermanos los achicharra a tortas -continuó ella-. Ya no podemos más, hemos probado de todo. Hasta le hemos amenazado con el internado...”

Nuestra casa es un infierno

En pocos segundos se armó un revuelo indescriptible. Todos los presentes nos quitábamos la palabra para contar nuestro caso y las escenas que cada día convertían nuestras casas en un auténtico infierno. El listado de quejas era realmente abrumador:

Miente constantemente-Pasa de todo-Tiene el cuarto hecho una cuadra-Deja platos sucios y latas vacías por todas



«...empecé a pensar que estábamos realmente muy desesperados y necesitados de simpatía para soltar en tan poco tiempo semejante retahíla de comportamientos negativos de nuestros hijos hasta el punto de convertirlos en auténticos diablos rojos...»

las habitaciones-No se ducha-No come nada-No para de comer en todo el día-Llega siempre tarde-Se cuelga del teléfono durante horas- Va hecha un cromo a la calle- Parece un pordiosero- Cada semana cambia de novio- Mete a sus amigos en casa cuando no estamos y se beben nuestro whisky- Tiene una novia que le dobla la

edad- Se pasa el día con los videojuegos y viendo la tele- Se emborracha- No estudia- Fuma porros- Nos insulta- Actúa como si no fuera de la familia- Pone la música a todo volumen- Se pasa el día con los cascos puestos- Siempre viene con exigencias, pero a ella no le exijas nada...- Hace todo lo contrario de lo que le decimos sólo por fastidiarnos- Para él/ella sólo cuenta lo que le dicen sus amigos- Lloro por todo- Nos desafía constantemente- Dice que somos unos carcas y que no la comprendemos- Cuando le dan ataques de furia rompe incluso los muebles- Ha robado pequeñas cosas en grandes almacenes por el placer del riesgo- Me quita dinero del bolso- Hace pellas en el instituto...

Cuando las quejas habían llegado al volumen de tratado, empecé a pensar que estábamos realmente muy desesperados y necesitados de simpatía para soltar en tan poco tiempo semejante retahíla de comportamientos negativos de nuestros hijos hasta el punto de convertirlos en auténticos diablos

rojos. ¿A dónde queríamos llegar? ¿Era una simple descarga emocional o queríamos encontrar vías de solución para nuestro problema? ¿Teníamos un problema o estábamos haciendo un problema de una situación normal? ¿Eran simples quejas o tras ellas se escondía nuestro miedo a unas consecuencias que imaginábamos atroces?

Nuestros miedos e impotencia

Ninguno nos atrevíamos a verbalizar nuestros miedos, pero veladamente se dejaban entrever: Mi hijo va camino de delincuente- Mi hija va camino de la anorexia- Mi hijo/a no me quiere- Mi hijo/a nos ha vencido- Hemos fracasado como padres- Se convertirá en un marginado social- Está malgastando su vida- Mi hijo/a nos considera unos monstruos- Tengo miedo de que pueda hacer cualquier tontería- Me da pánico que se convierta en un borracho o en un drogadicto- Me aterra que un día llegue embarazada- Por las noches no duermo pensando que ha tenido un accidente de moto- Es una mala influencia para sus hermanos...

Y, sobre todo, nos mostrábamos absolutamente impotentes ante el problema al que nos enfrentábamos. "Lo hemos intentado todo: por las buenas y por las malas. Le hemos castigado sin videojuegos, sin tele, sin paga, sin salir... Le hemos prometido recompensas. Le hemos dado todo tipo de consejos. Nos hemos convertido en guardianes. Nos hemos mostrado comprensivos. Le hemos amenazado. Hemos pedido consejo en el colegio. Le hemos llevado a un psicólogo... Pero nada funciona".

Recordando tiempos mejores

Todos añorábamos la época en que nuestros hijos nos obedecían como dóciles corderitos o a regañadientes, pero obedecían. Eran plastilina en nuestras manos. Nos llenaban de muestras de cariño y nos necesitaban. Incluso nos admiraban: éramos sus héroes. De pronto nos habíamos olvidado de nuestras noches sin dormir por culpa de los dientes, de nuestra preocupación porque no comían, de sus pataletas, de sus ataques furibundos de celos, de las peleas por un juguete, de los puntos que le tuvimos que dar en la cabeza, de la operación de apendicitis, de lo que le costó aprender a leer... ¡Cualquier tiempo pasado siempre fue mejor!

Pero, sobre todo, nos habíamos olvidado de nuestra propia adolescencia. Claro que en esa época no hacíamos de

padres... ¡Y qué difícil es ser padre de un adolescente! Porque hagas lo que hagas, no mejoran las cosas. Ahí está esa roca impertérrita, inasequible al desaliento, que va a seguir desafiándote. Entonces..., ¿qué estoy sugiriendo? ¿Pasar de tu hijo? ¿Dimitir de padre?...

Un padre responsable no debe abandonar nunca su papel. Su función es educar a su hijo, aunque sea contra viento y marea. Como el capitán que nunca abandona el barco.

Sí, claro, eso está bien, pero... ¿tenemos claro cuál es nuestro papel de padre cuando nuestro hijo llega a la adolescencia? ¿No será que seguimos teniendo el mismo planteamiento educativo que cuando tenía ocho años y ya no funciona?

Educar a un adolescente no es gobernar su vida

¿Por qué, cuando nuestros hijos llegan a la adolescencia, seguimos empeñados en ocuparnos de algo que ya no nos corresponde: gobernar la vida de nuestro hijo?

Al llegar a esta etapa nuestros hijos empiezan a experimentar un deseo hasta ahora desconocido para ellos: el ansia de libertad; una libertad que intuyen les hará autoafirmarse y forjar su personalidad, pero que desconocen por haber carecido de ella hasta el momento. ¿Qué es la libertad para ellos? Hacer aquello que hasta el momento les estaba prohibido o que no se habían atrevido a hacer, como por ejemplo, desafiar a sus padres. ¿Y qué hacemos los padres, ante esa pelota recibida? Devolverles la pelota y entrar en una interminable y agotadora parti-

da de ping-pong que acabará minando nuestra autoestima como padres y haciéndonos absolutamente desgraciados. O sea, entramos al trapo y les hacemos el juego.

El juego del adolescente consiste en buscar un chivo expiatorio que justifique su miedo atroz a hacer uso de una libertad que le desborda, porque desconoce sus límites y sus consecuencias. Pero, ¿cómo no va asustarles, si hasta ahora eran sus padres quienes decidían lo que podían o no podían hacer y ellos se limitaban a obedecer? La identidad y valía del adolescente no dependen de lo que piense o sea, sino de lo bien que se ajuste a lo que se espera de él. Esto le convierte automáticamente en un ser muy vulnerable: necesitas otra persona (tu padre o tu madre) que piense por ti, porque no eres responsable de tus actos (lo es papá o mamá). A esto se rebela el adolescente, porque siente en su interior la llamada de esa libertad que ansía y teme a la vez.



«Sólo se aprende a vivir en libertad haciendo uso de ella y sólo se hace uno dueño de su vida cuando adquiere sus propias responsabilidades.»

Por eso, cuanto mayor es el grado de confianza que los padres tienen en sus hijos y más les acostumbran desde una cierta edad a darles responsabilidades y a hacer uso de su libertad, menos traumática será la etapa de adolescente.

Miedo a la libertad

Este miedo del adolescente a la libertad lo experimentan también los padres: ¿y si mi hijo no hace buen uso de la libertad? Por eso, sin darse cuenta, se erigen en guardianes y responsables últimos de la vida de sus hijos. Sin embargo, sus hijos han crecido y deben ser responsables de su propia vida. Esto, para un padre, no es fácil de asumir. Por eso, enseguida nos ponemos a la defensiva: No puedo dejar que mi hijo haga lo que le dé la gana: eso no haría si no empeorar las cosas. Yo le he traído al mundo y soy responsable de él/ella. Si cedo, se habrá salido con la suya. No puedo dejar que arruine su vida. Todavía no está preparado... Todas estas disculpas no hacen más que reflejar el miedo de los padres a que sus hijos sean dueños de sus vidas.

Hay dos hechos que son incuestionables: sólo se aprende a vivir en libertad haciendo uso de ella y sólo se hace uno dueño de su vida cuando adquiere sus propias responsabilidades. Así que, padres de adolescentes, no nos queda más remedio que librarnos del "complejo de padres" y hacer este traspaso de responsabilidades al que tanto nos resistimos.

Mi hijo es responsable de su vida

El primer paso que tenemos que dar los padres es convencernos de verdad de que todas las cosas que hace el adolescente para fastidiarnos afecta mucho más a su vida que a la nuestra y, por tanto, es problema de ellos, no nuestro. Este es un paso importante para que no tengamos complejo de culpa. Porque no estamos evadiendo nuestras responsabilidades como padres, sino ayudando a nuestros hijos a crecer de la única manera posible, que es haciendo uso de su libertad. Aunque se equivoquen. Aunque se emborrachen. Aunque dejen de ir a clase... Hay que dejar la jaula abierta para que puedan volar.

Un segundo paso sería aprender a relajarnos, a evadirnos, a no entrar en su juego -intentar que otros tomen decisiones por ellos y responsabilizar a los demás de sus propios fracasos-. Debemos evitar a toda costa que sus desafíos y coletazos de adolescente nos afecten. Esto no es fácil. Nada fácil. Requiere un gran esfuerzo mental por nuestra parte. Porque el adolescente, una vez que sienta el peso de la responsabilidad que le ha caído encima, querrá volver de nuevo a la jaula y nos provocará constantemente para que seamos nosotros quienes tomemos las decisiones y sigamos siendo responsables de sus vidas. Y, ojo, el adolescente domina el arte de la manipulación como nadie: "No puedes pasar de mí, eres mi padre". Incluso puede exagerar la situación de comportamientos fastidiosos para atraer nuestra atención y convencernos de que no está preparado para esa libertad que tratamos de darle.

No entrar al trapo

Pero, si cada vez que persiste en su mal comportamiento, consigue de nosotros la atención negativa que está buscando (regañina, castigo etc.), habremos entrado al trapo y volveremos a una fase de retroceso. Es preciso, pues, convencerse de

verdad de que nuestro hijo es el único responsable de sí mismo y a él/ella le corresponden las decisiones que afectan a su vida.

¿Cómo se hace esto? Sustituyendo las respuestas negativas habituales por otras alternativas:

1. *Informar fríamente al hijo/a de que han tenido noticias de su comportamiento por otro conducto:* "Llamaron del colegio para decir que no habías ido." "Te vieron borracho, armando bulla..."
2. *Expresar los sentimientos propios:* "Me preocupa". "Me sorprende". "Me entristece..."
3. *Señalar las consecuencias:* "Ya sabes que la media puede cerrarte muchas salidas profesionales". "El alcoholismo deja huellas muy importantes en la salud y destruye la vida de las personas..."
4. *Hacerle ver nuestra impotencia ante su comportamiento:* "Me gustaría que estudiaras, pero eres tú quien debes decidir lo que quieres hacer con tu vida". "Me gustaría que no bebieras, pero no puedo impedírtelo".
5. *Ofrecerse a ayudarlo, pero manteniéndose al margen, sin tomar las riendas de la situación.*
6. *Dejar claro que es él/ella quien debe tomar las decisiones en su vida:* "Sé que decidirás lo que más te convenga". "Estoy seguro de que encontrarás una solución..."

Cuando nos encontremos en un momento bajo o de tensión, es preciso recordar que esto es un sarampión que pasa, que hacerse adulto no resulta fácil y que nuestro hijo volverá a ser maravilloso y encantador. Pero, sobre todo, que nuestros hijos son nuestros maestros en el difícil arte de educar, ya que nos obligan permanentemente a abrir nuestros horizontes.



ACTIVIDADES PARA LA ESCUELA DE PADRES

1. *Los padres hacen un listado de todo lo que les molesta de sus hijos adolescentes. Al lado escriben sus propias reacciones ante el comportamiento de sus hijos.*
2. *Analizan en esa lista las cosas que afectan a la vida de los padres o de la familia y las que únicamente tienen consecuencias para la vida del adolescente.*
3. *Hacen una lista de los miedos que tienen como padres de adolescentes y analizan si son miedos reales o están dramatizando una situación.*
4. *Hacen una lista de las responsabilidades que han dado a sus hijos y otra de las que les deberían haber dado, pero que les da miedo.*
5. *Analizan los sentimientos que les produce la tensión con sus hijos y cómo influyen en su vida.*
6. *Buscan salidas para tranquilizarse y desdramatizar la situación (hacer una actividad física, concederse tiempo para hacer algo que le gusta, salir de casa para evadirse...)*