

EdP / Escuela de Padres

Colegio Dominicos – Valencia / Época V / curso 08-09 / Dirige: Alfonso Esponera, O.P.



Tema 21 : ¿Hablan los padres suficientemente con los hijos?

En demasiadas ocasiones los maestros y los orientadores detectan en un numero cada vez más creciente de niños un problema de soledad. Los padres cada vez hablan menos con sus hijos. Y estos acaban refugiándose en sus plays, sus chats y arrastran un déficit de cariño que les hace tristes, cuando no violentos .

Trataremos en este dossier de la dejación de estas responsabilidades por parte de los padres y los efectos negativos que tienen en la evolución tanto del niño como del adolescente. La paternidad responsable exige de los padres un prepararse en saber educar a sus hijos, comenzando con la parte afectiva, tan a flor de piel en estas edades.

La falta de diálogo aleja los padres de los hijos

Cuando sólo se usa el lenguaje verbal hablamos de diálogo. Y este se da por dos formas extremas: por exceso o por defecto. Ambas, provocan distanciamiento entre padres e hijos. Hay padres que, con la mejor de las intenciones, procuran crear un clima de diálogo con sus hijos e intentan verbalizar absolutamente todo. Esta actitud fácilmente puede llevar a los padres a convertirse en interrogadores o en sermoneadores, o ambas cosas.

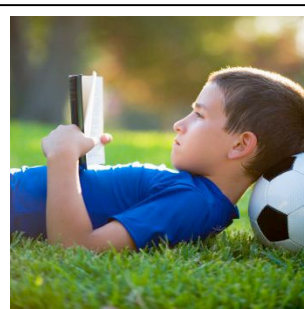
Los hijos acaban por no escuchar o se escapan con evasivas. En estos casos, se confunde el diálogo con el monólogo y la comunicación con la enseñanza. El silencio es un elemento fundamental en el diálogo. Da tiempo al otro a entender lo que se ha dicho y lo que se ha querido decir. Un diálogo es una interacción y, para que sea posible, es necesario que los silencios permitan la intervención de todos los participantes.

Dialogar también es Escuchar

Junto con el silencio está la capacidad de escuchar. Hay quien hace sus exposiciones y da sus opiniones, sin escuchar las opiniones de los demás. Cuando eso sucede, el interlocutor se da cuenta de la indiferencia del otro hacia él y acaba por perder la motivación por la conversación. **Esta situación es la que con frecuencia se da entre padres e hijos.** Los primeros creen que estos últimos no tienen nada que enseñarles y que no pueden cambiar sus opiniones. Escuchan poco a sus hijos o si lo hacen es de una manera inquisidora, en una posición impermeable respecto al contenido de los argumentos de los hijos.

Esta situación es frecuente con hijos adolescentes. Estamos ante uno de los errores más frecuentes en las relaciones paterno filiales: creer que con un discurso puede hacerse cambiar a una persona.

A través del diálogo, padres e hijos se conocen



mejor, conocen sobre todo sus respectivas opiniones y su capacidad de verbalizar sentimientos, pero nunca la información obtenida mediante una conversación será más amplia y trascendente que la adquirida con la convivencia.

Por esto, transmite y educa mucho más la convivencia que la **verbalización** de los valores que se pretenden inculcar. Por otro lado, todo diálogo debe albergar la posibilidad de la réplica. La predisposición a recoger el argumento del otro y admitir que puede no coincidir con el propio es una de las condiciones básicas para que el diálogo sea viable. Si se parte de diferentes planos de autoridad no habrá diálogo.

La capacidad de dialogar tiene como referencia la **seguridad** que tenga en sí mismo cada uno de los interlocutores. Hay que tener presente que la familia es un punto de referencia capital para el niño y el joven: en ella puede aprender a dialogar y, con esta capacidad, favorecer actitudes tan importantes como la tolerancia, la **asertividad**, la habilidad dialéctica, la capacidad de admitir los errores y de tolerar las frustraciones.

Una buena comunicación une la familia

Por supuesto que no existe una regla básica para mejorar la comunicación en una familia. Cada familia es un mundo distinto, un lenguaje único. Lo que sí debería existir, como forma para mejorar la comunicación, es la voluntad, el interés, y la disponibilidad, por parte de los padres, a que este espacio sea creado y vivido intensamente, en la medida de lo posible. Si lo que quieren es una familia unida, la mejor vía, el más acertado camino, es por la comunicación.

Consejos para ayudar en la comunicación entre padres e hijos

1. **Observar el tipo de comunicación** que llevamos a cabo con nuestro hijo. Dedicemos unos días de observación libre de juicios y culpabilidades.



Funciona muy bien conectar una grabadora en momentos habituales de conflicto o de sobrecarga familiar. Es un ejercicio sano pero, a veces, de conclusiones difíciles de aceptar cuando la dura realidad de actuación supera todas las previsiones ideales.

2. **Escuchar activa y reflexivamente** cada una de las intervenciones de nuestros hijos. Valorar hasta qué punto merecen prioridad frente a la tarea que estemos realizando; en cualquier caso, nuestra respuesta ha de ser lo suficientemente correcta para no menospreciar su necesidad de comunicación.

3. **Si no podemos prestar la atención necesaria** en ese momento, razonar con él un aplazamiento del acto comunicativo para más tarde. Podemos decir simplemente: *dame 10 minutos y enseguida estoy contigo*. Recordemos después agradecer su paciencia y su capacidad de espera.

4. **Evitar el empleo del mismo tipo de respuestas** de forma sistemática para que nuestro hijo no piense que siempre somos autoritarios, que le hagamos sentir culpable, que le quitamos importancia a las cosas o le damos sermones.



5. **Dejar las culpabilidades a un lado**. Si hasta hoy no hemos sido un modelo de comunicadores, pensemos que podemos mejorar y adaptarnos a una nueva forma de comunicación que revertirá en un bien de nuestra familia, suavizando o incluso extinguiendo muchos de los conflictos habituales con los hijos.



6. Cuando decidamos cambiar o mejorar hacia una comunicación más abierta, es aconsejable **establecer un tiempo de prueba**, como una semana o un fin de semana, terminado el cual podamos valorar si funciona o no y si debemos modificar algo más. Los padres tenemos los hábitos de conducta muy arraigados y cambiarlos requiere esfuerzo, dedicación y, sobre todo, paciencia (¡con nosotros mismos!).

Las razones de una mala comunicación familiar

Cuando un miembro de una familia llega a su casa, puede percibir un mensaje de bienestar o tensión sin la necesidad de mirar a la cara del resto de la familia. Eso suele suceder en razón de que cuanto más estrecha sea la relación en las personas, más importancia tendrá y más evidente será la comunicación no verbal. En ocasiones, la falta de diálogo supone una grave limitación a la comunicación.

Muchas veces la prisa de los padres por recibir alguna información les impide conocer la opinión de sus hijos y, de igual forma, impide que sus hijos se den cuenta de la actitud abierta y de la predisposición a escuchar de los padres. La situación anterior es especialmente importante en la adolescencia. Son múltiples las situaciones en que los padres sienten curiosidad por lo que hacen los hijos y estos, ante una situación de exigencia responden con evasivas.

Otro impedimento para la comunicación es la impaciencia de algunos padres para poder incidir educativamente en la conducta de sus hijos.

Todo el proceso educativo pasa por la relación que establecen padres e hijos, y ésta se apoya en la comunicación; por eso es tan importante preservarla y mantener la alegría de disfrutarla. Para ello es suficiente que los padres no quieran llevar siempre la razón y convencerse que comunicarse no es enfrentarse. La vida familiar cuenta con unos enemigos claros para establecer conversaciones y la relación interpersonal:

La televisión en la comida, los horarios que dificultan el encuentro relajado, los desplazamientos de fin de semana... Hay que luchar frente a estas situaciones y adoptar una actitud de resistencia, provocando un clima que facilite la comunicación.



Trucos para facilitar la comunicación en la familia

Si es importante el diálogo en las relaciones interpersonales, lo es aún más la comunicación en la familia. La comunicación está guiada por los sentimientos y por la información que transmitimos y comprendemos. La comunicación nos sirve para establecer contacto con las personas, para dar o recibir información, para expresar o comprender lo que pensamos, para transmitir nuestros sentimientos, comunicar algún pensamiento, idea, experiencia, o información con el otro, y nos unimos o vinculamos por el afecto.

Cuando existe la comunicación en una familia, seguramente se puede afirmar que existe un compañerismo, una complicidad, y un ambiente de unión y afecto en la casa. Habrá sobretodo un respeto mutuo y unos valores más asentados. Sin embargo, crear este clima de comunicación en la familia, no es así una tarea tan fácil. Hay que ayudar a los hijos con prácticas, es decir, que los padres introduzcan mecanismos que faciliten la comunicación.

Pequeños consejos para mejorar la comunicación entre padres e hijos

- **Al dar una información, busca que siempre sea de una forma positiva.**
- **Obedecer a la regla de que "todo lo que se dice, se cumple".**
- **Empatizar o ponernos en el lugar del otro.**
- **Dar mensajes consistentes y no contradictorios.**
- **Escuchar con atención e interés.**
- **Crear un clima emocional que facilite la comunicación.**
- **Pedir el parecer y la opinión a los demás.**
- **Expresar y compartir sentimientos.**
- **Ser claros a la hora de pedir algo.**

Adolescentes

(Soledad Puértolas)

HE SIDO ADOLESCENTE, he tenido hijos en edad adolescente, tengo vecinos adolescentes y un instituto de enseñanza media cerca de casa, por lo que suelo cruzarme en mis paseos con estudiantes que toman el sol o el aire y fuman entre clase y clase. Por los recuerdos que tengo de mi propia vida, sé que es una época muy difícil. El día transcurre entre la casa y el colegio, el año se divide en periodos escolares y vacaciones. Los padres y los maestros encarnan la autoridad y no siempre resultan coincidentes. A veces, los unos ponen en cuestión los métodos de los otros y se desprestigian mutuamente, lo que es motivo de desconcierto entre el alumnado y fuente de nuevos problemas.



¿Quién tiene la fórmula para educar al adolescente, para ayudarle a encontrar lo mejor de sí mismo en su interior y el camino más adecuado para su felicidad y el desarrollo pleno de sus facultades?

¿Cómo se le puede mostrar la importancia de respetar a los otros y de contribuir a la mejora de la sociedad? ¿Qué solo está el adolescente entre tanta indicación, tanta instrucción, tantas normas por aprender, tantas asignaturas y libros y, sobre todo, ante el inmenso y desconocido futuro por delante!

Desde todas partes le dicen que está viviendo un momento decisivo, eso es casi lo que más pesa, porque los momentos decisivos piden calma y claridad, dos cualidades que el adolescente no suele tener en su haber.



EL TALON DE AQUILES DEL ADOLESCENTE ES SU MIEDO A QUEDARSE SOLO, A SER RECHAZADO POR LOS SUYOS.

MIEDO AL AISLAMIENTO

Quizá el asunto prioritario para el adolescente sea precisamente este, el del aislamiento. No soporta sentirse lejos de todos, quiere tener la complicidad de sus semejantes. Necesita imperiosamente amigos. En casos extremos,

incondicionalidad, ¡ese imposible!

Por eso es la edad de las pandillas, de las tribus, de compromisos y juramentos.



Con el riesgo que eso conlleva: la manipulación. Estas son las historias sórdidas de los internados de todos los tiempos, las conocemos por estremecedoras novelas y testimonios, por crónicas periodísticas y valientes denuncias. La debilidad del adolescente, **su talón de Aquiles, es este: le horroriza quedarse solo, ser rechazado por los suyos**. Cuanto mayor sea su miedo, cuanto más evidente resulte para los otros, mayor será el peligro. Hay personas que se especializan desde muy temprana edad en el manejo del miedo ajeno...

LA PANDILLA ES COMO UNA CORAZA

Recuerdo ese temor en mí y recuerdo haberlo observado cuando tenía adolescentes muy cerca y aún ahora lo percibo cuando los veo, agrupados, charlando al sol y fumando. Es como una coraza. No existe la varita mágica para quebrarla, pero creo que deberíamos prestar una atención muy especial a esta edad tan problemática, tratar de localizar los nudos que se forman, algunas veces de forma fatal, en la personalidad del adolescente, buscar los medios para que el temor al aislamiento no derive en una entrega incondicional a los otros. Ofrecer a ese miedo la posibilidad de otras salidas.

Deberíamos prestar a todo esto una atención continuada, inscrita en los programas educativos. El índice de fracaso escolar debería hacernos reflexionar sobre estas cuestiones básicas que, en la impotencia, dejamos de lado.

