

EDUCAR EN LA ADOLESCENCIA

¿QUÉ ES?

Educación: Desarrollar las facultades intelectuales, morales y afectivas de una persona de acuerdo con la cultura y las normas de convivencia de la sociedad a la que pertenece.

Adolescencia: Según la OMS es el período comprendido entre los 10 y 19 años y está comprendida dentro del período de la juventud entre los 10 y los 24 años. La pubertad o adolescencia inicial es la primera fase, comienza normalmente a los 10 años en las niñas y a los 11 en los niños y llega hasta los 14-15 años. La adolescencia media y tardía se extiende, hasta los 19 años. A la adolescencia le sigue la juventud plena, desde los 20 hasta los 24 años.

¿CÓMO HACERLO?

La adolescencia es esencialmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto, es un período de transición que tiene características peculiares. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes que aún no son adultos pero que ya no son niños. Es una etapa de descubrimiento de la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como la de autonomía individual.

Hablemos ahora de los padres. ¿Qué hacer ante un hijo adolescente? ¿Debo ser autoritario, amigo?, ¿Debo consentir, prohibir?...

Los padres deberán “formarse” para afrontar esta etapa evolutiva. Deberán seguir las pautas de educación adecuadas para controlar y evitar el conflicto. Es importante que lean mucho sobre adolescencia, aunque la “receta mágica” la tiene cada madre-padre con sus características, las de su familia y en su hogar. Piense en su adolescencia. Espere cambios de humor en el hijo que normalmente es muy alegre y prepárese para más conflictos en el futuro que surgirán a medida que su hijo encuentre su lugar como persona. Los padres que saben lo que les espera pueden enfrentarse mejor a ello. Y cuanto más informados estén los padres, mucho mejor.

Es muy difícil conseguir en estos años una “buena relación”, pero siempre podremos paliar un poco las consecuencias de la crisis en nuestra comunicación con ellos... Es evidente que con unos **padres autoritarios**, que toman ellos las decisiones unilateralmente los hijos serán incapaces de hacer nada porque siempre tendrán miedo, y si la rigidez ha sido mucha, lo más probable es que la crisis de oposición del chico o la chica sea mucho más grave. No olvidemos que el temor y el miedo nunca han sido formativos. Debemos enriquecer su personalidad no anularla.

Aquellos que son **superprotectores** tampoco favorecen a los adolescentes que serán chicos tímidos, inseguros, incapaces de tomar decisiones, con un exceso de control paterno afectivo, que no es más que una forma de chantaje emocional. “¿ te vas a ir? ¿ me dejas sola? Yo que siempre me sacrificué”....

El otro tipo de **Padres permisivos o muy permisivos, igualitarios**, hacen que casi no se distinga quien es quien. En realidad suelen ser padres inmaduros, que no asumen la responsabilidad de la educación, son despreocupados, negligentes, o con pocos recursos educativos... padres que por propia comodidad o por temor a ser impopulares ante sus hijos, mantienen actitudes de concesión constante. Ceden ante cualquier petición de los hijos. Esto es sin duda muy perjudicial, pues los niños crecerán sin patrones adecuados de conducta, no podrán identificarse con un modelo paterno, puesto que son colegas, y no podrán enfrentarse al mundo con la responsabilidad y la formación adecuadas porque sus padres no la han tenido.

¿Cuál sería pues el tipo de padres que pueden educar sanamente a sus hijos?

¿Qué postura es la adecuada para un buen desarrollo psicológico, emocional e intelectual del adolescente?

Padres democráticos:

- No se debe mandar hoy una cosa y mañana otra, con contradicciones porque evidentemente nos hará perder credibilidad.
- Cuando se toma una decisión hay que mantenerla. Previamente hay que razonarla pero una vez tomada, deberemos mantenerla aunque cueste trabajo o sacrificio...

- No se puede exigir a los hijos lo que no somos capaces de hacer. Mantener una congruencia de vida, no podemos pedir orden si somos un desastre....
- Se debe mantener el control. No dejarse llevar siempre por la ira, el enfado, puesto que nos puede llevar a dar órdenes que luego tendremos que corregir.
- Ser tolerantes con las pequeñas cosas, (la ropa, el tatuaje, el pendiente...) y poder exigir en las fundamentales.
- Mostrar interés por todas sus acciones. No exigir, dar órdenes y desaparecer de la escena, leer el periódico o marchar de casa, desatendiéndose del hijo.
- Disponer de muchísima paciencia. No debemos olvidar que ellos tratarán de imponer sus criterios, aprovecharse de nuestras debilidades, debemos ser perseverantes, no claudicando nunca, y cuando nos veamos desbordados pedir ayuda a un profesional que nos oriente.
- Valorar todo lo bueno, lo responsable que sea, aunque sea minimamente, pues así será estimulado, procurando estar siempre para ver también lo que ha hecho bien, aunque sea su deber (como estudiar, o recoger su habitación) puesto que en esta crisis esto a él, al adolescente, le supone un esfuerzo.
- Forman hijos con confianza en sí mismos, con altos niveles de autoestima e independencia. Valoran la autonomía.
- Refuerzan la conducta disciplinada. Saben decir no.
- Dan los consejos adecuados, pero no imponiendo siempre su criterio.
- Son padres, no amigos, pero no son inaccesibles.
- Mantienen una comunicación amplia y pueden detectar problemas

En definitiva, EDUCAR CON SENTIDO COMÚN.