

# ¿SABES? Tengo un adolescente



Colección  
**Soluciones**  
para padres

# Colección **Soluciones para padres**

Criar bien a los hijos en la sociedad actual no es nada fácil; ¡pero tampoco es imposible! La colección **Soluciones para padres** revela los secretos para cuidarlos y formarlos satisfactoriamente desde el momento en que nacen hasta que terminan la adolescencia. Estos libritos presentan montones de actividades entretenidas y enriquecedoras que favorecen el desenvolvimiento de diversas destrezas en los niños. ¡Ofrecen asimismo abundantes consejos de índole práctica y espiritual para aprender a alentar, inspirar, orientar y corregir a los hijos, disfrutar con ellos y ayudarlos a desarrollar todo su potencial!

¡La colección entera constituye una magnífica adquisición personal, o un estupendo regalo para unos amigos!

**¿De dónde sacar fuerzas?:** Principios que ayudan a los padres a criar a los hijos con amor y a hacerlos partícipes de una fe que sea su ánora y que permita a unos y otros sortear las tempestades de la vida.

**Disfruta de tu bebé** está repleto de consejitos de todo tipo para que la mamá, el bebé y toda la familia inicien su nueva vida con alegría.

**Preescolares** enseña a encauzar la tremenda energía que tienen los niños de esa edad, a fin de aprovechar al máximo los primeros años, en que aprenden y se desarrollan con gran rapidez.

**La formación de los niños:** La labor de los padres tiene sus dificultades; pero si se hace con acierto, reporta recompensas tanto inmediatas como eternas. Cuando uno ayuda a su hijo a descubrir la senda del bien, ve iluminado su propio camino.

**¡Urgente! Tengo un adolescente:** La típica súplica: «¡Que el Cielo nos asista!» es hoy en día un deseo cumplido. En este librito se presentan mensajes recibidos directamente del Cielo en respuesta a preguntas sobre la comunicación con los hijos adolescentes.

La colección **Soluciones para padres** desvela misterios y allana el terreno para entender a los chicos de cualquier edad. Todo el que tenga algo con ver con niños o jóvenes le sacará buen partido.

# Argentina Tengo un adolescente

RESPUESTAS DEL CIELO  
A PREGUNTAS  
QUE SE PLANTEAN LOS PADRES

Colección *Soluciones para padres*

Título original: *Parenteening*.

ISBN de la edición original: 3-905332-51-5

ISBN de la versión en castellano: 3-03730-110-4

Selección y revisión de Derek y Michelle Brookes.

Traducción: Cristina Zavala de Poveda y José Florencio Domínguez.

© 1999, 2002, Aurora Production AG, Suiza.

Derechos reservados. Impreso en Tailandia.

**En Internet: <http://es.auroraproduction.com>**

## ÍNDICE

Prefacio ----- 5

### **CULTIVAR LA RELACIÓN**

Como trabajo, no dispongo de mucho tiempo para mis hijos adolescentes. Por la noche quieren mirar la televisión o realizar alguna actividad con sus amigos, o bien tienen tareas escolares pendientes. Yo por lo general tengo mucho que hacer, y para colmo estoy que me caigo de cansancio. Yo diría que a consecuencia de ello nos hemos distanciado. Me gustaría volver a tener una relación más estrecha y pasar más tiempo con ellos, pero ¿cómo lo hago? ¿Por dónde empiezo? ¿Qué puedo hacer para que se sientan a gusto conmigo y perciban que los quiero y aprecio mucho? ----- 7

### **COMPRENSIÓN MUTUA**

A veces me da la impresión de que mis hijos viven en otro planeta. No entiendo su conducta. ¿Es que no les caigo bien? ¿Por qué se molestan cuando les pido que me echen una mano en la casa? De verdad necesito su ayuda. ¿Es que no se dan cuenta? ----- 16

### **HABLAR DE VERDAD**

Creo que algo anda mal, pero mi hijo no me quiere decir lo que es. Me gustaría creer que no me oculta nada. ¿Qué puedo hacer para que se anime a sincerarse conmigo y me cuente lo que le ocurre? ¿Cómo lo convengo de que, pase lo que pase, siempre lo querré, y de que puede hablarme con franqueza? ----- 21

## **INDEPENDENCIA**

Mi hija adolescente me pide que no me meta en su vida, pero me preocupa mucho el rumbo que está tomando. Me da la impresión de que tiene muy poco autocontrol. ¿Qué puedo hacer? ----- **35**

### **¿YA NO SABES QUÉ HACER?**

Siempre había pensado que trabajar con adolescentes era mi vocación, pero ya no estoy tan segura. Con este nuevo grupo de alumnos —y con algunos en particular— me dan ganas de darme por vencida. ¿Qué puedo hacer? ----- **38**

## **RESOLUCIÓN DE CRISIS**

Estoy separada y tengo a mi cargo a mi hija adolescente. Ella está muy resentida por el fracaso de nuestro matrimonio; cada vez tiene más mal genio y se pone más irrespetuosa conmigo. Por mucho que lo intento, no conseguimos llevarnos bien. No sé qué hacer. Quiero hablar con ella, pero ¿qué le puedo decir? ----- **42**

Conclusión----- **47**

## PREFACIO

Desde el comienzo de los tiempos, los seres humanos nos hemos caracterizado por nuestro hondo amor y desvelo por los hijos. Todos queremos que nuestros chicos aprendan, que crezcan bien y tengan sus necesidades cubiertas, que estén sanos, sean felices y triunfen en la vida. Desgraciadamente, suelen surgir problemas que obstaculizan o complican esta labor. En efecto, los padres tenemos que aprender a lidiar con dificultades tanto fuera como dentro del hogar —desde pérdidas y reveses devastadores hasta fracasos matrimoniales—, buscar soluciones a cada contrariedad, salir adelante y ayudar a nuestros hijos a hacer lo mismo. Con frecuencia, en las situaciones más negras e imposibles, muchos alzaron los ojos al Cielo, acudieron a Dios en busca de soluciones que no eran capaces de descubrir por sí mismos. Y Él no los decepcionó. Se hizo presente, se puso a su disposición, les tendió la mano, los estrechó en Sus amorosos brazos y les demostró que Él siempre vela por Sus hijos, los protege y está deseoso de responder a sus preguntas y prestarles auxilio.

En estos tiempos duros que vivimos, Dios *todavía* está con nosotros, *todavía* está a nuestra disposición. Muchos padres están descubriendo que pueden plantear sus preguntas más difíciles directamente a Dios; que pueden recurrir al Cielo; que es posible dar con soluciones. Tal vez algunos lo consideren sumamente descabellado, casi absurdo; ipero están sucediendo cosas increíbles! La gente clama a Dios y descubre que Él está cercano, siempre presto a responder a nuestros

interrogantes, por el gran amor que nos tiene y Su vivo deseo de vernos felices.

Si no sabes qué hacer, si te sientes agobiado y no encuentras a nadie que te ayude, ¡no te des por vencido! No pierdas la esperanza. Puedes encontrar el remedio para la situación consultando directamente al Cielo. Hay soluciones, y están a tu alcance en este preciso momento.

En este libro ofrecemos una selección de respuestas que recibieron padres comunes y corrientes al recabar la ayuda del Cielo en momentos de meditación y oración. Presentamos sus inquietudes en forma de preguntas, seguidas de las formidables respuestas que obtuvieron mientras reflexionaban en silencio, con una actitud expectante. Dichos padres fueron anotando las palabras, ideas y pensamientos que les venían. En la mayoría de los casos, Dios les dio instrucciones haciéndoles oír una voz interior que les hablaba al corazón. En el texto, los pronombres de primera persona escritos con mayúsculas indican que es Jesús o Dios quien aconseja directamente a la persona. (Si quieres aprender a escuchar tú también la voz de Dios, solicita el librito *Escucha palabras del Cielo*, de la colección *Actívate*.)



## CULTIVAR LA RELACIÓN



**Como trabajo, no dispongo de mucho tiempo para mis hijos adolescentes. Por la noche quieren mirar la televisión o realizar alguna actividad con sus amigos, o bien tienen tareas escolares pendientes. Yo por lo general tengo mucho que hacer, y para colmo estoy que me caigo de cansancio. Yo diría que a consecuencia de ello nos hemos distanciado. Me gustaría volver a tener una relación más estrecha y pasar más tiempo con ellos, pero ¿cómo lo hago? ¿Por dónde empiezo? ¿Qué puedo hacer para que se sientan a gusto conmigo y perciban que los quiero y aprecio mucho?**

*Nota de los editores: Muchos nos encontramos en la misma dificultad. Los que tenemos hijos de esa edad nos preocupamos por ellos, pero por otro lado no sabemos bien cómo ayudarlos. Una madre recibió los siguientes consejos de Dios cuando le planteó sus inquietudes en ese sentido.*

### Manifiéstales cariño

Lo más valioso que puedes dar a tus hijos es amor. Sé cariñosa con ellos, para que no les quepa duda de tu amor. Eso se aplica en particular a los adolescentes. Tus hijos deben tener la certeza de que los amas. Es necesario que sientan y vean tus expresiones de cariño.

Ven tu amor manifestado en el hecho de que les proporcionas vivienda y comida; pero están tan acostumbrados a ello que muchas veces no lo aprecian. No son conscientes de los sacrificios que haces para ello, ni comprenden que has organizado tu vida para poder atender a sus necesidades físicas. Por

consiguiente, lo que les hace falta es ver y sentir la faceta espiritual de ese amor, el afecto y cariño que sientes por ellos. Así se establecerá un vínculo de amor y confianza. Te preguntas: «¿Cómo hago para crear ese lazo de amor con ellos?»

## Remedia las necesidades de tus hijos remediando las tuyas

El primer paso para establecer vínculos más amorosos con tus hijos y hacer que se sientan queridos, apreciados y a gusto contigo es que tú te sientas así conmigo. Así es como deseo que sea tu relación conmigo. Quiero que percibas Mi amor, pues eres Mi hija, y deseo manifestarte Mi amor de Padre.

Quiero hacerte ver que te amo y te acepto tal cual eres, y que deseo que tengas una relación más estrecha conmigo. Una vez que haya más intimidad entre nosotros, te haré sentir la aceptación, el amor incondicional, la seguridad y la confianza que tanta falta os hace a todos. Cuando conozcas y percibas el amor inmenso e inconmensurable que te tengo —un amor que llega hasta los confines del universo—, tú misma podrás brindar más amor. Y tus hijos lo notarán. Tu esposo también. Y asimismo otras personas.

## Crea oportunidades de estar juntos

Deja que te infunda un amor más profundo por tus hijos, un amor que supere las barreras, un amor incontenible, un amor que seas capaz de manifestar y que tus hijos perciban.

Un amor así anhela expresarse, busca oportunidades de evidenciarse. Si sientes un profundo amor por tus hijos, ellos lo notarán, y las ocasiones de conversar y hacer cosas juntos surgirán espontáneamente. Ellos dirán: «Papá, ¿quieres que te enseñe este juego?», «Mamá, te voy a mostrar lo que hicimos hoy en el

colegio», «Mamá, ¿qué crees que debo ponerme para la fiesta?», «Papá, ¿me ayudas a arreglar esto?»

Busca oportunidades. Puede que no sean tal como te las imaginabas. Tal vez tengas que reajustar tu horario. Cuando tus hijos vean que quieres participar más en su vida, se alegrarán de poder contar contigo. Te verán como una amiga que desea ayudarlos.

Todo puede empezar con algo tan simple como mirar juntos la televisión; pero no dejes que la cosa termine ahí. Procura que haya oportunidades de conversar. Por ejemplo, acompáñalos a sitios a los que quieran ir y luego comenta con ellos la experiencia. Averigua qué les gustó y qué impresión se llevaron. Si su punto de vista difiere del tuyo, no insistas para que vean las cosas como tú.

## Que puedan contar contigo cuando te necesiten

Ponte a pensar en cómo son ahora las cosas: ¿A qué te dedicas por las noches? ¿Qué hacen ellos en esas horas? ¿Y los fines de semana? ¿Es posible hacer que tu vida se entrecruce más con la de ellos? ¿Puedes cambiar algo para que así sea? Busca puntos en común, actividades que puedas realizar con ellos.

Hazte presente con amor. No les hagas pensar que buscas oportunidades de fisgar en su vida, de sermonearlos o reprobar lo que hacen, de imponerles más reglas o darles más instrucción. Se trata de que estés a su lado como una amiga, de que te puedan expresar libremente sus ideas, de que te vean como alguien a quien recurrir, alguien que los apoya.

¿Hay algún deporte en el que se interese tu hijo? ¿Alguna manualidad que le guste a tu hija? ¿Puedes participar de alguna forma en esas actividades? Observa qué les atrae. Averigua qué aficiones y experiencias puedes compartir con ellos.

## **Un padre descubre el secreto**

Veamos el testimonio de un padre que descubrió el secreto de la comunicación con su hijo adolescente:

En los últimos meses he logrado grandes avances en la relación con mi hijo. La clave fue el deporte. Dedicando más o menos una hora diaria a jugar al fútbol con él lo estoy ayudando a superar una etapa difícil. Tomás es un chico bastante dinámico de catorce años. Últimamente se estaba metiendo en muchos líos.

Tanto él como su hermana, que siempre habían sido buenos chicos, se estaban echando a perder. Mi esposa y yo estábamos angustiados y comprendimos que había que hacer algo. Teníamos que empezar a dedicarles más tiempo a cada uno por separado. Yo me concentré en Tomás, y mi esposa en nuestra hija de 17 años.

Tomás desahogaba su enojo y su frustración poniéndose agresivo y competitivo, y era tan mal perdedor que resultaba difícil aguantarlo. En otros aspectos era irresponsable. Las tareas que le asignábamos y las cosas que empezaba las dejaba a medias. Constantemente le llamábamos la atención. Al principio, no había forma de hacerlo entrar en razón. Nos había cerrado a mi esposa y a mí la puerta de su vida. Buscamos afanosamente la llave, algo en lo que coincidiéramos y que nos sirviera de punto de partida.

Tomás tenía un único interés en la vida: el fútbol. No formaba parte de ningún equipo, y yo no sabía si en realidad le convenía practicar dicho deporte más en serio, pues no conseguía llevarse bien con nadie. Finalmente, con la esperanza de lograr un acercamiento a él, decidí entrar en su mundo y jugar un rato al fútbol con él cada día. Sólo con ese poco de

comunicación y participación conjunta en una actividad, fue sorprendente lo rápido que empezó a transformarse y abrirse. Al cabo de un tiempo otras personas también nos comentaron que Tomás estaba cambiando mucho y convirtiéndose en un muchacho muy extrovertido, comunicativo, seguro de sí mismo y agradable. (Francamente, yo también me siento mucho más saludable y feliz. Practicar un deporte al aire libre no sólo es bueno para que los jóvenes quemen energías acumuladas; también es una válvula de escape para las frustraciones de los padres). Es innegable que Tomás está ahora mucho mejor que cuando siempre andaba metiéndose en peleas o planeando alguna travesura, y parecía que iba camino de convertirse en un teleadicto apático o en un joven huraño enviciado con la computadora.

[Viene de la página 9]

## Ingeniería

Ingéniate situaciones que te acerquen a tus hijos, como ir juntos a sitios que les gusten y hacer cosas que les resulten entretenidas.

Es posible que prefieran no hacer ciertas cosas contigo por miedo a que sus amigos critiquen el hecho de que realicen actividades con sus padres. En ese caso, una solución puede ser ofrecerte de vez en cuando a llevarlos en automóvil cuando salgan con sus amigos. De esa forma, por lo menos estarás presente. Otra idea es que tus hijos inviten una noche a un grupo de amigos, incluso a quedarse a dormir. Así también tú estás ahí con ellos.

**La comunicación con la generación joven sería menos complicada si los padres estuvieran un poco más al tanto de lo que pasa. Una forma de averiguarlo que he descubierto es hacer de chofer para un grupo de chicos. No abras la boca, y al poco rato se olvidarán de que estás ahí y conversarán con toda libertad, como si fueras un piloto automático. No sé si eso se considera una violación de su intimidad, pero lo cierto es que da resultado. Consejo de una madre de adolescentes.**

Busca maneras de integrar tu vida a la de ellos. Eso puede requerir que ambas partes hagan algunos ajustes. Pero si lo intentas, Yo te indicaré formas de establecer comunicación. Una de ellas puede ser trabajar juntos en algo: construir un objeto de madera, hacer una labor de costura, preparar una comida, cuidar de un animal doméstico o arreglar el jardín.

## Descubre el arte de escuchar

Una de las principales formas de ayudar a tus hijos es escucharlos. Aprende a escuchar *de verdad*. Cuando les preguntes cómo les fue en el colegio, deja lo que estés haciendo y presta atención a lo que te cuenten. Cuando te presenten problemas, no siempre tienes que dar tu opinión en el momento. En vez de emitir un juicio, tómate tiempo para meditar en el asunto, o reza para encontrar una solución. Lo principal es escuchar, prestar atención, aparte de brindar amor, ánimo y apoyo.

**Se les preguntó a ciertos adolescentes: «¿Cómo saben cuándo sus padres no los escuchan?»**  
**Dieron las siguientes respuestas: «No me miran», «Leen el periódico mientras les hablo», «Mi mamá continúa aspirando el piso o cocinando y me dice: “Sigue, sigue; te escucho”».**  
**Después se les preguntó: «¿Y cómo saben cuándo sus padres les están prestando atención?»** La mayoría contestó: «Porque dejan lo que están haciendo cuando les hablo».

## Recorre a la guía celestial

Cuando te enfrentes con un problema y ores, te ayudaré, me pondré a tu disposición, porque soy tu Padre. No tienes que ir a ningún lugar en particular ni ponerte de rodillas. Puedes hablarme de tus dificultades en cualquier sitio. Hazlo interiormente —en tu corazón, en tus pensamientos—, donde sea que estés, a cualquier hora, en cualquier circunstancia. Vuelve tu corazón hacia Mí, pues te amo más que nadie y escucho el clamor de tu alma. Siempre estoy presto a responderte, en cualquier momento y lugar. Te guiaré, te orientaré y te indicaré qué hacer, paso a paso. Basta con que me preguntes y creas que las respuestas que

afloran en tu mente provienen de Mí.

Con los adolescentes se presentan muchas situaciones que requieren una gran medida de comprensión. Los juicios severos y las censuras farisaicas puede cortar la comunicación. Piensa que quizá tus hijos no tenían ninguna mala intención. Si tienes dudas sobre algo que ha sucedido, consúltame, y Yo te indicaré los motivos que tuvieron.

Cuando me consultes, haz silencio y espera a que Mis pensamientos te vengan a la mente. Pregúntame, y Yo te responderé. Te transmitiré ideas y soluciones que te reconfortarán y ayudarán.

Juzga a tus hijos con Mi sabiduría, no según reglas y patrones inflexibles. Uno de los mayores impedimentos para la comunicación con los jóvenes es el juzgarlos duramente. Es muy frecuente que los padres apliquen a sus hijos los patrones estrictos con que ellos se criaron. Pero cada edad es diferente, cada época y cada generación son distintas, y los chicos deben probar sus alas y expresarse de acuerdo con su personalidad. Naturalmente, eso no significa que deba haber una tolerancia absoluta, sin límites, reglas ni obligaciones. La clave para corregir los malos comportamientos está en inducir un cambio de actitud, no en obligar a los hijos a cumplir las reglas.

Pídeme que te revele lo que sienten tus hijos; así podrás ver más allá de las apariencias. Es mejor tratar de resolver las inquietudes que albergan que querer cambiar su aspecto. Ocúpate de lo que sucede en su interior, escucha lo que te diga su corazón, trata con ternura sus sentimientos.

## La mejor red de seguridad

Muchos chicos no necesitan sino que sus padres les proporcionen una base firme de amor y aceptación. Esa base de amor puede guardarlos de peligros y malas



influencias, como la droga y el alcohol, e incluso del sufrimiento que pudiera causarles el rechazo de sus amigos. En tales ocasiones, el amor y la aceptación son como la red de seguridad de los trapecistas. Si tus hijos saben que no los rechazarás aunque metan la pata o hagan alguna estupidez, acudirán a ti, y así se formará ese vínculo que deseas.

**Los adultos estamos acostumbrados a hablar y a dar órdenes; pero si vivimos con adolescentes, no solo debemos escuchar con los dos oídos, sino también con el corazón.**

También Yo deseo crear ese vínculo entre padres e hijos, a fin de que estos tengan a quién recurrir. Tú sabes que puedes contar en todo momento conmigo, que soy tu Padre. Nunca te rechazo, aunque hayas cometido errores garrafales u obrado muy mal. Siempre te presto oído y te sigo amando y apoyando. Siempre estoy pronto a estrecharte en Mis brazos.

Es muy importante que tengas esa misma actitud con tus hijos. Deben saber que, hagan lo que hagan, siempre los amarás, y nada podrá alterar ese amor. Tienen que saber que siempre pueden conversar contigo; que aunque no estés de acuerdo con ellos, aunque no coincidas con su punto de vista, aunque pienses incluso que han hecho algo muy malo o dañino, nunca dejarás de considerarlos tus hijos. Tienen que saber que siempre los amarás, que siempre podrán recurrir a ti, que aunque ocurra la peor calamidad, siempre podrán contar con tu amor. Así además aprenderán cómo soy Yo y cómo es Mi amor.

**Para llegar a pasar mejores ratos con nuestros seres queridos, lo mejor es dedicarle buenos ratos a Dios, nuestro Padre celestial.**

# COMPRESIÓN MUTUA



**A veces me da la impresión de que mis hijos viven en otro planeta. No entiendo su conducta. ¿Es que no les caigo bien? ¿Por qué se molestan cuando les pido que me echen una mano en la casa? De verdad necesito su ayuda. ¿Es que no se dan cuenta?**

*Nota de los editores: A veces nos cuesta comprender los conflictos de nuestros hijos. Tendemos a ver de qué maneras nos afecta su conducta, y no siempre captamos la agitación, la confusión y las inquietudes que con frecuencia tratan de resolver por su cuenta. El siguiente clamor de un joven nos permite captar mejor cómo se sienten interiormente los chicos de esa edad, y puede servirnos para entenderlos mejor y mejorar nuestra relación con ellos.*

**Absortos en nuestros conflictos y dificultades personales, muchas veces los adultos olvidamos que la juventud es una edad turbulenta, llena de primeras experiencias dolorosas y de auténticas tragedias: el grano en la cara en el que todos se van a fijar; la vestimenta que nunca queda bien en un cuerpo desgarbado; la decepción tremenda que ocasiona un padre que no cumple lo prometido. Es la escuela de la vida adulta, en que uno prueba su independencia y conoce toda suerte de triunfos y fracasos. Anónimo.**

## El clamor de un muchacho

Dios, ¿puedes ayudarme Tú? ¿Quién puede ayudarme? No comprendo qué me pasa. Todo es tan difícil. Estoy por los suelos. No entiendo lo que me sucede por dentro, lo que siento; ison tantas emocio-

nes! Tanta presión me agobia. ¡Qué complicaciones!

Por más que me esfuerzo por hacer las cosas bien, no lo consigo. A veces ya no sé cómo complacer a mamá: quiere que lo haga todo a la perfección. No quiero quejarme, pero a veces me siento como un sirviente.

No sé si de verdad se preocupan por mí. Yo desde luego agradecería recibir algunas muestras de cariño y aprecio en vez de tantas críticas y reprensiones. Sé que meto la pata, pero ¿qué puedo hacer para cambiar? Estoy muy confundido; no me aclaro. Trato de complacer a mis padres y mis compañeros, pero ni con unos ni con otros me va bien. Nada me resulta, siempre lo echo todo a perder. Siempre la embarro y me gano un sermón.

Estoy en un hoyo, y no logro salir por más que lo intento. Además, ¿qué ganaría con ello? Todo el mundo ya me tiene encasillado. Por lo visto sólo prestan atención a los rebeldes. Quizá sea esa la onda. ¡Es tan difícil portarse bien!

No me gusta estar sin hacer nada. Cuando voy por ahí y me pongo los audífonos con la música bien fuerte, al menos me olvido de todo por un rato. Lo malo es que aun así me siento vacío, muy vacío. ¡Estoy tan desanimado!

Ojalá pudiera hablar de estas cosas con alguien; pero ¿quién me entendería? Estoy muy confundido, me siento como pez fuera del agua. ¿Qué será lo que me pasa? Estoy hecho un lío. Me siento muy solo. ¿Es eso lo que ocurre cuando uno se hace mayor? Los sentimientos que tengo y los cambios que se producen en mi cuerpo me inquietan y me asustan. ¿Comprenderá alguien lo que estoy viviendo? ¿Quién me podría ayudar? ¿Quién tiene tiempo?

¡A veces me dan ganas de huir de todo! Sin embargo, en el fondo quiero hacer algo en la vida. ¡Solo que me parece tan difícil! Me gustaría transformar el

mundo, pero no sé cómo.

¡Necesito ayuda! Me da la sensación de que me están pasando muchas cosas por dentro, y nadie me escucha. Hay tanto que quiero hacer, lugares que quiero visitar, gente que quiero conocer, experiencias que quiero vivir. ¿Habrà alguien que me pueda ayudar a salir adelante? Necesito a una persona que me guíe.

Será que estoy haciendo algo mal; pero ¿qué? ¿Quién me puede ayudar? ¿Por qué me siento así? ¿Será que Tú, Dios, no me amas tanto como a los demás? Tengo miedo. El mundo me da miedo, y todo se ve muy difícil. ¿Qué va a ser de mí?

*Nota de los editores: Después de leer esta muestra de los pensamientos y sentimientos de un joven, es posible que te preguntes qué medidas concretas puedes tomar para hacerles ver a tus hijos que los comprendes. ¿Qué puedes hacer para sintonizar más con ellos? A continuación encontrarás excelentes consejos prácticos para motivar a tus hijos a ser responsables y trabajadores.*

## Cómo superar las barreras

Todos sabemos que en el mundo de los adultos, cuando existe una desavenencia entre dos personas, por lo general cada una tiene que ceder en ciertos aspectos para poder llegar a un acuerdo. Pero en el caso de los adolescentes, es posible que para acercarte a ellos te toque hacer muchas más concesiones a ti, en el sentido de que debes tratarlos con mucha tolerancia y comprensión y procurar demostrarles que los amas y que te interesas por su felicidad; no por que tengan lo que a ti te parece que los hará felices, sino lo que les gusta hacer a ellos.

La vida es una dura escuela. Por eso, es comprensible que quieras que tus hijos adolescentes te ayuden con las labores del hogar o que cuiden a veces de sus

hermanos. Al fin y al cabo —piensas—, dentro de poco tendrán que enfrentar la vida, y verán que nadie les hará la cama, ni les recogerá la ropa sucia, les hará la comida o los dejará dormir hasta tarde cada cuando. Es cierto que tus hijos necesitan autodisciplinarse y adquirir buenos hábitos de trabajo. Pero habiendo establecido eso, verás que también tienes que colmar el otro platillo de la balanza. ¿De qué manera? *Sencillamente dejando que se diviertan.*

La adolescencia es una edad de contradicciones. Los ritmos de desarrollo corporal, mental y emocional son diferentes, y no puedes saber con exactitud qué les pasa en un momento determinado si ni ellos mismos lo saben. Pero es innegable que la mayoría tiene una gran avidez de divertirse y pasarlo bien. Bríndales muchas ocasiones de satisfacer esa necesidad, y así les darás a entender que eres consciente de ella. Una vez que hayas demostrado con tus actos que quieres darles todas las oportunidades posibles de disfrutar de la vida mientras son jóvenes, descubrirás que aceptan mucho mejor lo que representa el otro platillo de la balanza: el trabajo duro y la colaboración con las tareas de la casa. Si ven que reconoces sus necesidades y haces todo lo posible por atenderlas, estarán más dispuestos a reconocer la tuya de que echen una mano con las labores domésticas y el cuidado de sus hermanos, o incluso de que se hagan cargo de todo de vez en cuando para que tú te puedas tomar un día de descanso.

Si tienes dudas sobre la eficacia de estos consejos, ¡haz la prueba por un mes! Organiza bastantes actividades recreativas para tus hijos adolescentes —procura que sean por lo menos tres por semana— teniendo en cuenta lo que les resulta entretenido a ellos, no solo lo que te gusta a ti. Demuéstrales que tu vida no gira en torno a la lavadora y la cocina. Disfruta jugando con ellos como si tuvieras quince años.

Cuando tus hijos descubran esa faceta tuya, se mostrarán más comprensivos con tu lado serio y estarán más dispuestos a ayudarte.

**Un muchacho que estaba ahogándose en un río pidió ayuda a voces a un turista que se paseaba por la orilla. El hombre comenzó a reprenderlo por nadar solo en aguas peligrosas. «¡Rescátame —gritó el chico—, y deje los sermones para más tarde!»**

## HABLAR DE VERDAD



**Creo que algo anda mal, pero mi hijo no me quiere decir lo que es. Me gustaría creer que no me oculta nada. ¿Qué puedo hacer para que se anime a sincerarse conmigo y me cuente lo que le ocurre? ¿Cómo lo convengo de que, pase lo que pase, siempre lo querré, y de que puede hablarme con franqueza?**

*Nota de los editores: Son muchos los padres que se preocupan por eso. Un padre recibió los siguientes consejos cuando pidió orientación a Dios.*

### **Ir aprendiendo y madurando juntos en vez de distanciarse**

Es muy penoso sentirse cada vez más rechazado y terminar totalmente excluido de la vida interior de un hijo o de un amigo con el cual se ha disfrutado de una estrecha relación y buena comunicación. Muchos padres pasan por esa experiencia cuando sus hijos se hacen mayores y se van transformando. Se produce un distanciamiento gradual y una separación. Pero esa separación no tiene por qué ser dolorosa. Padres e hijos pueden ir aprendiendo y madurando juntos en vez de distanciarse. Para eso hace falta mucha comunicación y comprensión, y que unos y otros estén dispuestos a hacer concesiones.

Los padres deben actualizar continuamente su manera de pensar, evaluar cada cierto tiempo su función y reconocer en sus hijos las personas en que se están convirtiendo. Los chicos están cambiando, desarrollándose y creciendo ante sus propios ojos. No es fácil seguir su ritmo de crecimiento y cambio. No se trata únicamente de cambios físicos y hormonales,

sino también de muchas grandes transformaciones que tienen lugar en el plano emocional, mental, social y espiritual. Para mantenerse al tanto de la evolución de un joven, los padres deben reevaluar constantemente su papel, hacer un esfuerzo por comprenderlo, buscar nuevas formas de relacionarse con él e ir modificando sus expectativas. Si no quieren quedarse atrás, tienen que adaptarse y cambiar junto con él.

**Probablemente nuestros hijos son de las personas que más influyen en nosotros, pues nos impulsan a obrar bien, a ser bondadosos y a procurar enseñarles cómo se debe vivir.**

## Modifica tu rol a medida que se hacen mayores

Tu relación con tus hijos adolescentes no puede seguir siendo la misma que tenías con ellos cuando eran niños; tiene que pasar a ser una relación de padre a amigo, o de amigo a amigo. Si deseas que tus hijos te escuchen y quieres poder comunicarte con ellos, debes abandonar un poco tu papel de padre. Ellos tienen que percibir que los entiendes como personas.

Les parece que su individualidad e independencia sólo pueden florecer dejando atrás la relación padre-hijo que tenían contigo. Creen que deben salirse de ese molde para poder desarrollarse y tener un pensamiento autónomo. Los padres que desean mantener invariable su relación con sus hijos y quieren que estos sigan sujetos a ellos y a su forma de hacer las cosas encuentran cada vez más dificultades para comunicarse con sus *niños*. No tienen en cuenta que éstos están cambiando y haciéndose mayores.



## Actualiza tus tácticas y *programas*

La clave para salvaguardar la comunicación es estar al tanto de lo que sucede en su vida. Mantente al corriente de lo que hacen. Asómate a su mundo para ver cómo les va y en qué andan. Realiza con ellos actividades que les gusten. Sé considerado. Evalúa tu relación con ellos regularmente, y procura estrecharla. Fíjate bien en lo que haces con ellos y en cuánto tiempo les dedicas. ¿Cómo los tratas? ¿Cómo les hablas?

La relación de los padres con sus hijos es comparable a un programa computacional que hay que actualizar con frecuencia para satisfacer necesidades cambiantes y ajustarse a la demanda. Los jóvenes crean situaciones límite que ponen a prueba nuestra *última versión* del programa. Por eso, si deseas tener una excelente comunicación con tus hijos debes dedicar tiempo a enterarte de sus necesidades. No puedes seguir tal como estás, sin avanzar. Tienes que actualizarte. Eso da bastante trabajo y representa una inversión de tu parte. Sintoniza con ellos, ponte al corriente de cómo están y de lo que ocurre en su vida. Si no tienes ni idea, tómate tiempo para averiguarlo.

## Fomenta el entendimiento

A veces la falta de comunicación de los jóvenes se debe a que algo anda mal o a que te quieren ocultar algún hecho. Es frecuente que los adolescentes no se comuniquen con sus padres porque ya no tienen mucho en común con ellos. Si les parece que no hay muchos puntos de coincidencia, se imaginan que no los vas a comprender.

Hay muchas maneras de fomentar el entendimiento. Interésate, por ejemplo, en el grupo etario de tus hijos. Pidiéndoles que te ayuden a comprender a los

chicos de su edad sentarás las bases para una comunicación más profunda y personal. Hazles preguntas sinceras y deja que te expliquen, por ejemplo, por qué las cosas son como son, o por qué la gente de su edad piensa, actúa o se viste de cierta forma. Si tus hijos ven que tus preguntas están motivadas por un auténtico deseo de entenderlos, se sentirán honrados de que los respetes como individuos y consideres que te pueden ayudar a comprender ciertas cosas. Muchas veces, al explicarte algo, ellos mismos llegarán a entenderlo mejor.

En los momentos en que trates de entablar comunicación con ellos, evita hacer declaraciones tajantes. Si te parece que debes dar una opinión, hazlo sin apasionamiento, indicando claramente que el debate sigue abierto. En tales situaciones, evita emitir juicios e imponer reglas. Concéntrate en comprender a tus hijos y establecer comunicación.

## Valóralos como personas

Cuando tus hijos ven que tratas de acercarte a ellos, que te esfuerzas por entenderlos y que hasta les pides ayuda, se sienten maduros y se dan cuenta de que son importantes para ti. Se sienten a gusto al ver que los valoras como personas, que respetas su visión de las cosas y sus opiniones y que consideras que se les puede pedir ayuda y consejo. Entienden, entonces, que no solo los ves como tus hijos, sino más que eso: como amigos. Es de suma importancia manifestar respeto a los jóvenes para sentar las bases de una buena comunicación. Si tus hijos ven que los respetas, se animarán a confiarte sus asuntos personales y las situaciones más peliagudas que se les presenten.

## Gánate su confianza respetando sus confidencias

Para saber cómo reaccionarás con ellos, los jóvenes se guían por tus reacciones ante otras personas en situaciones parecidas o con un problema semejante. Así es como deducen si es seguro plantearte determinada cuestión. Así saben ellos lo que pueden hacer, o en todo caso lo que no te pueden decir que hacen.

**Si aceptas la creencia generalizada de que los jóvenes son una molestia y tienes un concepto negativo de la adolescencia, te costará establecer una buena relación con tus hijos. En cambio, con una actitud positiva los animarás a abrirse y a actuar con madurez, y tu relación con ellos mejorará.**

**Cuando un joven se siente a gusto consigo mismo es menos probable que se sienta atraído por corrientes negativas.**

A los jóvenes les gusta tener la seguridad de que mantendrás en la mayor reserva lo que te cuentan, que no lo comentarás por ahí, y menos a personas que ellos no quieren que lo sepan o en quienes no confían tanto. Si te confiesan algo íntimo, esperan que guardes el secreto. Es muy importante respetar la confianza que depositan en ti y no cometer el desliz de revelar lo que te cuenten en secreto a personas que no necesitan saberlo ni tienen nada que ver con ello. Aunque a ti no te parezca muy grave, para ellos sí lo es.

## En qué casos no se debe intervenir

A veces, cuando un joven habla con sus padres de una dificultad que tiene, éstos se apresuran a tomar las riendas de la situación y resolverla por él. Pero por

lo general no es eso lo que el chico quiere. Si vas a resolver asuntos suyos, consúltalos primero. Diles tu parecer y, antes de actuar, pregúntales cuál es el suyo y pide su consentimiento.

Con frecuencia, los jóvenes tienen una opinión muy formada sobre cómo quieren que participes y los ayudes, y desean que tu intervención no pase de ciertos límites. En la mayoría de los casos sólo necesitan a alguien que los escuche, que les dé una recomendación sin meterlos en líos. Tu función consiste en apoyarlos, prestarles oído y ayudarlos a decidir lo que deben hacer. No necesariamente quieren que intervengas tanto como cuando eran niños.

Es posible que tus hijos vacilen en confiarte cuestiones serias porque temen que te lanzarás a la carga con la caballería y será difícil detenerte; o que una vez que te enteres de la situación escapará de su control. No quieren que te metas de golpe y les hagas pasar vergüenza, ni que los excluyas de lo que consideran que es su vida y sus asuntos privados.

## **Sé una influencia positiva, pero no intimidante**

No es que no puedas hablar con ellos libremente de las cosas que te preocupan, pero es importante que busques el momento oportuno y que las presentes como es debido. A veces tendrás que preguntarles directamente algo que te inquieta; pero no des la impresión de que sospechas de ellos ni hagas que se sientan acusados. Puedes preguntarles a quemarropa si se drogan, pero también puedes ser menos directo y decir: «Algún día te ofrecerán drogas. Las drogas destrozan a muchos jóvenes casi sin que se den cuenta. Espero que las rechaces; pero en todo caso, dímelo, que quiero ayudarte.»

A nadie le gusta encontrarse solo cuando se mete en un lío, y menos a los adolescentes. No quieren

perder todo lo que han ganado en cuanto a madurez recibiendo un montón de ayuda de sus padres. Debes intentar ayudarlos con delicadeza. Si los tratas con respeto, ellos a la vez confiarán en ti y te respetarán. Te verán como una influencia positiva, pero no intimidante; como un amigo estable, de confianza, dispuesto a dar una mano.

## Transmite amor y comprensión

Para expresarles tu amor y ganarte su confianza no solo tienes las palabras. Dispones de muchos otros medios. Procura mirarlos a los ojos. Transmíteles amor con los ojos. No les echés miradas acusadoras u ofendidas, como si quisieras demostrar su culpabilidad o su error. Más bien bríndales cariño, comprensión y aliento con la mirada. Hazles entender con tu tono de voz que los quieres mucho y los comprendes. Lo importante no es *cuánto* te comuniques con ellos; sólo que te comuniques. Procura entablar contacto con ellos cada día, con una mirada, una palmada o una palabra de ánimo que te sirva de punto de partida. ¡Eso dará lugar a más! Proporcionales la ayuda y el apoyo que necesiten. A esa edad, se sienten muy inseguros, como zarandeados en un mar embravecido. ¡Sé el faro que buscan!

**Abraza a tus hijos con frecuencia, sobre todo si son adolescentes. A esa edad necesitan que se les infunda ánimo constantemente.**

## Pueden contar contigo

Al orientarlos y corregirlos, habrá veces en que tendrás que fijarles límites y ponerte firme con ellos; pero a medida que se hagan mayores, tu influencia en ellos será menos directa. Pasarás de ser padre a ser

amigo; pero no uno de esos amigos con los que *todo vale*, sino uno que sea franco con ellos porque los ama; un amigo con el que puedan contar, que más que juzgarlos, los ayude; un amigo en el que encuentren apoyo, no una persona a la que eviten o a quien le oculten lo que hacen.

Que sepan que pueden contar contigo. Si tienes cuidado con todos esos detalles que, a su modo de ver, cuadran con la clase de persona que ellos consideran que debes ser, fomentarás su confianza en ti. En caso de que cometas el error de perder los estribos, de irte a un extremo, de asustarlos o hacer que se encierren en su mundo, tendrás que pedirles perdón. Explícales que quieres cambiar.

Si eres humilde y reconoces que tú también tienes tus debilidades y necesitas ayuda en muchos sentidos, ellos se sentirán animados, aunque no lo exterioricen, pues verán que eres sincero y que les confías una parte sensible de tu vida. Está claro que necesitan y quieren que los ayudes; pero tiene que ser según ciertas condiciones, a saber, cuando ellos lo pidan y de la forma que quieran. Naturalmente, si se han metido en un lío o andan muy mal encaminados, y te das cuenta de ello, tienes que intervenir. Dirígete a ellos y explícales la situación tal cual la ves.

## Otras formas de comunicarse

Si no responden a tus esfuerzos para establecer comunicación, puede deberse a que no se atreven a hablarte a la cara, quizá porque no eres muy capaz de controlar tu ira o tus emociones y por ende temen tu reacción. En tal caso, anímalos a escribirte una nota, o a grabar en un dictáfono lo que te quieran decir y entregarte luego el casete para que lo escuches. De esa forma, podrán explayarse sin verse afectados por tu reacción inicial. Tú tendrás tiempo para reflexionar,

ellos también y, una vez que los ánimos estén más calmados puedes conversar con ellos o bien contestarles por escrito si prefieres.

**Un padre comentó que no se había dado cuenta de lo falso que había sido con su hijo hasta que ocurrió cierto incidente. Resulta que al hijo le dieron una calificación muy baja en lenguaje. Ni después de muchas reprimendas ni a fuerza de estudiar consiguió el chico sacar notas más altas. Un día le dijo a su padre:**

**—Supongo que cuando ibas al colegio siempre sacabas notas excelentes en lenguaje.**

**—¿Por qué piensas eso? —repuso el padre.**

**—Porque si no te hubiera ido bien, no me regañarías tanto —respondió el hijo.**

**La forma en que corregía a su hijo le había dado a éste una imagen equivocada de la realidad. El padre le explicó:**

**—No, en realidad, me costaba mucho el lenguaje, sobre todo la ortografía.**

**A partir de ese momento, al muchacho le fue mejor, porque se libró de la impresión de que era inferior e incapaz. Cobró esperanzas al ver que su padre había superado la misma dificultad.**

**Anónimo**

## Orienta sin entrometerte

Los jóvenes se sienten inseguros con respecto a muchas cosas, y por eso a veces protegen celosamente el *cercado* de su vida para evitar intromisiones. No saben a ciencia cierta cuáles son las malas hierbas y cuáles las plantas buenas; pero sí están seguros de que no quieren que irrumpas en su vida y te pongas a arrancar lo que para ti son malezas. Quieren tomar esas decisiones por sí mismos. Aunque les guste que

los gués, por lo general no les agrada que te inmiscuyas constantemente en sus asuntos.

**Si queremos mejorar la comunicación con nuestros hijos adolescentes, si queremos que acudan a nosotros en vez de evitarnos, no sermoneemos tanto y escuchemos más.**

## Amor a pesar del silencio

No dejes que el silencio te disuada. Sigue poniendo todo tu empeño en hablar y comunicarte con ellos. Dales muestras de afecto, como un abrazo, un beso o una palmada. Que sepan que pueden contar contigo, que te preocupas por ellos, que no hay nada que temer, que los escuchas, que estás atento a ellos. Todo eso contribuirá a que se sientan más seguros, aunque no lo admitan abiertamente ni lo demuestren con su reacción. A veces no quieren manifestar mucha debilidad delante de ti por miedo a que te pongas muy paternal y los trates como si fueran niños.

**Entre padres e hijos no tiene por qué producirse un distanciamiento si unos y otros van aprendiendo y madurando juntos.**

**«Padres, no exasperéis a vuestros hijos, para que no se desalienten» (Colosenses 3:21).**

**Ama, alienta, corrige e infunde confianza a tu hijo a medida que va independizándose.**



**La adolescencia suele ser una edad emocionalmente agitada; pero cuando nuestros hijos se hallen en pleno torbellino, debemos hacer lo posible por no dejarnos absorber. Procura mantener la calma cuando te disparen y busca maneras de cooperar con los jóvenes en vez de hacerles frente.**

## Aprecia los momentos que pases con ellos

Ten presente que tus hijos están haciéndose mayores y que es posible que no tarden en independizarse, por lo que los momentos que pases con ellos tienen mucho valor y deberían ser experiencias positivas y memorables que les dejen a todos un grato recuerdo. No te acalores por insignificancias. No vale la pena. Aunque te parezca importante discutir por algo, ¡no lo hagas! Primero que nada, manifiesta amor, aun en medio del conflicto. El amor nunca falla. Quizá tú estás muy enojado, pero lo más probable es que ellos también estén preocupados y confundidos. La Biblia dice: «La blanda respuesta quita la ira» (Proverbios 15:1). Eso significa que guardar la calma siempre da buen resultado. El amor nunca falla.

Las discusiones son infructuosas. Las expectativas se frustran. Las órdenes no dan resultado. En cambio, el amor es infalible. Intenta sobreponerte al enojo. Evita ser poco flexible. Que tus hijos no esperen de ti una mala reacción, sino al contrario, que sepan que vas a manifestarles amor. Si tienen la seguridad de que los amas, partiendo de esa base se puede solucionar lo que ande mal. Mantente abierto al diálogo y dales oportunidades de hablar contigo.

## ¡Hazte a un lado! ¡Déjalos respirar!

Sorprende a tus hijos efectuando cambios en tu vida, en tu actitud y en tu visión de las cosas. Sorpréndelos con muchas novedades interesantes. Los jóvenes quieren sentirse orgullosos de sus padres. Les gusta que sean buena onda; pero más que nada lo que quieren es que sean personas cálidas que los apoyen y comprendan, que oren por ellos, que estén bien cerquita, a su lado, no como una manta sofocante, sino como un paraguas protector.

Si eres de esos padres a los que les gusta llevar las riendas, que le arrebatan el lápiz al hijo para mostrarle cómo se hace la operación, tendrás que aprender a superar ese impulso de organizar su vida. ¡Hazte a un lado! Déjalos respirar. Ya saben lo que piensas. A estas alturas ya se lo has dicho suficientes veces. Levantar la voz, gritar, obligarlos, ponerte brusco, criticón o negativo, o dar a entender con lo que dices que esperas lo peor, es lo más desaconsejable que puedes hacer y lo que dará peores resultados. Lo más probable será que dejen de escucharte.

Su vida es sagrada. No te pertenece; es de ellos. Llega un momento en que tienes que hacerte a un lado y pasarles el timón. Déjales los mandos. Que gobiernen el vehículo de su vida. Eso sí, quédate a su lado para ayudarlos y animarlos mientras aprenden. No te apresures a arrebatárles los mandos. Ya es tarde para eso. Están haciéndose mayores y van a aventurarse por su cuenta, con o sin tu beneplácito. Es difícil dejar de ser el jefe, pero tienes que hacerlo. Claro que tampoco te vayas al otro extremo y te vuelvas tan pasivo e indiferente que piensen que no te importa lo que hagan. Asume la función de amigo, de hinch, de animador, de fan, de admirador que tiene fe en ellos y los ama incondicionalmente aun cuando defrauden sus propias expectativas, o las tuyas.

## Espera lo mejor

Lamentablemente, los jóvenes suelen cumplir las expectativas pesimistas de sus padres. Es preferible que tengas una actitud optimista y disimules tu decepción. Si esperas lo mejor de ellos, los impulsas a obrar bien; y cuando se porten mal les remorderá la conciencia, porque no quieren decepcionarte ni hacerte perder la confianza en ellos. En cambio, si perciben tu suspicacia, si se percatan de tus suposiciones y acusaciones, es posible que obren conforme a ellas. (En otras palabras, es fácil que uno obre mal cuando eso es lo que se espera de él; en cambio, a uno le cuesta menos obrar bien si los demás creen en él y dan por sentado que se portará bien.)

## Considera los errores como peldaños hacia el éxito

Todo el mundo mete la pata. Los padres no pueden esperar que, siendo ellos pecadores, sus retoños sean unos santos. Que tus hijos vean que tú también eres humano y aprendes a fuerza de errores. Los jóvenes se desaniman porque cometen muchas equivocaciones; no se lo echas en cara. Procura hacerles ver lo beneficioso de aprender cosas tan importantes en la juventud. Fíjate en el provecho que se puede sacar de cada situación, y hazles ver que no hay mal que por bien no venga. Si le buscas a todo su lado bueno, incluso a tus hijos, ellos verán mucho de bueno en ti.

**El amor te permite ver aspectos positivos y posibilidades que a otros se les ocultan. No es que te vuelvas ciego a los problemas, ni excesivamente permisivo con las malas conductas, sino que ves más allá de lo que está mal. Ten confianza en el amor que tiene Dios por tus hijos y en Su capacidad para ayudarlos a salir adelante.**

## Deja que lleven el timón mientras tú los animas

Trata de ayudar y animar a tus hijos en sus puntos fuertes, pero no les pongas mucha presión. Quizá te gustaría que adquieran preparación o formación en cierto campo, que estudiaran algo que tú no pudiste estudiar. No obstante, llega un punto en que tienes que dejar de lado tus ideas personales y fijarte en lo que ellos quieren y son capaces de hacer. Insistiendo puedes darles la impresión de que haces caso omiso de sus preferencias y derechos. Aunque lo que tengas pensado para ellos sea lo mejor, aquello para lo que están más dotados, a ellos les gusta decidir por sí mismos qué talentos cultivar, ya que eso les brinda satisfacción y forma parte de su desarrollo.

Es difícil hacerles cambiar sin cambiar tú mismo. Quizá te parezca que no hay forma de atravesar sus barreras. Por ser hijos tuyos, conocen muy bien cómo ejerces tu rol de progenitor, y han adoptado una actitud defensiva. Pero si te diriges a ellos como un amigo, no se mostrarán tan cerrados. Si los abordas como alguien que los ama y se interesa por ellos, que los valora como personas, eso es precisamente lo que quieren. Aprecian mucho que se les manifieste respeto, reconocimiento, apoyo y comprensión, que son los componentes básicos para que se sientan seguros mientras se hacen adultos.

# INDEPENDENCIA



**Mi hija adolescente me pide que no me meta en su vida, pero me preocupa mucho el rumbo que está tomando. Me da la impresión de que tiene muy poco autocontrol. ¿Qué puedo hacer?**

## **Procura estar siempre a su disposición y capea el temporal**

Muchos jóvenes no tienen mucha fuerza de voluntad ni dominio de sí mismos, más que nada porque no ven razón para ello. Les gusta pasarla bien y soltarse la melena; no ven por qué no. Tienen que hacer frente a un tropel de deseos, sentimientos y emociones, y por más que quieran evitarlo, se ven desbordados, y eso afecta a otras personas. Algunos jóvenes lo sobrellevan mejor que otros. Y los hay que no ven ningún motivo para dominar sus instintos. Les gusta divertirse, ser independientes, hacer lo que les da la gana. Quieren ser diferentes, inconformistas, y no ven nada de malo en ser un poco rebeldes y desagradables.

A medida que van conociéndome y profundizando en su relación conmigo, adquieren madurez, sensatez y percepción espiritual. Pero hasta entonces no se puede hacer otra cosa que ir ayudándolos, indicarles por dónde ir, hacerles de guía, señalarles el buen camino, volver a encarrilarlos. No dejes de hacer tu parte, y con el tiempo ella entrará en razón y hasta empezará a ver la prudencia de tus observaciones y consejos. Simplemente tienes que capear el temporal y estar siempre a su disposición para ayudarla a superar esa etapa en la que a veces se parece más a la fea oruga y todavía no tiene mucho de la bella mariposa que un día llegará a ser.

## Una joven normal

Tu hija es una típica adolescente. Le encanta divertirse y retozar. Todavía no le gusta trabajar con empeño, pero ¿a cuántas chicas de su edad les atrae eso? Los jóvenes maduros que se toman la vida en serio y tienen una relación estrecha conmigo son bien escasos. La mayoría se van al extremo opuesto: son frívolos, aficionados a payasear y parrandear, poco disciplinados, poco ordenados. Pero en el fondo anhelan que se los oriente, instruya y aconseje. Por orgullo, no siempre lo admiten de buena gana; de todos modos, saben que lo necesitan. A tu hija no se le oculta que necesita ayuda para no apartarse del buen camino y que no es capaz de controlarse. Es consciente de que cede muy fácilmente a la tentación.

## Descubre la nueva persona que es por dentro

Tienes que pedirme que te dé amor, comprensión y compasión. Ella es muy dinámica y traviesa y te puede sacar de quicio. Pero Yo te puedo infundir el amor y la gracia que te hacen falta. Pídemelos en oración, y te los daré.

Pídeme que te ayude a verla con otros ojos, que te libre de tus ideas preconcebidas, de la opinión que te has formado de ella, y te permita ver su corazón. Tienes que aprender a ver más allá de las apariencias, de sus actos y de sus palabras; mira su interior. Cuando descubras cómo es por dentro, te encontrarás con una persona totalmente distinta.

**Los adolescentes tienen muchos temores. Los tranquiliza que uno sea consciente de que los asaltan pensamientos descabellados; así no se sienten tan raros y aislados.**

**Para que se les preste atención, los jóvenes son capaces de ponerse muy exigentes y pesados a propósito. Procura no hacer un drama. Concéntrate en hacerles comprender la situación y el motivo por el que no puedes complacerlos en ese momento, y pídeles el apoyo y la cooperación que tanto necesitas.**

**A los jóvenes que gustan de emociones fuertes les encanta escandalizar o preocupar a sus padres con sus locuras. En ocasiones se sienten fuera de lugar y quieren que sus padres o sus compañeros les presten más atención. Acéptalos tal como son y hazles saber que no tienen que irse a esos extremos para que les hagas caso.**

## ¿YA NO SABES QUÉ HACER?



**Siempre había pensado que trabajar con adolescentes era mi vocación, pero ya no estoy tan segura. Con este nuevo grupo de alumnos —y con algunos en particular— me dan ganas de darme por vencida. ¿Qué puedo hacer?**

*Nota de los editores: La persona que planteó esta pregunta no tiene hijos adolescentes. De todos modos, como es profesora de jóvenes, a los padres les resultará fácil identificarse con ella y poner en práctica la respuesta que le da Dios.*

### El fruto de la perseverancia

Soy consciente de lo difícil que es dar clase a un grupo de jóvenes y de la preocupación y la frustración que sientes. ¡A veces los chicos son capaces de hacerle perder la paciencia a un santo! Con todo, sigue intentando comunicarte y relacionarte con ellos. Trata de identificarte con ellos y pensar como ellos. Si logras crear un vínculo con ellos, una conexión, lo que les dices empezará a entrarles, y a partir de ahí podrás hacer progresos concretos.

Uno de los gajes del oficio de profesora de gente joven es la frustración. Así son las cosas a veces. Así es la vida.

Los conocimientos y la experiencia que tienes tú son el fruto de años de altibajos, de triunfos y fracasos, de superar situaciones bastante difíciles; los jóvenes, en cambio, apenas están comenzando. Si tienes eso presente, no se te agotará tan pronto la paciencia. Evita también hacer comparaciones entre



este grupo y otros chicos a los que has enseñado. Hay adolescentes que no tienen prisa por hacerse mayores; otros maduran más rápido. No puedes desanimarte tanto por eso.

## **Deja que rompan el molde**

A medida que los jóvenes van desarrollándose, por lo general necesitan más libertad para tomar decisiones independientes sin que los obliguen a encajar en cierto molde. Algunos no encajan ni quieren encajar en el molde en el que se los quiere meter. Tú tienes tu molde, te has hecho una idea de cómo deben ser y actuar; pero ni siquiera a los hijos se les puede exigir que sean así, que sean iguales a uno y se ajusten en todo a sus ideales.

Es posible que tengas que empezar a cambiar de mentalidad. Quizá debas ver a esos jóvenes de otra manera y buscar en ellos rasgos dignos de admiración; por ejemplo, el hecho de que se porten tan bien a pesar de las presiones y las dificultades con que se topan.

## **No tengas miedo de ensuciarte las manos**

¡No desistas! Pon manos a la obra, y no te preocupes si te las ensucias. Esto es algo así como la jardinería: uno no puede hacer nada en un jardín si no está dispuesto a llenarse las manos de tierra. Las plantas no medran ni crecen si el jardinero no está dispuesto a hacer algo más que mirarlas y regarlas. A veces es necesario trasplantarlas a otra maceta porque las raíces han crecido mucho, o porque la tierra de la maceta ha perdido nutrientes o se está enmohecendo.

Con los jóvenes pasa lo mismo: es posible que precisen la atención concentrada de alguien que no tenga miedo de ayudarlos a buscar la forma de resol-

ver sus problemas. A veces se enredan y no pueden desenmarañarse solos; les hace falta ayuda del jardinero. Está atenta a ellos del mismo modo que el jardinero examina las plantas para descubrir síntomas peligrosos como hojas que amarillean, que se manchan o se marchitan, tierra mohosa, o plantas mustias por falta de agua. Hay plantas que tienen que estar a la sombra, y otras que quieren sol. Las hay que necesitan mucho riego, y las hay que apenas si requieren agua. A algunas les hacen falta muchos cuidados y hay que rociarlas todos los días; otras, como los cactus, casi no necesitan nada.

Tu misión consiste en ser una jardinera diligente, afectuosa, preocupada de sus plantas, que no las pierde de vista y se esmera en atenderlas y cuidarlas. El jardinero averigua lo que puede hacer y se esfuerza por que sus plantas estén bien. Y como cualquier jardinero, después que hayas hecho todo lo que podías, deja lo demás en Mis manos.

**Procura ver a las personas tal como las ve Dios**

Yo paso por alto las faltas y las imperfecciones. Veo el corazón. Conozco el corazón de cada persona. Veo lo más profundo del alma y todo lo bueno. No busco lacras; no miro la carne, sino el espíritu. Yo he creado cada alma, cada espíritu. Todos proceden de Mí; cada uno es obra Mía, hechura de Mis manos. ¿No conozco Yo a cada uno íntimamente? ¿No conozco lo más recóndito de cada corazón, hasta la última fibra de una persona?

Pero tú no siempre percibes esa belleza oculta. No puedes saber con precisión lo que el otro alberga en su interior. Lo tienes que creer por fe. Lo que Yo conozco y veo claramente, el esplendor que percibo, tú lo tienes que aceptar por fe. Comprendo que es posible que haya un pila de escombros encima. Hay fallos y detalles que mejorar. Pero si miras a través del lente de la fe, si miras más allá de las apariencias, de los actos visibles y de las palabras audibles, comenzarás a ver a las personas tal como las veo Yo.

## RESOLUCIÓN DE CRISIS



**Estoy separada y tengo a mi cargo a mi hija adolescente. Ella está muy resentida por el fracaso de nuestro matrimonio; cada vez tiene más mal genio y se pone más irrespetuosa conmigo. Por mucho que lo intento, no conseguimos llevarnos bien. No sé qué hacer. Quiero hablar con ella, pero ¿qué le puedo decir?**

*Nota de los editores: La respuesta que recibió del Cielo la madre que planteó esta pregunta no solo se puede aplicar a las circunstancias que acaba de detallar, sino a cualquier situación en que un adolescente esté resentido con sus padres por el motivo que sea o en que haya habido una grave ruptura en la comunicación entre él y sus padres.*

### Ámala aunque se porte feo

Manifiéstale un amor incondicional. Interésate por ella y trátala con compasión. Quiérela a pesar de esos momentos en que se porta feo y adopta una actitud desagradable contigo.

Yo, Jesús, velo por ti y te ayudaré a salir de este atolladero. Te haré ver las cosas desde otro ángulo. Observas en ella falta de respeto y rechazo. Sin embargo, y a pesar de su obstinación, tu hija necesita tener la seguridad de que puede contar contigo cuando te necesite; no solo cuando a ti te resulte conveniente, sino incluso cuando más te cueste dedicarle tiempo y prestarle atención. Si ve que te sacrificas por ella una y otra vez, se dará cuenta de que tu interés por ella es sincero, de que no lo haces porque no tienes más remedio que aguantarla.

## Encuentros en territorio neutral

Procura salir con ella para hacer cosas juntas en territorio neutral. Busca actividades que se presten a una relación de simples amigas y evita las situaciones en que haya un forcejeo por llevar las riendas.

## Comenzar de nuevo

Para romper el hielo, siéntate con ella y háblale sinceramente. Dile: «Volvamos a empezar en nuestra relación. Yo tengo la obligación de velar por ti lo mejor que pueda. Eso incluye ayudarte a evitar lo que me parece que puede ser perjudicial para ti. Quiero facilitarte la vida al máximo, pero tiene que ser algo recíproco. Tenemos que ser capaces de llevarnos bien, de ayudarnos y apoyarnos más la una a la otra. Yo necesito tu compañía y tu ayuda, y tú también me necesitas. Así que si las dos aprendemos a ceder un poco para llegar a un compromiso y nos preocupamos la una por la otra, viviremos más contentas.

»Voy a procurar ser más como tú quieres y tener más en cuenta lo que te agrada. Trataré de amoldarme en la medida de lo posible a tus preferencias; pero no todo va a ser color de rosa. La vida está llena de situaciones conflictivas y retos. No todo sale como uno quiere. Eso ya lo sabes. Hay que aprender a apreciar lo bueno y seguir adelante a pesar de los contratiempos y malentendidos. Ninguna de las dos puede tenerlo todo como le gustaría. Es un toma y daca.

»Tal vez te parece que tengo yo toda la culpa de que la situación sea como es; pero en realidad no es así. He cometido cantidad de errores de los que estoy muy arrepentida. Sé que habría podido hacer mejor las cosas y habría podido ser mejor madre. Pero ten presente que yo también tengo mucho que aprender. Tú aguántame a mí, y yo te aguantaré a ti. En realidad

haré más que aguantarte: cuidaré de ti porque te quiero mucho y me preocupo por ti. Deseo lo mejor para ti. Quiero que sepas en todo momento que te amo mucho.

»Lamento que muchas veces no hayamos hablado abiertamente de las cosas tú y yo. Siento también que estés dolida y te disguste la situación; pero ese es el desafío que tenemos por delante. Es algo que tenemos que superar juntas. A pesar de nuestras dificultades y malentendidos, si queremos y estamos dispuestas a esforzarnos podemos salir adelante y vivir más felices.

»Sé muy bien que no siempre veo las cosas desde tu punto de vista; pero dame una oportunidad. Procura entender que siempre te amaré, pase lo que pase. Quiero que te sientas con libertad para sincerarte conmigo y contarme tu parecer. Y si te da la impresión de que me tomo las cosas muy a la tremenda y tengo que relajarme un poco, escíbeme una nota para explicármelo. Dime lo que piensas».

## Escucha aunque te duela

Luego escucha todo lo que te quiera contar, sin preocuparte por la forma en que se exprese ni por las palabras ofensivas que diga. Si te tomas el tiempo que sea necesario para averiguar sus sentimientos y pensamientos, comprenderás mejor sus inquietudes. A pesar de su actitud odiosa, en el fondo le interesa saber lo que piensas. Quiere que la ames, y quiere poder contar contigo. Tienes que estar dispuesta a compartir tu vida con ella sin considerarla una molestia y sin disgustarte a causa de las circunstancias, y seguir poniendo de tu parte, aunque te duela. Disfruta de la vida con ella, de una relación de madre e hija en que cada una ame a la otra y procure su bienestar.

## **Pásalo bien con ella**

No es necesario que te sientas en la obligación de esforzarte por granjearte su amor. Si amas, te amarán. Da, y se te dará. Aprende a pasarlo bien con ella, y ella contigo, y la vida se volverá más agradable. Sentirás satisfacción reservando ciertos ratos para estar con ella, para reírse juntas y soltarse la melena, ratos en que cada una le muestre a la otra que la ama y le gusta estar con ella.

Cada una necesita a la otra; no hay que tener miedo de reconocerlo. Eso afianzará la relación y ayudará tanto a la una como a la otra a salir adelante en los momentos difíciles. Anímla y dile lo mucho que la aprecias. Dile que te agrada su compañía, que lo pasas bien con ella. Sorpréndela de vez en cuando con algo divertido o con alguna muestra de afecto que le haga ver que te acuerdas de ella y quieres hacerla feliz. No se trata de comprar su cariño con regalos; simplemente muéstrale el tuyo con detalles.

## **A la larga todo tu esfuerzo se verá recompensado**

Los hijos jóvenes dan mucho trabajo. Hay que luchar mucho para ser fiel a ciertos principios y ayudarlos a andar por donde uno considera que deben ir. Con todo, cada esfuerzo tuyo, cada muestra de consideración, cada decisión acertada que tomes, dará fruto al final. Todavía no tienes claro el panorama, pero puedes tener la certeza de que si le brindas amor a tu hija, si tienes fe, si te pones a su disposición, si eres franca con ella, si te interesas por ella, si la corriges, la alientas y haces verdaderamente de madre para ella, todo eso se verá recompensado.

## Es como un diamante en bruto

He puesto en tus manos a alguien muy valioso, a una persona cuyo pleno potencial queda en ocasiones oculto por sus chiquilladas. Es como un diamante en bruto, como un tesoro enterrado a gran profundidad que con el tiempo, a base de cariño y trabajo minucioso, verá la luz.

Los hijos representan el futuro. El futuro depende de la formación que se les dé. Así pues, *sé* como quieres que lleguen a ser, *vive* ni más ni menos como quieres que vivan, y *trátalos* como quieres que traten a los demás. Y por encima de todo, hazles conocer Mi amor de maneras visibles y tangibles, que puedan sentir físicamente. Ni una pizca de amor caerá en saco roto. Así cumplirás el propósito por el que te puse donde estás; a saber, que transmitas Mi amor a esas personitas que te he encomendado. A cambio, Yo te mostraré amor a ti.

## ¡Ánimo!

No te inquietes por el día de mañana, que Yo proveeré cuanto te haga falta. Te ayudaré a sobrellevar las cargas y los problemas que te agobian, todo lo que te perturba e intranquiliza. Sabes que velo por ti, porque te he dado una hija preciosa para que veas, sientas y comprendas cuánto me preocupo por ti. Eres Mía, y no te abandonaré. Por muy incapaz que te consideres, Mi capacidad para ayudarte a salir adelante será siempre más que suficiente. El futuro está en tus manos, pues los hijos constituyen una parte muy importante del futuro de una persona.



## CONCLUSIÓN

Se requiere mucho amor y mucha ayuda de Dios para caminar por la vida, y por lo general más todavía para hacer frente a todas las exigencias a que están expuestos los padres de adolescentes. Tarde o temprano, la mayoría descubre que le faltan fuerzas o le falta amor. Al final del día, suelen sentirse con las pilas bastante descargadas. ¿Dónde pueden refugiarse un padre o una madre agotados para someterse a una recarga rápida, o una recarga total, o incluso a un cambio de pilas si es necesario?

Ahí es donde entra Dios en escena. Él nos creó, nos dio la vida y el ser. Él es la fuente de toda vida, de todo amor, de toda energía, es un torrente inagotable de fuerzas e inspiración. El secreto para ser padres verdaderamente eficaces es aprender a desconectarnos de nuestro deficiente paquete de pilas y conectarnos directamente a la corriente de Dios.

¡Conéctate a Dios ahora mismo! Es como una corriente que nunca se corta. Páralo todo, guarda silencio, relájate, respira hondo, despéjate la cabeza. Deja de lado por un momento tus preocupaciones e inquietudes. A continuación, apunta tu antena hacia Dios. Dirige hacia Él tus pensamientos y oraciones. Pide a Jesús que te ayude, que te dé luz, que llene de vida tu corazón, tus pensamientos y todo tu ser. Deja que te tome en Sus brazos y te asegure que siempre te amará y cuidará de ti.

¿Quieres tener un vínculo directo y personal con Dios que te permita obtener soluciones muy concretas para los problemas con que te topas? ¡Dios te ofrece

eso y muchísimo más! Empieza por aceptar a Su Hijo Jesucristo en tu corazón.

Jesús vino por amor, vivió con amor y murió por amor, y ahora quiere formar parte de tu vida. Te dará amor, paz y gozo, y será tu mejor amigo y compañero. Te ama tanto que expió tus pecados y murió en tu lugar para que tuvieras vida eterna. Todo lo que te pide es que lo recibas como Salvador.

La decisión está en tus manos. Aunque Su amor es todopoderoso, Él no entra en nuestra vida a la fuerza. Nos dice: «Mira que estoy a la puerta y llamo; si alguno escucha Mi voz y abre la puerta, Yo entraré a él y cenaré con él y él conmigo» (Apocalipsis 3:20, NC). Él llama suavemente a la puerta de tu corazón, y espera humilde, amorosa y pacientemente a que le abras y lo invites a entrar.

Si todavía no has aceptado a Jesús, lo puedes hacer ahora mismo con esta sencilla oración:

*Jesús, gracias por morir por mí. Perdóname todas las cosas malas que he hecho y dame vida eterna. Te invito a entrar en mi corazón. Amén.*

Si has orado sinceramente para recibir a Jesús, ten la seguridad de que Él te ha escuchado y respondido. «A todos los que lo recibieron, les concedió ser hijos de Dios: éstos son los que creen en Su nombre» (Juan 1:12, Edición Pastoral). ¡Felicitaciones! ¡Has dado el primer paso en una nueva y maravillosa vida de amor que nunca terminará!

Si quieres más información sobre Jesús y la Biblia o solicitar otras publicaciones de Aurora, como por ejemplo los demás títulos de la colección *Soluciones para padres*, escríbenos a:

Conéctate  
Apartado 11  
Monterrey, N.L.  
México, 64000  
(01-800) 714 47 90

Conéctate  
Casilla de correo 14.982  
Correo 21  
Santiago, Chile  
(09) 469 70 45

Conéctate  
Apartado Aéreo 85178  
Santafé de Bogotá D.C.  
Colombia



¿Un adolescente te ha cerrado la puerta?  
¿Deseas que te reabra los brazos y el corazón?  
¿La relación entre ambos  
atraviesa un período turbulento?  
¿Eso te desconcierta y te duele?



¿Quisieras contribuir a su satisfacción  
y alegría de vivir?

*Tengo un adolescente* aborda todas estas cuestiones.

¡Un libro de consejos prácticos y orientación divina  
para padres de adolescentes!

ISBN 3-03730-110-4

