Ser un buen padre para mi hijo adolescente

¿Qué puedo hacer para ser un buen padre con mi adolescente? Los padres frecuentemente se involucran menos en las vidas de sus hijos cuando entran en la pubertad. Pero un adolescente necesita la misma cantidad de atención y amor de usted que cuando era más pequeño-y quizás un poco más.

Una buena relación con los padres y otros adultos es la mejor defensa para su niño a medida que va creciendo y explorando la vida. Para cuando llegue a la adolescencia, usted ya habrá tenido años de experiencia con él; el padre del bebé de hoy será el padre del adolescente de mañana.

Su relación con su hijo puede cambiar-de hecho, es casi seguro que debe cambiar-a medida que desarrolla las destrezas necesarias para tener éxito como adulto. Estos cambios pueden ser agradables y beneficiosos. A medida que su alumno de secundaria se desarrolla mental y emocionalmente, sus conversaciones serán más ricas y sustanciosas. A medida que sus intereses se desarrollan y profundizan, su adolescente le enseñará a usted-cómo lanzar una pelota, qué está sucediendo en el ayuntamiento de la ciudad, o la junta de vecinos, o los méritos de un nuevo libro.

Cada familia tiene sus opiniones y valores. A pesar de estas diferencias, las investigaciones científicas han demostrado que los padres eficaces poseen las siguientes cualidades en común:

Demuestran amor al hijo adolescente. Cuando los niños se portan mal, nos hacen enojar. Nosotros también nos sentimos mal porque estamos enojados o molestos. Pero estos sentimientos no quieren decir que no queremos a nuestros niños. Los adolescentes necesitan adultos con quienes puedan contar-personas que formen un enlace con ellos, se comuniquen con ellos, inviertan tiempo con ellos y demuestren interés genuino por su bienestar. Así aprenden a cuidar y amar a otras personas. Según la consejera escolar Carol Bleifield, "Los padres pueden amar a sus hijos sin necesariamente amar lo que hacen-y los niños deben confiar que esto es cierto".

Dan apoyo al hijo adolescente. Los adolescentes necesitan apoyo mientras batallan con problemas que quizás los padres y las familias no piensen que son tan importantes. Necesitan elogio cuando han dado su mejor esfuerzo. Necesitan aliento para desarrollar sus intereses y sus características personales.

Fijan límites a los hijos adolescentes. Los adolescentes necesitan padres u otros adultos que les den estructura y supervisión de manera consistente, firme y adecuada para su edad y etapa de desarrollo. Los límites ayudan a mantener emocionalmente seguros a todos los niños y adolescentes.

Enseñan la responsabilidad al hijo adolescente. Nadie nace sabiendo cómo actuar responsablemente. Un sentido de responsabilidad se forma con tiempo. A medida que los niños crecen, ellos aprenden a hacerse cada vez más responsables por: hacer sus deberes, como trabajar en el patio, limpiar sus cuartos, o ayudar a preparar la comida, deberes que contribuyen al bienestar familiar; terminar su tarea sin que se les ruegue; involucrarse en actividades comunitarias; buscar formas de ayudar a otras personas; y hacerse responsables por las buenas y las malas decisiones

que toman.

Proveen una variedad de experiencias a los hijos. La adolescencia es una buena etapa para explorar nuevas áreas y hacer nuevas cosas. Su adolescente quizás intente nuevos deportes, o nuevos intereses académicos o lea nuevos libros. Quizás experimente con diferentes tipos de arte, o quiera aprender de distintas culturas o sobre carreras y tome parte en actividades comunitarias o religiosas. Según sus recursos, usted puede abrir puertas para su hijo. Usted puede presentarle nuevas personas y nuevos mundos. Al hacerlo quizás usted recobre intereses o talentos que ha ignorado por años, y puede poner un buen ejemplo para su hijo. No se desaliente cuando los intereses del joven cambien.

Demuestran respeto al hijo adolescente. Es muy tentador calificar a todos los adolescentes como rebeldes y dificultosos. Pero estos jovencitos varían tanto entre sí como los niños en cualquier otro grupo. Su hijo necesita que se le trate con respeto, lo cual requiere que usted reconozca y aprecie sus diferencias y que lo trate como un individuo. El también requiere que usted le demuestre compasión al intentar ver las cosas desde su punto de vista y considerar sus necesidades y sentimientos. Al tratar a su adolescente con respeto, usted le ayuda a encontrar placer en el buen comportamiento.

No existen los padres perfectos. Pero tenga en mente que una mala decisión tomada durante un día difícil (o una semana o un mes) no tendrá un efecto negativo de larga duración en la vida de su hijo. Lo que más importa para ser un padre eficaz es lo que usted hace a la larga.