**EL AMOR SOLUCIONA LOS PROBLEMAS DE LAS FAMILIAS**

***Algunas recomendaciones frente a problemáticas de los adolescentes***

**Yenny C. Monroy**

**Psicóloga e investigadora**

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

**¿Qué es ser padre?**

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

**¿Existe la paternidad perfecta?**

Está comprobado que las formas de ser padre o madre tienen que ver con las experiencias de crianza que cada quien ha vivido en su infancia[[1]](#footnote-1), los aprendizajes recibidos por medio del ser hijos e hijas, las costumbres, valores y métodos que fueron inculcados en cada familia, incluso, las experiencias desafortunadas en las que se vivenciaron maltratos y que implican en quienes las vivieron, posturas de total desacuerdo o repetición del método vivido, por ello, no es posible determinar la existencia de una forma perfecta de ser padres, es necesario dejar de lado la búsqueda de la perfección para enfocarse en lo que realmente importa: el aprender de cada vivencia y construirse junto a su hijo o hija valorándose como padre o madre y valorándole como hijo e hija; todos juntos constructores de vida.

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

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

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

 La palabra amor contiene una alta variedad de apreciaciones y símbolos, se refiere a lo mejor de la humanidad y el vínculo en común con lo divino y espiritual, todo acto que se encuentre orientado por el amor será legítimo y por esto resulta injusto juzgar a los padres y madres que cometen errores en la crianza de sus hijos, ya que incluso esos errores han tenido dosis amorosas hacia los hijos/as incluidas, no obstante, es necesario referirnos a este término como un método; más que un acto o palabra positiva, esto facilitará a los padres y madres sostener posturas y actos que eduquen y enseñen dejando a los hijos e hijas sensaciones de cuidado y no de agresión. A continuación las formas de amor[[2]](#footnote-2) que deben emplearse en la crianza de los hijos e hijas:

1. El amor pensado

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

1. El amor que se siente

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

El amor que se practica: la necesidad de los limites

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

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

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

**Recomendaciones para el manejo en casa del matoneo o bullyng**

Esta es una problemática de frecuencia considerable en los colegios o en los círculos sociales de los niños/as y jóvenes, por ello, es importante actuar de forma pertinente e inmediata ante ello ya que el matoneo tiene como base la desconfirmación del otro, es considerar que ese otro no merece respeto ni apreciación y por ello debe ser molestado, humillado y en el peor de los casos lesionado de forma merecida para el abusador o bully. El matoneo es un atentado a la autoestima y su efecto puede llegar a trascender durante toda la vida de quien ha sido víctima de tal abuso. Existen prototipos culturales para lo que debe y no debe ser; los medios de comunicación venden imaginarios de belleza, astucia y liderazgo que suelen ser el detonante del matoneo ya que si una persona no se encuentra en los estándares mostrando inclinaciones, aspectos físicos o posturas diferentes podría ser merecedora del castigo de sus pares, por no ser otro u otra igual.

Ideologías como el racismo, la homofobia y el machismo entre otras, suelen ser la razón de ser de muchos maltratos incluido el matoneo, por ello, es de gran importancia que los padres y madres ayuden a sus hijos e hijas a aceptar las diferencias de los otros siendo respetuosos y tolerantes y evitando inculcarles ideologías como las ya mencionadas y ayudándoles a valorar a las personas por lo que son y pueden hacer más que por su aspecto físico.

Las recomendaciones si su hijo/a se encuentra afrontando esta problemática son:

* Sea un observador de su hijo/a, es posible que no le diga en palabras que en su colegio le matonean pero siempre le dirá lo que ocurre por medio de señales no verbales como posturas contraídas con la cabeza baja, miradas bajas o tristes, no querer ir al colegio, no comportarse alegremente como solía hacerlo o mencionar que le molestan en el colegio.
* Inicie la apertura de diálogos de confianza sin señalar errores cometidos por su hijo/a que puedan haber desencadenado el matoneo, lo importante es que sienta que no se encuentra solo/a ante la situación.
* Ayúdele a su hijo/a a recordar lo mucho que importa para los suyos y lo mucho que vale como persona más allá de estereotipos o ideologías, dígale que cosas le gustan de él o ella y dele mucho afecto.
* No le incite a su hijo/a en la toma de venganzas por mano propia o contravenciones hacia quien le matonea, por el contrario, ayúdele a ser mejor ser humano y a perdonar, recuerde, los niños y jóvenes son el futuro y debemos enseñarles a cambiar la violencia por dialogo y perdón.
* Asista al colegio cuanto antes para poner en conocimiento la situación y mantenga seguimiento de la citación a los padres o acudientes del niño que ejerce como bully o matoneador.
* Una vez se desarrolle reunión con los padres del niño o niña que ha matoneado a su hijo/a asuma actitudes de conciliación y tolerancia evitando involucrarse en situaciones de conflicto que puedan dar mal ejemplo a su hijo/a.
* Continúe un dialogo cercano con el profesor/a o director/a de grupo de su hijo/a para determinar que la situación se haya superado.

**TALLER**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **NOMBRE** | **CUALIDADES** |
|  |  |
|  |  |

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

|  |
| --- |
| Nombre de evento: |
| ¿Qué día de la semana se puede hacer?: (es recomendable escoger el mismo día y momento en que estén todos disponibles a la semana para que todos los miembros de la familia incluyan poco a poco en sus rutinas el momento familiar)  |
| ¿Qué se necesita?: (realice una lista de cosas que pueden necesitarse, ejemplo: un mantel y un canasto para picnic, ingredientes de algo para preparar, un juego de mesa etc) |
| ¿Quién organizará el evento? (puede proponer que el evento sea organizado por turnos, esta semana la mamá, la otra el hijo o la hija, la otra papá o cualquier miembro de la familia) |

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

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

1. Barudy, Dantagnan (2010) [↑](#footnote-ref-1)
2. Linares (1996) [↑](#footnote-ref-2)