

EL AMOR SOLUCIONA LOS PROBLEMAS DE LAS FAMILIAS

Algunas recomendaciones frente a problemáticas de los adolescentes

Yenny C. Monroy
Psicóloga e investigadora

Este artículo tiene el fin de compartir algunas apreciaciones y recomendaciones frente a la forma en la que las madres y padres talentinos podrían acompañar a sus hijos e hijas frente a situaciones diversas y problemáticas que suelen ser comunes entre los jóvenes de hoy en día, por ellos, y para ellos, el ser padres y madres debe ser un camino, en el que se aprende, se construye y se evoluciona. De tal modo, podría decirse que no solo los hijos crecen y esto podría ser considerado como lo mejor de ser padres.

¿Qué es ser padre?

Se considera padre o madre a todo sujeto que pueda ofrecer una guía, proveedor de amor, afecto y saber para la vida; es por ello, que el rol de padre o madre sostiene una gran cantidad de responsabilidades dentro de las que suelen estar el ejemplo y la disposición al diálogo, esto podría no siempre ser fácil ya que un padre o madre además de ser guía y proveedor de lo necesario para vivir y crecer es un ser humano; la condición de humanidad pondrá entonces momentos de vulnerabilidad, una alta disposición a cometer errores, a fallar y a equivocarse en aquellos que ejercen la paternidad, no obstante, es importante saber que a pesar de todo error existe una capacidad de ser y estar a la medida de lo que cada uno necesite, de crecer y salir adelante ofreciendo lo mejor de sí a los suyos y a sí mismo/a.

¿Existe la paternidad perfecta?

Está comprobado que las formas de ser padre o madre tienen que ver con las experiencias de crianza que cada quien ha vivido en su infancia¹, los aprendizajes recibidos por medio del ser hijos e hijas, las costumbres, valores y métodos que fueron inculcados en cada familia, incluso, las experiencias desafortunadas en las que se vivenciaron maltratos y que implican en quienes las vivieron, posturas de total desacuerdo o repetición del método vivido, por ello, no es posible determinar la existencia de una forma perfecta de ser padres, es necesario dejar de lado la búsqueda de la perfección para enfocarse en lo que realmente importa: el aprender de cada vivencia y construirse junto a su hijo o hija valorándose como padre o madre y valorándole como hijo e hija; todos juntos constructores de vida.

¹ Barudy, Dantagnan (2010)

¿Entonces, cómo encontrar la forma correcta de ser padres?

Lo primero a tener en cuenta cuando se quiere desarrollar una forma de ser padre o madre correcta siendo esta suficiente para ayudar a los hijos/as en su correcto y eficiente desarrollo es la necesidad humana del amor. Cada vez que se expresa amor a los hijos e hijas de modo que estos puedan sentirlo, bien sea por medio de una caricia, un abrazo, un beso en la frente o un comentario positivo frente a algún logro o meta obtenido, se fortalece la base de una relación padre-hijo/a estable y confiable.

El amor como método para una buena crianza de los hijos e hijas

La palabra amor contiene una alta variedad de apreciaciones y símbolos, se refiere a lo mejor de la humanidad y el vínculo en común con lo divino y espiritual, todo acto que se encuentre orientado por el amor será legítimo y por esto resulta injusto juzgar a los padres y madres que cometen errores en la crianza de sus hijos, ya que incluso esos errores han tenido dosis amorosas hacia los hijos/as incluídas, no obstante, es necesario referirnos a este término como un método; más que un acto o palabra positiva, esto facilitará a los padres y madres sostener posturas y actos que eduquen y enseñen dejando a los hijos e hijas sensaciones de cuidado y no de agresión. A continuación las formas de amor² que deben emplearse en la crianza de los hijos e hijas:

1. El amor pensado

Pensar amorosamente sobre los hijos e hijas no suele ser fácil cuando estos actúan de formas irresponsables, incorrectas y tal vez agresivas u opuestas a lo que, como padres, se puede considerar que debería ser un hijo o hija, sin embargo, cuando se procura observar y reconocer la razón de ser del acto de un hijo o hija por inaceptable que este sea, se podrá observar al ser humano detrás de dicho acto; si se piensa amorosamente sobre el o ella, si se le atribuye la capacidad de errar y se observan posibles posturas o actos que son positivos en medio del error, podrían hallarse vías al dialogo constructor de soluciones que permitan al joven confiar en su padre o madre y saber que se equivocó. Pensar amorosamente no sería entonces aceptar el error sin decir nada y permitir que este siga presentándose, en contraste, se trataría de establecer diálogos de confianza que permitan al padre o madre conectarse con su hijo o hija y entender juntos por qué se ha presentado el problema llegando a soluciones efectivas y evitando que dicha situación persista.

2. El amor que se siente

¿Cuántas veces le decimos a nuestros hijos/as o esposos/as cuanto los amamos? ¿Cuántos abrazos al día les damos? Cuando hijos e hijas cuentan con los abrazos de sus padres, estos, seguramente contarán con los de sus hijos/as, cuando existe en el hogar la frase positiva y reconocedora a las labores de cada miembro, persiste la sensación de ser alguien amado y aceptado y esto a su vez, generará hijos e hijas que saben cuánto valen y se cuidan, se aman a sí mismos y evitan hacerse daño o ponerse en riesgo. Si lo miramos bien, se trata de una

² Linares (1996)

cadena en la que cada caricia y palabra amorosa cuentan. La construcción del amor propio surge a partir de la sensación de afecto que se percibe de los seres queridos, desde la concepción.

El amor que se practica: la necesidad de los límites

Cuando se ama se cuida, y el cuidado tiene varias implicaciones; éste va desde los actos personales en los que se involucran la higiene y la pulcritud hasta los actos del cuidado a nivel social constituidos por el evitar a los hijos e hijas ser sujeto de juzgamientos, críticas o condenas, por eso, cuando se ama a un hijo o hija se le enseña a mantener actos y comportamientos conforme a normas socialmente establecidas, los valores cuentan con un gran papel en este orden de ideas.

Para los hijos e hijas es esencial que sus padres les enseñen a acomodarse a la sociedad, al entorno en que habitan, por ello, un llamado de atención no sobra, el ayudarles a comportarse de forma correcta y decorosa implicará entonces cuidarlos por medio de llamados de atención y actos concretos, que no se queden en amenazas, palabras coherentes y sentidos de la consecuencia que entregados en el momento adecuado permitirán al hijo o hija entender de normas y deberes.

Entonces, cuando se impone un castigo a un hijo o hija por un acto indebido que podrá traerle problemas a futuro, es necesario que este tenga claro que se equivocó y que su error implica una consecuencia inmediata que no debería estar mediada por palmadas o golpes, por el contrario, un castigo efectivo podría implicar que la actividad o pasatiempo del hijo/a sean suspendidos de forma temporal, el impacto de un castigo como este será mucho más alto que una palmada sin explicaciones ni diálogos.

Recomendaciones en el manejo de situaciones problemáticas de los hijos e hijas

Sospecha de consumo de sustancias adictivas (alcohol, cigarrillo, drogas)

La razón principal para que un joven consuma estas sustancias se encuentra en la aceptación social que ello implica, la asociación a diversión y amigos, en charlas desarrolladas con los jóvenes encontré que la motivación principal del consumo de drogas está en el “parche” o grupo de amigos del joven, quien asume posturas y actitudes que le permitan pertenecer y hacer parte de lo que allí ocurre.

Adicionalmente, muchos medios de comunicación y programas de televisión estimulan el consumo de sustancias a partir de ideologías y posturas políticamente incorrectas, incluso la familia misma transmite sobre todo en lo que al alcohol y el cigarrillo se refiere posturas de familiaridad, festejo y cercanía al consumo, entonces, un joven puede asociar fácilmente la juventud con estas sustancias como parte de su etapa de vida sintiéndose poderoso y capaz de consumirlas y afrontarlas sin problemas ni consecuencias.

Admitámoslo, esto no ocurre solo ahora, seguramente podremos remitirnos a nuestras juventudes llegando al hecho de que allí probablemente también las sustancias psicoactivas (alcohol, cigarrillo, drogas) pudieron tener un lugar ligado a amigos, ideologías, rebeldías o

diversión, entonces, ¿cómo decirle a un joven que tomar alcohol es malo, cuando es algo tan socialmente aceptado?

Las recomendaciones ante esta situación serían:

- Establezca su autoridad por medio del dialogo, estableciendo sus límites y reglas concretas, así usted sienta que usted no ha dado ejemplo y por ello no tendría “moral” para tocar el tema; en realidad, el ser padre o madre implica que si hay una “moral” para hablarle a su hijo/a: la de cuidarle y guiarle por encima de todo.

La clave del dialogo sobre alcohol, el cigarrillo y las drogas con los jóvenes se encuentra en el reconocer que ellos también pueden elegir, establecer autoridad ayudándoles a recordar que su cuidado está en sus manos y por ello, si un joven consume algún tipo de droga, hay que pensar en que el consumo de dichas sustancias es una decisión tomada por el joven de no amarse, no cuidarse, de exponer su salud y malgastar su dinero, es importante entonces, recordarle cuán importante es y cuánto vale para los suyos, sus planes y ambiciones, lo que realmente les gustaría hacer más allá de gastar sus fines de semana en lo mismo de siempre, pregúntele: ¿viajes? ¿Proyectos? ¿Deportes? Lo que sea está disponible si se busca con ahorro y esfuerzo.

- Ayúdele a construir un proyecto de vida, por medio de diálogos agradables sobre lo que le gustaría hacer, las cosas que le gustan, para que se considera bueno/a evitando influenciar la respuesta con lo que usted como adulto considera bueno para él o ella, permítale elegir por si solo/a (aunque a usted no le guste o no le parezca productiva la elección).
- Permítale a su hijo o hija enfocar su energía y potencialidad para conseguir lo que le gusta facilitándole el acceso al aprendizaje de un arte, deporte o habilidad, es importante contar el interés y consentimiento del joven, ya que esto le permitirá alejarse del consumo de sustancias como el alcohol, el cigarrillo o las drogas de forma gradual construyendo una identidad propia.
- Permítase conocer las amistades de su hijo/a, aunque sean jóvenes, siempre valoran cuando un adulto les trata con agrado y respeto, así usted considere que el aspecto de esos chicos o chicas no es confiable ni agradable, siempre es mejor saber con quién está relacionándose su hijo/a y siempre en términos de dialogo abierto y confiable ayúdele a elegir sus amistades contando con el buen criterio y honestidad que usted reconoce en él o ella.
- Reconózcale por medio de palabras positivas cuando llegue más temprano a la casa o decida no salir a consumir alcohol, esto, hará al o la joven sentirse agrado/a con su actitud responsable y le estimulará a continuarla.

- Recuerde que todo es un proceso, si su hijo/a ya se ha acostumbrado a consumir alcohol frecuente y abundantemente, podrá tomarle tiempo dejar de lado tal conducta, manténgase abierto/a al dialogo y bríndele su confianza a pesar de que siga cometiendo los mismos errores.
- Si considera que su hijo/a se encuentra en un problema de adicción o en un riesgo muy alto, recuerde que con unión familiar es posible superar casi cualquier problema, mantenga su autoridad por medio de normas y límites claros (por ejemplo, horas de llegada a la casa, tiempos para estar en diferentes actividades, control de aspecto del joven y posible presencia de olores en su ropa o cabello) y siempre que haya una falta dialogue, ayúdele a considerar una ayuda profesional o centro de rehabilitación sin que sea su imposición, deber ser la decisión del joven mediada por el amor familiar y propio.

TALLER

1. Elabore una lista de cualidades y virtudes que usted reconoce en sus hijo/as y publíquela en algún espacio común de la casa.

NOMBRE	CUALIDADES

2. Elabore la siguiente matriz que tiene como fin Planear un sencillo evento familiar semanal en el que puedan compartir usted y su familia sin salir de casa, en el que puedan conversar y compartir algún alimento o postre que guste a todos.

Nombre de evento:
¿Qué día de la semana se puede hacer?: (es recomendable escoger el mismo día y momento en que estén todos disponibles a la semana para que todos los miembros de la familia incluyan poco a poco en sus rutinas el momento familiar)

¿Qué se necesita?: (realice una lista de cosas que pueden necesitarse, ejemplo: un mantel y un canasto para picnic, ingredientes de algo para preparar, un juego de mesa etc)

¿Quién organizará el evento? (puede proponer que el evento sea organizado por turnos, esta semana la mamá, la otra el hijo o la hija, la otra papá o cualquier miembro de la familia)

3. labore la siguiente matriz en compañía de los integrantes de la familia y luego publíquela en lugares visibles de la casa, como puertas de habitaciones o de la nevera:

Nombre y rol en el hogar (ejemplo: Maria, mamá)	Derechos en el hogar (ejemplo: a ser escuchado, respetado, valorado, que me compren lo que necesito etc)	Deberes en el hogar (ejemplo: llegar a la hora que me dicen a la casa, respetar a los otros, ir bien en el colegio, etc)	¿Cómo voy a apoyar las labores de mi hogar? (ejemplo: arreglando la cocina todos los domingos, limpiando el polvo los martes, etc)