

HIJOS AL PODER



El desafío de nuestros hijos en el transcurso de su pubertad y adolescencia es ganar el autocontrol con la ayuda de sus padres, quienes tienen la responsabilidad de ponerle límites.

Los modelos de crianza basados en la violencia o la entera libertad no ayudan. La permisividad y la sobreprotección son tendencias comunes en las familias actuales y en esos contextos los hijos obtienen mucho poder sobre sus padres, la autoridad de sus padres se desdibuja, y no se sabe quién es quién.

Poner límites no significa limitar o cuadrricular, cuando ponemos límites a los chicos lo hacemos con el único afán de protegerlos.

En una carretera las líneas, señales de tránsito, bandadas de contención ó luces no están dispuestas para limitarlo, están para protegerlo.

Existe la idea de que para poner límites uno debe

hacerlos sentir con violencia o castigando con el silencio, el ensañamiento no tiene que ver con poner límites, como tampoco actuar de acuerdo con el estado de ánimo, por ejemplo soy más duro cuando estoy de mal humor y sumamente condescendiente cuando estoy bien.

Los chicos entienden así que las reglas dependen del humor de los padres sin quedarles claro qué es lo que ellos realmente desaprobaban. Antes de poner un límite es preciso tener bien claro lo que se va a decir y estar de acuerdo ambos padres, de tal manera que los chicos reciban un único mensaje. Quizá nos podemos preguntar antes de decir algo al joven: ¿Cómo este límite puede ayudar a mi hijo a vivir mejor?

Por otro lado, trate usted de vivir lo que quiere enseñar, sea congruente, por ejemplo si usted le exige apagar el *videojuego* a su hijo a una hora, limitando el tiempo de diversión, él no entenderá cuando usted llega a casa de una fiesta, mucho después de la hora que señaló para su regreso.

Si uno desea ser firme debe dar el mensaje de que los límites son fijos y es preciso al establecerlos no sentirse culpable. Primero analice por qué se siente usted culpable (quizá está sintiendo que es un capricho suyo o está siguiendo la voz

de un tercero y usted no está muy convencido).

Segundo, los límites (las reglas y los "basta ya") se dan con afecto y firmeza, en aras de lograr disciplina, que no es más que esa capacidad de postergar una satisfacción inmediata por una responsabilidad y tomar en cuenta los derechos de las otras personas. Poner límites implica:

1. Hablar con los chicos sobre la importancia de regular su comportamiento (para hacer cosas o dejar de hacerlas), su participación, opinión y negociación es importante para comprometerlos.
2. Recordarle la existencia de los límites y las cercanías a romperlos usando algo así como las señales de tránsito en una carretera (curva peligrosa, disminuir la velocidad, etc.) y si se da el caso.
3. Aplicar las consecuencias acordadas (que deben estar previamente definidas entre ambos también), cuando hay un acuerdo y se procede según lo acordado, no hay buenos ni malos en la escena.



Un entorno con límites claros y básicos ayuda mucho a los chicos a adaptarse a otros entornos: laboral, educativo, de pareja, etc.

Recuerde que en su familia el joven aprende lo que puede esperar del mundo, pero también lo que le puede hacer al mundo.

En la familia obtiene sus primeros aprendizajes, hay que estar alerta a éstos, pues de ser inadecuados pueden ser indicadores de potenciales problemas en las relaciones consigo mismo y el entorno, en un corto plazo.

Además de los límites claros, otros factores que protegen a los jóvenes son las relaciones afectuosas y constructivas con sus padres y amigos, sentirse hábil o competente en algún área

o pericia, y servir o hacerse responsable de otros, así como sentir que su presencia motiva o influye positivamente en otros. Usted es el gran amor de su hijo, y no hay mayor responsabilidad que ser el gran amor de otra persona.

Poner límites proyecta interés y amor por los chicos, tanto como el afecto, el respeto, y la comunicación positiva.



Aquí le dejo algunas preguntas para que discuta con su pareja o padres de otro hijo de la edad del suyo: ¿le pedimos a nuestro hijo lo que le enseñamos con el ejemplo?, ¿implementamos la disciplina según nuestro estado de ánimo o según la conducta de nuestros hijos?, ¿las normas en el hogar son claras y se han hablado en la familia?, ¿permitimos a nuestros hijos participar en el establecimiento de las normas?, ¿en casa nos perciben como padres afectuosos y que hacemos cumplir las reglas?, ¿nuestros hijos nos conocen como indulgentes, autoritarios, indiferentes o justos? ¿por qué?, ¿para qué es útil la disciplina y autocontrol en la vida de nuestros hijos?

José Antonio Panduro
joseantonio@pestalozzi.edu.pe
Departamento Psicopedagógico