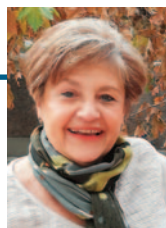


“La casa no es un hotel”



Ana Rodríguez Ortiz
Terapeuta de familia

O lo que es lo mismo ¿cómo convivir con hijos adolescentes? Es la pregunta que con más frecuencia se hacen los padres. Y es que la mayoría de ellos han olvidado tres cuestiones que, a mi juicio, me parecen importantes.



La primera es que la adolescencia es una etapa y como tal no dura toda la vida, aunque a algunos se les haga interminable. La segunda es que no saben cuándo comienza, tan solo advierten algunos cambios de conducta o de humor en sus hijos, pero a menudo lo interpretan como “algo que está fallando” “este niño está insoportable”, o ¡con lo bien que iba todo...! Y por último, todos los padres padecen una especie de amnesia y no recuerdan que ellos también pasaron por esa etapa en la que no se entendían con sus padres.

La importancia de la adolescencia

Esta etapa comienza entre los 11-13 años, aunque las niñas comienzan y acaban el proceso antes que los niños. Es un periodo donde se produce un desarrollo cerebral seguido de un proceso de reorganización de las diferentes regiones cerebrales. Es la base del cerebro adulto donde empieza a formarse la identidad que coincide con el proceso de “individualización” de la persona, en donde se

cuestiona todo, le molesta todo, no entiende por qué se le exigen cosas, y se le ponen normas que antes no se consideraban importantes.

Los límites ayudan a madurar

Todos los niños quieren y necesitan comprender las normas de cada uno de los contextos en los que viven (casa, colegio, parque, etc.). Necesitan saber hasta dónde pueden llegar y qué pasa cuando rebasan los límites establecidos. Si no pasa nada, es decir, si no hay ninguna consecuencia, aprenderán a saltarse dichos límites, en vista de que no hay nada que les frene.

Los límites, aparte de que sirven para que los hijos se sientan seguros y protegidos, les aportan estabilidad emocional y gracias a ellos tienen una orientación que guíe su conducta. De este modo, se consigue que se vayan haciendo responsables de las consecuencias de su comportamiento.

Uno de los motivos para poner límites, es que con ellos se aprende a ser feliz y libre sin hacerse daño

a sí mismo y a los demás. Cuando un hijo ejerce su libertad de una manera consciente se sentirá respetado y establecerá acuerdos con sus padres porque las normas no serán impuestas sino consensuadas.

Las normas no se ponen por capricho, tampoco por las preferencias individuales de los padres. El objetivo es que ellos aprendan a desenvolverse con seguridad e identifiquen su entorno como estable.

Si los padres son excesivamente permisivos y no introducen ningún límite, porque, a su juicio, no lo consideran necesario, están cometiendo una negligencia. Siempre son necesarios y cuando los límites están claros y no cambian constantemente, los hijos saben si su conducta es adecuada o no, y las consecuencias que tiene el saltarse una norma.

Cuando se ponen límites en una casa es inevitable que surjan problemas ya que lo más probable es que el niño intente saltárselos, y lo que debe aprender es que no siempre puede hacer lo que quiere. No se trata de entrar en una lucha de poder, de control de obediencia, sino de demostrar quién está “al mando de la nave” y hacerles ver que “la casa no es un hotel”, donde sólo se reciben atenciones, deben colaborar en la organización de la misma.

Al principio necesitan que las normas vengan de fuera, que las fijen los padres, lo cual va a dar lugar a que, con el tiempo, sean ellos los que establezcan sus propias normas que dirijan su comportamiento. Así cuando sean adultos, no precisarán que alguien les diga cómo actuar, porque habrán aprendido e interiorizado cuando su comportamiento es adecuado o no.

Características de los límites

Los límites han de ser:

- Realistas: Posibles de cumplir y estar ajustados a su realidad (edad habilidades, grado de maduración).
- Claros: Han de ser entendidos para que se puedan cumplir y los hijos entiendan lo que se espera de ellos.
- Ponerlos “a priori” y no como consecuencia de un acto no justificado.
- Coherentes: los distintos miembros de la familia tienen diferentes funciones y por tanto diferentes normas, según edad.

Estas normas o límites no deben ser rebasados, y si lo son, los padres deben exigirles explicaciones. Pero si se producen fuera del entorno familiar pueden llegar a tener repercusión social (rotura de



cristales en el colegio, rotura de farolas, ataques a personas mayores...); los padres deben hacerse responsables de los desperfectos si son menores o mayores sin recursos, si bien, sería oportuno obligarles a cumplir algún tipo de castigo apropiado a su edad, y en función de la gravedad del acto cometido.

Los límites se pueden poner sobre las tareas domésticas, el aseo personal, el trato basado en el respeto y los buenos modales con los distintos miembros familiares, el horario de ver T.V., el móvil, horario de entrada y salida de la casa, horario de las comidas y cenas si se puede, el orden en el dormitorio, las “pagas”, las compras, los regalos... y por supuesto hacer su cama.

De la flexibilidad extrema a la rigidez

En la actualidad son muchas las voces que opinan sobre los límites: que si algunos padres son muy flexibles y no les exigen mucho; que a mi hijo ni me lo toquen; que yo a mi hijo le doy todo lo que yo no tuve, etc. Hay otros que culpan a la sociedad de consumo, en la que todo vale con tal de “conseguir lo que se quiere, y lo quiere ya”, pasando por algunos padres que ponen límites un tanto desorbitados: “o dan a sus hijos la luna” o “les quitan el pan”.

Bien es verdad que, hay personas que forman parte de esa cadena productiva y de consumo cuyo contexto socio cultural ya se ocupa de crear nuestras necesidades de todo tipo, relacionadas con el consumo y la “felicidad”, que afectan a todo tipo de personas: mayores, jóvenes y pequeños. Lo cual, no deja de ser un problema a la hora de educar, puesto que las “necesidades materiales” muchas veces están por encima de las necesidades básicas de muchas familias (el coche, la ropa de marca, las salidas, el veraneo, las celebraciones multitudinarias, en fin, lo que ahora se llama el “estado de confort”).

El problema aparece cuando todas esas necesidades que de alguna manera se nos imponen,

