Dar límites a los hijos adolescentes

Todos los niños se resisten a
los límites que se les imponen, pero a la misma vez los desean y los necesitan.
En un mundo que cada día es más agitado para los adultos y los jóvenes, los límites
ofrecen un sentido de seguridad.

Frecuentemente, los adolescentes se sienten
mal queridos si sus padres no les imponen límites. Los límites son más fáciles
de fijar cuando se comienza cuando los niños son pequeños. Es más difícil, pero
no imposible, fijar límites durante los primeros años de la adolescencia.

La salud y seguridad del adolescente son lo primero

La mayor responsabilidad como padres es proteger la salud y la seguridad de su
hijo. Él necesita saber que el amor que usted le tiene exige que usted prohíba
ciertas actividades u opciones que amenacen su salud o su seguridad. Hágale
saber claramente cuáles son las cosas que usted define como amenazas a su salud
y seguridad—y la de otros—y no permita ni excusas ni excepciones. A veces
resulta difícil imponer estos límites porque los adolescentes suelen sentir que
nada los puede lastimar. Los adolescentes sienten que todo lo que están
viviendo es nuevo y único, pero al mismo tiempo creen que lo que les ha sucedido
a otros no les puede suceder a ellos. Sus creencias se basan en el hecho de que
la adolescencia es la etapa más saludable de la vida. Durante esta etapa, las
enfermedades serias no son comunes y las enfermedades mortales son
extremadamente raras. Lo que hay que enfatizar es que, a pesar de que ellos
gocen de un estado de salud admirable, la violencia y los accidentes son causas
mayores de muerte y lesiones graves entre los adolescentes.

No acepte opciones que limiten el futuro de su hijo adolescente

No vale la pena pelear por todo. Aunque quizás ofenda su sentido estético el
que su hijo prefiera ponerse una camisa que no va con sus pantalones, esta no
es una opción que le limitará en su futuro. Aunque los adolescentes van
adquiriendo mayor conciencia sobre el futuro, todavía carecen de las
experiencias necesarias para comprender a fondo cómo una decisión que toman hoy
les pueda afectar en el futuro. Aunque hayan escuchado decir que el fumar es
dañino para la salud, quizás no comprendan lo que significa morirse de cáncer
del pulmón a la edad de 45 años. Hablen con sus hijos sobre las consecuencias
de las decisiones que toman. Ayúdenlos a entender que existen buenas y malas

decisiones y que saber la diferencia entre la una y la otra puede hacer la diferencia en sus vidas. Hágale entender a su hijo que usted es el "guardián de las opciones" hasta que él sea lo suficientemente maduro y responsable para tomar el cargo: Quizás así evite que falte a la escuela o que deje de tomar las clases difíciles que lo prepararán mejor para los estudios universitarios.