

## • **Cómo tratar a los adolescentes**

- James B. Stenson

### PRESENTACIÓN

Esta obra constituye, antes que nada, una reflexión dirigida a los padres sobre los principios en que basan su tarea como educadores y la coherencia de sus vidas con esos principios. No habla de pautas teóricas, sino que a través de las respuestas que los padres puedan dar a las preguntas comprometedoras de sus hijos adolescentes, baja al terreno práctico de los problemas de la vida diaria, con un fuerte sentido cristiano y un aplastante sentido común.

El estudio consta de dos partes. La primera se centra en las características de la adolescencia y hace hincapié en la necesaria formación de los padres para hacer frente a esa difícil etapa. La segunda esbozará una serie de preguntas acerca de los temas espinosos que suelen plantear los adolescentes (la hora de llegar a casa, las relaciones chico-chica, la moda, las drogas, etc.) y se extiende en las posibles respuestas de los padres.

James B. Stenson **pone el dedo en la llaga al señalar que los problemas propios de esa edad se resuelven antes de que llegue, y que los padres tienen mucho que ver en el buen o mal enfoque que los chicos den a sus vidas.** Por mi parte, me atrevería a afirmar al lector de estos Folletos que nunca es tarde para comenzar: precisamente la incapacidad de superar una situación difícil con los hijos ha llevado a muchos padres a plantearse un cambio serio en sus relaciones familiares y en el tipo de educación que pretenden para ellos.

El valor de estas páginas -es lo que me animó a traducirlas- está en dar un norte claro a todos esos padres que, por falta de experiencia o sencillamente por dejadez, se dan cuenta de que no están educando bien a sus hijos. Y también es de gran ayuda para reafirmar en sus principios a muchos otros que ven tambalear sus ideas ante las nuevas costumbres sociales que se van imponiendo bajo la bandera de la modernidad.

Stenson se dirige primordialmente a un público estadounidense. En los Estados Unidos, los padres tienen, sin duda, los mismos problemas que en España, tal vez agudizados por la influencia de una sociedad más consumista y permisiva que la nuestra. Si los consejos que da pueden resultar chocantes al lector español, más lo son para el americano. El autor ha tenido, sin embargo, la valentía de llamar al pan, pan, y al vino, vino. **La educación de los hijos es competencia exclusiva de los padres, y no caben componendas ni apocamientos por confusas que sean las costumbres establecidas.** Estoy seguro de que quien lea estos Folletos con ánimo de aprender no se sentirá defraudado.

Fernando Moreno Director del Colegio Irabia (Pamplona)

### UN PLAN A LARGO PLAZO

Esta páginas **se dirigen sobre todo a padres con hijos menores de doce años.** Esboza las características de la adolescencia y estudia las cuestiones más problemáticas que plantean los adolescentes cuando ponen en tela de juicio los valores de sus padres.

Esta aproximación al mundo del adolescente -un avance, vamos a decirlo así, de lo que serán *sus despistes*- suscita, como es natural, algunas preguntas. **¿Por qué comentar los**

**problemas de los adolescentes con padres cuyos hijos están todavía lejos de esa edad?** ¿Por qué y cómo deben esos padres sentir interés por este tema ahora, cuando están tan ocupados intentando sacar adelante una joven familia? La respuesta general a estas preguntas es así de clara: **porque es necesario.**

**Para los padres, el paso de los hijos por la adolescencia puede ser desgraciado o muy gratificante, dependiendo** (entre otras cosas) **de cómo se hayan preparado para ese momento.** Si los jóvenes padres ahondan en las cuestiones de la adolescencia, ahora, varios años antes de que llegue, podrán evitar más tarde problemas graves. De hecho, los últimos cursos de los chicos en el colegio pueden ser una de las más interesantes y satisfactorias etapas de su vida familiar.

¿Por qué digo esto? Me explico.

## **Pensar sobre el futuro de los hijos**

En primer lugar, la planificación a largo plazo es intrínsecamente necesaria para conseguir éxito como padres -pues con frecuencia descuidan sus responsabilidades-. **Muchos padres, quizá la mayoría, están tan embebidos por las tareas familiares diarias y semanales que apenas pueden pensar con detenimiento en el resultado final de su esfuerzo: es decir, qué tipo de carácter tendrán sus hijos cuando sean hombres y mujeres adultos. ¿Serán gente madura, segura de si misma, adultos responsables que vivirán de acuerdo con los principios cristianos? ¿Serán sus matrimonios estables, felices y permanentes?** (Si las estadísticas actuales son ciertas, cerca de la mitad de los jóvenes de hoy estarán divorciados cuando tengan treinta años.) **¿Afrontarán con éxito las amenazas de la adolescencia, conservando intactas la fe, el carácter y sus valores, o los perderán?** Éstas y otras preguntas similares pueden formar la base de una profunda reflexión para adoptar medidas *ahora*, de manera que los niños vayan haciéndose mayores por buen camino.

## **Principios morales claros**

En segundo lugar, **cuando alcanzan la adolescencia, muchos hijos rechazan a los padres que no están preparados para esta etapa. Todos los adolescentes son más o menos rebeldes.** Se enfrentan a los valores y a la autoridad de sus padres **como parte de su anhelo natural de independencia.** Quieren saber por qué ciertos **valores morales** son una obligación para ellos. **Necesitan saber por qué el limite entre el bien y el mal está donde está.** La simple respuesta que escucharon en su niñez -"porque lo decimos nosotros..."- ya no les sirve. Necesitan razones. Necesitan explicaciones seguras y razonables.

Aquí es donde muchos padres se sienten desorientados. **Los que no han reflexionado profundamente sobre las cuestiones morales,** o les han dedicado poco tiempo, **no saben cómo contestar a las preguntas de sus hijos adolescentes.** Como carecen de convicciones bien sopesadas, **su autoridad se tambalea,** son inconsistentes en sus posturas y están a la defensiva. Así, las relaciones entre padres e hijos se pueden deteriorar provocando distanciamientos emocionales, riñas o gritos, forcejeos para conseguir más libertad y un creciente sentido de impotencia de los padres, que tienen que hacer frente a este desafío.

**Es importante que los padres se den cuenta de que sus hijos necesitan una dirección moral clara en la adolescencia.** La mayoría de los retos que plantean los jóvenes son, en realidad, una estrategia para probar la consistencia de los valores de sus padres. En el fondo, la mayor parte de los chicos desean hacerse mayores y obrar correctamente; pero necesitan explicaciones claras, seguras, de por qué una cosa, y no otra, es la que está bien. **Al saberse muy poco seguros de sí mismos, son muy críticos con todo y con todos los de su alrededor.** Aunque sean reacios a admitirlo, necesitan y reclaman ardientemente -a veces

desesperadamente- una guía moral firme. Esta es la razón de estos Folletos. **Si los padres conocen por adelantado los retos que deberán afrontar, podrán prepararse para el futuro con un sentido realista.** En estas páginas esbozo algunas de las preguntas más corrientes que los adolescentes plantean a sus padres. Cada una recibe las contestaciones más adecuadas. Todas esas respuestas proceden de padres con experiencia -hombres y mujeres a quienes estas explicaciones han dado resultado al tratar con sus hijos adolescentes-.

### Intercambio de experiencias

Las respuestas aquí recogidas no son de ningún modo completas y exhaustivas. Lo fundamental es que los jóvenes padres saquen tiempo para pensar estas cuestiones, para hablar de ellas con detenimiento y -lo más importante- comentarlas con otros padres mayores, más experimentados y también con matrimonios de su misma edad. El debate de estos temas con los amigos, *con personas cuyo juicio es de fiar*, proporcionará muchos consejos prácticos y modos útiles de dirigirse más adelante a los chicos, cuando llegue la hora.

Este tipo de preparación a largo plazo ha sido de gran ayuda a muchos padres conocidos míos. Padres y madres que han meditado estos temas y los han comentado con otros encuentran también varias y considerables ventajas.

Por un lado, la confianza que tienen en su tarea se refuerza enormemente. Lejos de preocuparse demasiado por el futuro de sus hijos en los últimos años de colegio, desean con impaciencia formar su carácter y su conciencia en una de las etapas más interesantes de la vida. Aferrándose a la esperanza de que sus hijos serán más parecidos a adultos que a niños en la adolescencia, dan los primeros pasos para conseguirlo. En otras palabras, **considerar en términos positivos la adolescencia de los hijos afecta a la formación que se les da cuando son pequeños.** Hay una dirección más firme y constante en la educación de los chavales, en la que la adolescencia es la etapa final y la más formativa, incluso la más interesante y divertida.

También se nota en el modo de tratar a los hijos durante esa etapa. Cuando los muchachos buscan un guía en la adolescencia, sus padres están preparados: ofrecen respuestas claras y razonables que parecen muy meditadas, y se ve que las creen de verdad. Los padres pueden así ejercer un liderazgo moral tranquilo, articulado, equilibrado (justo) y seguro. No hay necesidad de adoptar actitudes emotivas o a la defensiva. Al contrario, los jóvenes pueden dirigirse a sus padres con confianza. Sus enseñanzas ecuanímes pueden formar la base de su propia vida moral como personas que se están haciendo mayores. La clara y firme conciencia moral en los padres, que los chicos respetarán, puede fortalecer la resistencia de los hijos ante los atractivos del materialismo y las malas influencias de sus compañeros. Lo que digo aquí es algo que funciona. Muchos padres han conseguido ponerlo en práctica con éxito.

### Cooperar con otros matrimonios

Hay que mencionar, por último, las ventajas de la cooperación entre padres. Cuando unos matrimonios se reúnen con otros para hablar sobre el futuro común de sus hijos, con frecuencia acaban siendo buenos amigos. Se ofrecen consejos experimentados y ánimo unos a otros; sugieren diferentes maneras de aproximarse al problema y dan objetividad a situaciones emocionales en potencia. Están también preparados para ayudarse mutuamente, cuando años después sus hijos entren a la par en la adolescencia.

Los padres necesitan de este tipo de ayuda exterior que los amigos íntimos pueden dar. Durante generaciones, podían confiar en otros miembros de la familia y en vecinos allegados para recibir ánimo comprensión y consejo. Los padres de ahora, aislados como están por lo general, tienen que buscar fuera de ese ámbito la ayuda necesaria para encontrar ese apoyo.

Además, cuando los hijos sean adolescentes mantendrán en el Colegio un contacto diario con docenas de enérgicos compañeros, cuya rebeldía y solidaridad les prestará la confianza, si no la agresividad, para adoptar una actitud desafiante en casa. Los padres necesitan, por tanto, de la ayuda de otros en sus mismas condiciones para contrarrestar esa postura. *Es preciso confiar en amigos que participen de los mismos valores y las mismas expectativas sobre el futuro de los hijos.*

En la educación de los chicos, parece inevitable que exista un cierto tipo de equilibrio. **Los padres que se preocupan poco de la educación de los hijos cuando son jóvenes, acaban pagándolo caro más tarde.** Las consecuencias se pagan antes o después pero acaban pagándose. Pero los que piensan y trabajan desde el principio sin desánimos consiguen al final satisfacción personal. El esfuerzo invertido durante la infancia y adolescencia de los hijos obtiene unos buenos dividendos como recompensa. Con el tiempo, los chicos llegan a ser hombres y mujeres seguros de sí mismos, responsables, que viven de acuerdo con los principios cristianos -incluso antes de llegar a los veinte años.

Otros padres lo han conseguido. Ustedes también pueden.

## REFLEXIONES SOBRE LA ADOLESCENCIA

### ¿Una etapa temible?

A continuación se recogen una serie de observaciones de carácter general sobre la adolescencia. Todas ellas derivan de mis veinte años de experiencia en la educación secundaria. Durante este tiempo he conocido a centenares de familias de clases y condiciones muy diversas, y he visto crecer a muchos chicos desde la niñez hasta ser jóvenes padres. En mi estudio he contado con la valiosa crítica de profesionales que trabajan con la juventud -maestros, tutores, psicólogos, directores espirituales -. Lo más valioso ha sido la experiencia compartida con padres que conscientes de la responsabilidad de su tarea, la han llevado a cabo con éxito: gente que ha tenido la dicha de ver madurar a sus hijos por el buen camino.

Lo que se dice a continuación de modo general no es un tratado prolijo y exhaustivo de psicología del adolescente y temas relativos a la familia. Sencillamente, he intentado sugerir ideas que conviene pensar, cuestiones para la reflexión y la conversación. Si ustedes, padres de jóvenes, desean profundizar en estos temas, pueden encontrar a otros padres experimentados con los que conversar. Esas personas son los *verdaderos expertos*. La historia personal de sus éxitos y fracasos es la ayuda más valiosa que ustedes pueden recibir.

En otras palabras, he intentado elaborar un marco de referencia que ayude a reflexionar a los padres jóvenes apuntando a un objetivo claro. De este modo, podrán tratar los temas entre ellos mismos y dirigirse después a otros padres con más experiencia con preguntas concretas y específicas.

Comencemos esta discusión con una nota de prudente y esperanzado optimismo.

**En nuestra sociedad prevalece el mito, ensalzado en innumerables libros “para padres”, de que la adolescencia es una experiencia traumática, horrorosa, que destroza emocionalmente tanto a los padres como a los hijos. Esto no tiene por qué ser -ni suele ser- así. En mi opinión, el mito proviene en buena manera de la experiencia personal negativa de muchos autores de esos libros y de gente con la que se relacionan; su propio permisivismo filosófico produce efectos nocivos en los chicos que tratan, y han generalizado esa experiencia disfuncional.**

Parece un hecho comprobado que la mayoría de las familias en la historia de Occidente -y

de las que ahora viven en otras latitudes -, no han tenido problemas graves en la educación de sus hijos durante la adolescencia. Al parecer, la solidez de la familia es muy importante para conseguir ese éxito. Pero, incluso en las sociedades occidentales modernas, en donde la tal solidaridad familiar ha sido vapuleada, innumerables padres están haciendo un estupendo trabajo con la educación de sus hijos.

## Cómo son los padres que triunfan

Mis colegas y yo hemos conocido a muchos de estos padres a lo largo de los años. Permítanme hacer una descripción de las características que les hacen destacar:

\* Los padres que tienen éxito en su tarea ***mantienen un ideal claro***, una idea bien enfocada, ***del cómo desean que sean sus hijos en la madurez: hombres y mujeres competentes, responsables, generosos, que vivan los principios cristianos sin tapujos ni ambages. Piensan en la personalidad que tendrán sus hijos y no tanto en sus futuras carreras.***

\* Con este objetivo, ***les enseñan a vivir con fortaleza y coherencia la responsabilidad a lo largo de la infancia y de la adolescencia.*** Su disciplina a partir de cumplir doce años es una continuación y un desarrollo esmerado de todo lo que les enseñaron antes. Saben cambiar de marcha, vamos a decirlo así, y apretar el acelerador, pero en lo esencial no se desvían del camino.

\* Invariablemente, ***son personas con convicciones morales definidas y que viven de acuerdo con ellas.*** Cuando, de vez en cuando, tienen que dar una lección a sus hijos (como hace cualquier padre), sencillamente explican de palabra lo que los chicos pueden ver por sí mismos en su estilo de vida. En otras palabras: ***hay coherencia entre sus principios y sus obras; enseñan, sobre todo, con el ejemplo.***

\* ***El padre adopta un papel destacado como mentor de sus hijos durante su adolescencia.*** Trabaja en coordinación con su mujer, no delega en ella "las cosas de los chicos". Es más, ejerce mayor influencia de la que tenía cuando eran más jóvenes.

\* ***Son conscientes de los muchos peligros morales que amenazan el bien de sus hijos -y, por tanto, su felicidad terrena y la eterna-, pero no los sobreprotegen ni son hostiles a la sociedad. Quieren que sean fuertes, no que estén "protegidos" -con suficiente entereza en su fuero interno y en su carácter para enfrentarse ellos mismos a estos desafíos-. A largo plazo, desean que sus hijos formen (o re-formen) su cultura y no que simplemente reaccionen en contra de ella; que crezcan y lleguen a ser auténticos hombres y mujeres antes de llegar a los veinte años.***

\* ***Al encauzar la vida de sus hijos, no permiten lo que les parece incorrecto.*** Tienen suficiente seguridad en sí mismos para oponerse a los desplantes y encontronazos con los chicos. ***Sienten con bastante acierto, que a los hijos hay que decirles que no si se espera que ellos lleguen a ser señores de sí mismos. Saben que los muchachos necesitan ayuda en medio de todos sus embrollos sentimentales para aprender a trazar la línea de separación entre el bien y el mal.*** Algunas veces ***los padres tienen que pisar fuerte para marcar con claridad dónde está esa línea.***

\* Mantienen una ***constante comunicación con sus hijos***, que ya se preocupaban por conseguir desde que los niños empezaban a andar. Los comprenden bien y, lo que es tal vez más importante, los hijos los comprenden a ellos. Conocen todo sobre la historia personal de sus padres, sus juicios y convicciones, sus errores y éxitos, sus esperanzadas expectativas sobre la familia. Los chicos saben que sus padres tienen confianza en su integridad y en la

entereza de su carácter -porque tienen confianza en sí mismos y en la Providencia amorosa de Dios-.

\* Con frecuencia, tratan a varios amigos íntimos que les animan y apoyan sus esfuerzos como padres. Por tanto, *no se sienten solos*. En cualquier caso, **tienen fuertes convicciones religiosas en las que confían. Muy a menudo reciben la ayuda de un director espiritual**, una persona que les enseña a poner la oración en el centro de su vida familiar. Sus hijos están, después de todo, en las manos de Dios. Los padres se ven a sí mismos como transmisores de la Voluntad de Dios para las jóvenes vidas de los que ha confiado a su cuidado.

Estas ideas esquemáticas son, como he dicho antes, tan sólo un boceto de los aspectos esenciales que se pueden destacar en esos padres que consiguen éxito en su tarea. Cada uno de ellos tiene sus peculiaridades -por su temperamento, su historia familiar, sus puntos de vista, las normas que hace vivir en casa, el modo de llevar la disciplina, etc.-. Independientemente de estas diferencias, sin embargo, todos parecen compartir cuatro elementos fundamentales: **1) una visión clara del porvenir que desean para sus hijos; 2) la determinación de conseguir que su ideal sea una realidad; 3) una entrega en favor de la felicidad de sus hijos el día de mañana (especialmente en sus futuros matrimonios), y 4) una confianza en la ayuda de Dios para vivir de acuerdo con las responsabilidades que implica esta entrega.**

Tenemos que ser realistas. Incluso los padres que saben desempeñar su función experimentan problemas, reveses y desengaños en el camino. La responsabilidad siempre nos pide que nos superemos, y esto significa trabajo constante. Pero vale la pena. A pesar de los pros y los contras, los padres que son responsables y tenaces consiguen salir adelante victoriosos.

## Rasgos de la adolescencia

Teniendo presentes estas consideraciones, dirijamos ahora la atención a la descripción de algunos rasgos típicos en los adolescentes, que acompañaremos con opiniones y consejos de padres con experiencia. Forman un marco de referencia muy útil para considerar las preguntas y respuestas que se incluyen en la siguiente sección de este estudio.

1. *Los adolescentes sienten una fuerte inclinación a afirmar su independencia respecto a los padres.* Esto es algo normal, natural e incluso necesario en su crecimiento. Antes o después hay que verlo así, tienen que llegar a ser independientes; **la edad entre los doce y los diecisiete años es el tiempo de preparación para ese gran paso.**

Cuando se produce una tensión aguda en las relaciones personales, se debe generalmente a que se niega o se ignora una verdad. En la sociedad occidental moderna, **las tiranteces entre los padres y los hijos adolescentes se originan en la falta de equilibrio entre la libertad (la independencia) y la responsabilidad.** Aunque las mentes y los cuerpos de los adolescentes son en esencia los de jóvenes adultos, **las costumbres sociales mantienen a los adolescentes en un estado de dependencia infantil en el hogar. Los jóvenes tienen acceso a las facultades propias de los adultos** -poder para engendrar hijos, para gastar considerables sumas de dinero, para ir y venir como les place (normalmente, con más libertad física de la que disfrutaban sus padres), para emplear mucho tiempo en actividades sin ningún control, para obtener y consumir alcohol y otros productos-. Aunque tienen a su alcance estas posibilidades propias de los adultos, **por lo general carecen de las correspondientes responsabilidades que recaen sobre las personas ya maduras.** La verdad que es central en la vida moral -que la libertad debe ser contrapesada por la responsabilidad -se descompensa. De aquí nacen las tensiones entre los padres y sus hijos adolescentes.

Por esta razón, **los padres deben hacer hincapié en que los chicos asuman**

**responsabilidad.** No es nada fácil. Pero tampoco es imposible. Por principio, la mayoría de los adolescentes quieren de verdad ser mayores, pero necesitan aprender lo que eso significa. **La vida no es un juego. La diversión no proporciona una profunda y verdadera felicidad. La victoria real en la vida se alcanza con el ejercicio responsable y consciente de la libertad.** Otras personas necesitan de nuestras fuerzas para cumplir las obligaciones de su existencia. Los adolescentes que aceptan esa responsabilidad llegan pronto a mayores; los que no, pueden continuar como adolescentes incluso después de superar los veinte años y hasta después. Pregunte a cualquier consejero matrimonial o especialista en la rehabilitación de drogadictos.

2. Alguien dijo en cierta ocasión que **vivir con un adolescente es como compartir tu hogar con una persona que sufre de una ligera locura pasajera.** No es del todo inexacto.

Las hormonas que circulan por el cuerpo en crecimiento de un adolescente son poderosas reactivos químicos. Como muchas otras sustancias bioquímicas, algunas veces producen efectos psicosomáticos secundarios, que provocan **fuertes cambios de temperamento** (del júbilo vertiginoso a la tristeza, y al revés) **y arrebatos de comportamiento semi-irracional. Los chicos de trece años se repliegan en sí mismos sin ningún aparente motivo.** Con quince años les gusta discutir por discutir, buscando sin piedad los errores de lógica. Los adolescentes exageran sus faltas y las de otros. En resumen su comportamiento es muchas veces impredecible y alocado.

La clave que hay que recordar es la siguiente: **no tomarlo nunca como algo personal.** Es difícil porque parecen «irracionales» y nosotros -adultos-, reaccionamos naturalmente con enfado o irritación ante la descortesía y la rudeza de modales. Pero es importante cultivar una perspectiva un tanto distante (sin llegar a parecer despreocupado de los hijos) y **permanecer tan tranquilo e impertérrito como sea posible,** capeando las provocaciones con paciencia y ecuanimidad. **Las discusiones a gritos no resuelven nada.** La falta de control emocional en los adolescentes (que, como hemos dicho, no es enteramente culpa suya) necesita de su dominio de la situación. A veces ayuda mucho recordar lo que ustedes pasaron cuando tenían quince años (si no lo recuerdan -e incluso si creen que lo recuerdan-, pregúntenles a sus propios padres).

En cualquier caso, intenten demostrar el mismo amor y la misma objetividad ante esas provocaciones enojosas que tendrían, por ejemplo, con una persona mayor excéntrica y despistada a la que quieren de verdad. Las reacciones químicas cerebrales son bastante parecidas. Antes o después, los procesos bioquímicos se estabilizan y se alcanza el equilibrio, como les ocurrió a ustedes: sus hijos volverán a comportarse de modo “racional”. **Mientras tanto, ellos necesitan un guía firme y comprensión cariñosa para conducirles a través del valle de sombras que están atravesando.**

3. **El rasgo dominante de los adolescentes es la incertidumbre, aunque a menudo se manifiesta como tozudez o resentimiento en lo referente a reglas o limitaciones.** En consecuencia, necesitan que ustedes y otros adultos responsables les den puntos de referencia que les proporcionen seguridad.

**Necesitan de su confianza y claridad de objetivos.** Aquí es donde muchos padres fallan, pues al faltarles convicciones bien articuladas, se muestran inseguros al hacer frente a los desafíos de sus hijos. Esas personas intentan compensar la situación ejerciendo el control por el control, o se retraen en el permisivismo, de modo que por su inseguridad hacen caso omiso de las inquietudes de los chicos. Yerran, por tanto, al querer proporcionar una *guía externa* a los muchachos que no tienen una *guía interna* propia. Así, los adolescentes pueden llegar a estar completamente fuera de control, y esto puede ser terrible, trágico incluso.

**Los chicos necesitan también que depositen su confianza en ellos.** Tienen que ver que ustedes están orgullosos de su entereza y seguros de que pronto llegarán a ser completamente maduros. Sobre este particular, **es muy bueno alabarles** -igual que cuando eran pequeños- **si se lo merecen en algún caso concreto.** La mayoría de los padres tienden a elogiar por el buen comportamiento en general, pero cuando hacen una corrección dejan claro qué es lo que está mal hecho. **Los chicos necesitan que se sea explícito con ellos en ambos campos, en la crítica constructiva y en la alabanza.**

Respecto a este punto hay que subrayar que *necesitan salir de sí mismos.* Los adolescentes son muy puntillosos en lo que se refiere a su aspecto físico; pasan horas enteras mirándose en el espejo y no están seguros de que les guste lo que reflejan. Quienes emplean tiempo preocupados de sí mismos (sean adultos o adolescentes) se vuelven melancólicos, como abatidos; exageran los problemas e ignoran las necesidades de cuantos están a su alrededor. Por este motivo, **el adolescente tiene que sentir que se le necesita. Eso estimula su autoestima y desarrolla su madurez de juicio. Arrimar el hombro** en el hogar, el trabajo voluntario en hospitales y dispensarios, la labor de asesoramiento a los que están retrasados en los estudios, la ayuda a los pobres..., todas estas actividades hacen más profundo el carácter de los jóvenes, les enseña a usar sus facultades para dar fortaleza y consuelo a otros. Los adolescentes **pueden también aprender que el servicio generoso satisface más que cualquier diversión.**

4. **En muchas familias con varios hijos, los padres se sienten tentados con frecuencia a tratarlos como si fueran de la misma edad,** o más bien como si tuvieran una edad media de la que variarán poco unos de otros. Así, los chicos mayores se suelen quejar de que se les trata como a los más pequeños. Hay una cierta razón en esta queja. **Puesto que los chicos mayores son, en efecto, mayores, y puesto que cargan sobre sí una mayor responsabilidad en la familia, deberían disfrutar de más libertad,** dentro de unos límites razonables. Podrían y deberían irse a la cama más tarde, por ejemplo, y disponer de más tiempo para estar con los amigos y un mayor grado de intimidad personal. **Si de verdad actúan con responsabilidad en casa, merecen en correspondencia esa mayor libertad.** El equilibrio derecho-libertad funciona en ambos sentidos. Es lo justo.

5. **Los jóvenes que han sido bien educados desde la infancia responden por lo general bien cuando se apela al sentido de justicia.** De todas las virtudes la idea de equidad (que los chavales llaman justicia) es la que se desarrolla antes y con más hondura. **Es una buena base para corregir cuando sea necesario,** y resulta incluso más efectivo que apelar a la autoridad: "No es justo que tengas a tu madre preocupada por retrasarte en llegar a casa y no telefonar." O: "No es justo que avergüences a nuestra familia en público por tu modo de vestir y tus modales desconsiderados. Sabemos que tienes el suficiente buen juicio para reconocerlo".

6. **Muchos padres hacen una certera distinción entre dos tipos de mentiras: unas se dicen de modo impulsivo, como autodefensa** (mentir es, sin más, la única defensa real que los niños tienen contra el poder de los adultos). **La otra mentira, mucho más grave, es la falsedad fría y deliberada;** es tapadera de la cobardía o de una seria maldad, y deshonra a quien la dice.

No es realista suponer que los adolescentes, sobre todo los más jóvenes, nunca mienten. **Algunos padres** tratan el problema del siguiente modo: **cuando sospechan que sus hijos están mintiendo,** les dicen: "Te doy media hora para que lo consideres en tu habitación. Después, **quiero que me digas la verdad bajo palabra de honor.** Sea lo que sea, **lo aceptaré como la verdad.** Pero recuerda, nuestra confianza en tu palabra, en tu integridad, está en juego. **Si admites que antes has dejado escapar una mentira, por supuesto que serás castigado. Pero sabremos que se puede confiar en tu palabra.** No se gana nada haciendo que perdamos nuestra confianza en tu honradez. **Una cosa es mentir por un**

**descuido, y otra es ser un mentiroso.** Así que medítalo...”

Naturalmente, esa táctica es más efectiva en la adolescencia si los padres la han puesto en práctica desde que los hijos eran pequeños. Una costumbre familiar como ésta tiene un inmenso valor.

Por cierto, uno de los efectos más corrosivos y destructores de la droga en los adolescentes es que transforma a los chicos en unos mentirosos. Los adolescentes con este tipo de problemas llegarán hasta donde sea preciso con tal de ocultar su delito. Ésta es otra razón por la que los padres deben cultivar en sus hijos, desde la misma infancia, el sentido del honor personal. La verdad siempre debe ir por delante.

**7. En torno a los quince y dieciséis años, los jóvenes necesitan lecturas serias.** Es llamativo ver la rapidez con que, en torno a los dieciséis años de edad, sus mentes crecen en capacidad de abstracción y en sensibilidad. Muestran interés y aptitud para el estudio en profundidad de difíciles problemas sociales y morales. Por tanto, deben leer periódicos, revistas de información general, biografías, historia, buena literatura. Muchas veces se sorprenden al ver que entienden y les gusta este tipo de lectura, sobre todo porque podía haberles parecido insustancial y aburrida tan sólo un par de años antes.

Hay dos consideraciones de gran ayuda a este respecto. Primero, **el tiempo dedicado a la televisión se debe reducir al mínimo.** Esto es, conviene seleccionar los programas con antelación y, después, hay que verlos con un cierto sentido crítico. Segundo, **los padres pueden aprovechar las comidas y otros momentos para animar la conversación sobre temas de carácter social y acontecimientos de actualidad.** Es bueno que participen especialmente los chicos mayores. Tengan presente, sin embargo, que a los adolescentes, les gusta discutir por discutir, de manera que algunas conversaciones pueden acabar en animados debates. No hay nada de malo en eso, e incluso puede ser algo bueno. Además, a veces los chicos pueden tener razón.

También aquí, si la familia mantiene con constancia esas costumbres (es decir, muy poca televisión y largas conversaciones de sobremesa) tendrán su mejor efecto cuando los hijos sean adolescentes. Comiencen cuando son pequeños y recogerán los frutos después. Otros padres así lo han comprobado una y otra vez.

Una última cuestión en relación con lo dicho: **la industria editorial ha publicado toneladas de libros insulsos para un público de niñas que todavía no han llegado a la pubertad,** y muchos de ellos gozan de gran acogida por su «realismo», «mostrando situaciones reales» que ocurren a chicas de doce años. Describen esas supuestas situaciones mezclando un moralismo sentimentaloides con una franca amoralidad en el tratamiento de los comportamientos sexuales. Son, de hecho, genuinos seriales para preadolescentes.

**Aparte de que estas publicaciones tienen un contenido ligeramente lascivo, en el mejor de los casos no representan más que una pérdida de tiempo.** Es una literatura narcisista. Las chicas de esta edad necesitan salir de sí mismas y leer historias de gente que es real y vive en el mundo. Necesitan una ventana abierta a la vida, no un espejo (**los padres con experiencia e inteligencia práctica examinan con juicio el contenido moral de los libros para preadolescentes publicados en los últimos veinticinco años antes de permitir que sus hijos los lean**).

Si los padres conocen a algunos profesores con experiencia que compartan sus valores (y deberían tomarse la molestia de buscarlos), podrán pedirles recomendaciones personales sobre lecturas. Los padres no tienen por qué leer a la vez que sus hijos; además, la mayoría no

dispone de tiempo para hacerlo. Pero **los chicos pueden comentar sus lecturas durante las comidas.**

En los dos últimos siglos, antes de que se inventara la televisión, este proceder era una costumbre familiar: uno leía un libro -a veces en voz alta para el resto de la familia- y después todos lo comentaban. Se aprendía mucho con ese proceder.

8. ***Un cuaderno o agenda personal es un regalo muy útil para un adolescente.*** Normalmente, necesitan una cumplidos los quince años. La deberían usar para anotar citas, señalar plazos y fijar objetivos a lo largo de un período: el buen uso del tiempo es, en definitiva, otra forma de autocontrol. Es un gran invento para acelerar la madurez de los jóvenes, pues así llegan a darse cuenta de que la negligencia o los errores serios pueden tener muy malas consecuencias. Un cuaderno-agenda personal ayuda poderosamente a clarificar esta realidad.

9. ***También es importante que los adolescentes distingan la diferencia entre tener popularidad y ser respetado; Los adolescentes ansían agradar, ser aceptados favorablemente por sus iguales.*** Sus emociones sobre este particular a menudo les ciegan, y no se dan cuenta de la importancia de ganarse el respeto de los demás y mantener el respeto de sí mismo.

Por tanto, ***los padres deberían preocuparse por enseñar*** algo fundamental en las relaciones interpersonales: ***la amistad se basa en el respeto mutuo, no en la diversión compartida. Hay una gran diferencia entre un amigote -un cómplice de la diversión -y un verdadero amigo.*** La apariencia de amistad sin el componente del respeto se llama *familiaridad*, y al final conduce al desprecio. Puede que haya alguien a quien le guste estar con nosotros porque les hacemos reír, pero eso no significa que nos estimen personalmente ni que nos respeten. ***No vale la pena perder el respeto a sí mismo para conseguir ser “popular”;*** tarde o temprano, los demás nos abandonarán y escogerán otras diversiones.

Personas de todas las edades, tanto adultos como adolescentes, sienten respeto por quienes demuestran tener un carácter recio. A veces cuesta pero vale la pena esforzarse por conseguirlo. Ése respeto dará paso a una gran estima, de modo que nos querrán por lo que somos. Eso es mucho más importante que sencillamente ..agradar» a los demás.

10. ***Las conversaciones sobre moral sexual deben tratar, entre otras cosas, de la preparación para el matrimonio.*** Tener una cita con una chica no es sólo una actividad social. En el fondo, es la disposición, a largo plazo, para una vida matrimonial estable y feliz. Tener amigos del sexo opuesto facilita conocer las diferencias psicológicas y de temperamento entre el hombre y la mujer. Resulta interesante y hasta fascinante, estudiar la riqueza y variedad de las personalidades de la gente. Este aprendizaje posibilita formar con el tiempo un buen juicio crítico en el trato con las personas de ambos sexos, lo que es crucial, a su vez, para el noviazgo y la elección definitiva del futuro cónyuge.

***Es muy conveniente que los chicos se den cuenta de que los años de la adolescencia son para cultivar la amistad, no para tener un largo romance.*** Los jóvenes pueden enamorarse y desenamorarse con facilidad. Eso, en sí mismo, es inofensivo. Pero mantener una compañía constante y exclusiva con una persona atractiva puede conducir y conduce, a graves problemas. No hablo en teoría. Es un hecho.

Además, en algún momento ***hay que enseñar a chicos y chicas la necesidad de saber ser comedidos y guardar el honor personal. Las chicas no suelen ser conscientes, por ejemplo, de cómo la inmodestia en el vestido y la intimidad en el contacto puede avivar las pasiones de los chicos. Sin malicia por su parte, tan sólo por buscar tiernas situaciones románticas, pueden originar graves problemas morales en muchachos de su***

**edad.** Por tanto, hay que advertir a las chicas del peligro de llegar a ese punto en que se inflaman las pasiones de los jóvenes, como algo que forma parte de su naturaleza y que constituye una diferencia de temperamento importante entre ambos sexos, con la que no se puede jugar.

**Los chicos**, por su parte, **necesitan que se apele a su varonil sentido del honor.** Puesto que normalmente se sienten atraídos más que nada por el aspecto externo de las jóvenes (un error del que sólo se darán cuenta más tarde), piensan que a ellas se las conquista con una buena apariencia física, estilo Hollywood. Deben saber que las chicas tienden a impresionarse más por la personalidad. Las chicas buscan a un hombre que sea a la vez considerado y de ideas firmes, amable y con control de sí mismo: alguien que cuide de su futura familia y sea lo suficientemente fuerte para darle lo que necesita.

**Los jóvenes, en los últimos años de adolescencia, son receptivos a la conversación sobre su porvenir como esposo y padres.** Este tipo de charla les ayuda a salir del torbellino social de citas con chicas y bailes y les hace considerar seriamente un futuro no lejano. Además, una conversación así -sea el padre o la madre quien hable con su hijo- es una excelente forma de hablar de las cuestiones morales relativas al trato con chicas: respeto, dominio de sí, protección, sentido del honor... que se deben tener presentes al quedar para salir juntos. Por anticuado que pueda parecer, a los chicos les gusta verse a sí mismos como caballeros que protegen y cuidan a las muchachas de su edad.

**“Señora” y “caballero”.** Éstos son los conceptos que ahora tratamos. Estos términos no se usan mucho hoy día, quizá por la pérdida generalizada del respeto a uno mismo y a los demás que se produce en nuestra sociedad y porque la moderación personal está peor considerada.

**Pensar en sus hijos pequeños como en futuras señoras y caballeros es un marco de referencia que ayuda en su educación.** Hay ciertamente una conexión entre los buenos modales en la infancia (“por favor” y “gracias”) y la castidad en la adolescencia. **El respeto y el dominio personal no se pueden enseñar de un día para otro cuando los chicos llegan a los trece años.**

11. **Una de las ventajas de prepararse antes de que los hijos lleguen a la adolescencia** --sobre todo, pidiendo opinión a padres «veteranos»-- **es que consiguen la capacidad de formular normas claras y sensatas.** Los adolescentes, como todos nosotros, necesitan saber qué se espera de ellos. Más en concreto, **deben saber, antes de que ocurran, que consecuencias derivarán de su desobediencia o de su negligencia irreflexiva.** El planteamiento de las normas tiene gran utilidad en el trato con los adolescentes. Cortar de raíz las discusiones acaloradas. Elimina los malentendidos (fuente corriente de fricciones familiares) y refuerza en los hijos su sentido de responsabilidad.

Tengan en cuenta que los adolescentes se suelen mover en un entorno social que favorece la irresponsabilidad. Son libres de ejercer sus facultades y de elegir entre diversas posibilidades sin preocuparse demasiado de las consecuencias. Puesto que la sociedad trata a los adolescentes más como a niños grandes que como a jóvenes adultos, son otros (los padres, los contribuyentes) los que normalmente acaban pagando sus errores y negligencias.

Esta postura es, por supuesto, poco realista. La vida de los adultos no suele funcionar así. La gente mayor puede tomar decisiones libres, pero luego deben atenerse a las consecuencias, sean buenas o malas. La adolescencia es la etapa de la vida en la que hay que familiarizarse con esta realidad.

Por tanto, **cualquier serie de normas debe estar acompañada por una explicación clara**

**de lo que ocurrirá si no se cumplen. La posibilidad del castigo aparece de este modo como un hecho insoslayable, no como una amenaza teórica.** Así, si un adolescente opta por desobedecer la norma, también está eligiendo libremente la consecuencia prometida.

Del mismo modo, si -por ejemplo- un hijo adolescente regresa a casa después de la hora establecida, los padres deben hablar con él al día siguiente (las discusiones acaloradas a altas horas de la noche son, por lo general, nefastas e inútiles: es mejor esperar a comentar estas faltas, siempre que sea posible, hasta que los temperamentos estén calmados). Los padres pueden entonces llamar a sus hijos para decirles: "¿Entendiste, verdad, por qué te insistimos en que volvieras a casa antes de las once?.. ¿Y también entendiste que, si llegabas más tarde, no volverías a salir por la noche en un mes?.. Muy bien, vamos a seguir lo planeado."

**Está claro que a los adolescentes no les agrada el castigo; a nadie le gusta afrontar las consecuencias desagradables de sus obras. Pero una vez que los ánimos se han asentado, tienen que admitir que eso es lo justo. Recuerden que el sentido de la justicia es muy importante para los adolescentes. Lo que les humilla es la arbitrariedad, la incoherencia y la excesiva severidad de los castigos que se imponen acaloradamente sin ninguna reflexión.** Además, las discusiones sobre el castigo que se va a poner distraen la atención de lo que es más importante: la norma en sí misma y las razones por las que hay que cumplirla. Los adolescentes pueden tener una cierta razón cuando guardan rencor por un castigo inesperado y desproporcionado, y su enfado suele empañar la pretendida lección.

En consecuencia, se mire del modo que se mire, **es esencial estipular con cuidado las normas básicas de la vida familiar**, no sólo para que los hijos crezcan en responsabilidad, sino también para la misma armonía de la familia. En esto, como en tantos otros temas, el consejo de padres experimentados no tiene precio.

**12. La familia o el adolescente de conducta inmaculada no existen.** Hasta en la mejor de las familias las cosas se tuercen de vez en cuando. Todos recordamos las meteduras de pata que cometimos, esos errores que nos violentan sólo por la vergüenza que da el recordarlos. Tengan esto en cuenta cuando traten con sus hijos adolescentes.

**Incluso el joven que ha recibido una meticulosa formación puede cometer a veces estúpidos errores, casi siempre por equivocación, no por mala voluntad. Las presiones sociales en los adolescentes de nuestros días son enormes, y una resistencia sostenida y sin mella es casi heroica.** A ustedes les gustaría que sus hijos fueran perfectos, pero no esperen que sea así.

**Un descuido ocasional, por tanto, no es motivo de desesperación.** Si su hijo vuelve a casa borracho por la noche después de una fiesta, o si su hija prueba una vez marihuana con un grupo de amigos, el mundo no se acaba ahí. **Por supuesto que ustedes deben actuar con rapidez y decisión para darles una severa lección, pero no asuman que su hijo está ya abocado a la ruina. A veces, los chicos pueden aprender mucho de errores aislados.**

Tanto en la adolescencia como en la infancia, **sus hijos necesitan ver que ustedes distinguen entre lo que es su comportamiento y lo que son ellos mismos. Sus padres los quieren sin condiciones, pase lo que pase. Los quieren tanto que se proponen corregir sus faltas y así forjar su carácter. Ustedes "odian el pecado, pero aman al pecador",** como manda la Sagrada Escritura. Les quieren demasiado como para permitir que sus faltas se conviertan en algo habitual.

Por esa razón, **decir a los hijos que uno se siente defraudado es mucho más efectivo que la explosión de violencia:** "Estamos dolidos porque nos has fallado otra vez, pero confiamos en que no cometerás el mismo error dos veces". Este modo de hablarles recalca su

amor por ellos y su gran deseo de que tengan más madurez. Muestra que el sentido de la disciplina deriva de su amor.

13. Por último, **conviene comenzar cuando son pequeños**. Si les preguntaran a padres experimentados (como tuve que hacer) qué es lo que habrían hecho de otro modo si pudieran educar a sus hijos otra vez durante la adolescencia, la mayoría les respondería: “Habríamos comenzado antes, cuando los chicos eran pequeños.”

**Mucho antes de la adolescencia, los hijos tienen que adquirir las virtudes que contribuyen a lograr la entereza de su carácter la fe, la esperanza, la caridad la prudencia, la justicia, la fortaleza, la templanza** (las cuatro últimas, “virtudes cardinales”, se podrían llamar hoy con diferentes nombres: recto juicio, sentido de la responsabilidad firme perseverancia y autodominio). **A los hijos no les es posible comenzar a adquirir, con trece años, la rectitud de juicio y el dominio de sí mismos**. Los años de la adolescencia son un tiempo para el desarrollo en madurez y finura de esas facultades, no para poner los cimientos partiendo de cero.

Por tanto: ¿quieren que sus hijos ..digan que no.. a la droga cuando lleguen a la adolescencia? Entonces no los consientan con chucherías, buenas pagas y afición a comprar cosas. ¿Quieren que traten al otro sexo con respeto? Pues insístanles, ahora, que tienen que demostrar respeto y buenas maneras a todo el mundo, empezando por sus padres y hermanos. ¿Quieren que más tarde sean responsables? Procuren que lo sean hoy -responsables para hacer sus tareas, del orden en su habitación, del cumplimiento en el momento previsto de sus encargos en casa-. ¿Quieren que, finalmente, vivan un matrimonio estable y permanente? Enséñenles a ser generosos, a negarse a sí mismos y la importancia de guardar los mandamientos.

Y así podríamos continuar. Todo desarrollo moral es un proceso que parte del egoísmo infantil y acaba en vivir con generosidad las responsabilidades personales. **Los vicios de la infancia (el afán terco de buscar la propia satisfacción) a veces se eclipsan a los ojos de los padres por lo majos que parecen los pequeños. Pero si no se atajan en la primera juventud, esas faltas se vuelven monstruosas en la adolescencia**. Padres indulgentes, bien intencionados, se han despertado bruscamente sorprendidos al ver que sus hijos adolescentes se descontrolaban. Esto es algo que ocurre todos los días.

Ustedes se darán cuenta, como muchos padres lo han hecho, de que el estudio de lo que se espera conseguir más tarde conduce indefectiblemente a efectuar ahora los cambios que sean precisos. Considérense dichosos de haber sido advertidos con tiempo. **Sólo contamos con una oportunidad para educar bien a los hijos**. Muchos padres darían todo por encontrarse en su situación: poder dejar claras las cosas desde el principio, cuando los hijos todavía se muestran receptivos a la formación.

Así que estén agradecidos por disponer aún de esta oportunidad con sus hijos. Preocúpense por ellos, pero no se agobien. **El miedo es mala base para la educación de los hijos**. Sus hijos adolescentes y los más pequeños necesitan ver que ustedes tienen confianza en sí mismos y que son muy felices. Necesitan ver en ustedes un modelo de personas que enjuician las cosas según sus principios y que encaran con buen humor los desafíos de la vida. Con la ayuda de Dios, su propio sentido común y el consejo de buenos amigos, lo pueden conseguir.

Para sus hijos adolescentes, ustedes podrán estar entonces -como San Pedro pedía a los primeros cristianos- “...siempre dispuestos a dar razón de vuestra esperanza a todo el que os la pida” (1 Pet 3, 15).

**James B. Stenson**

James B. Stenson es Master en Historia por la Universidad de Georgetown (1975) y Bachelor en Biología por el Boston College (1965). Ha sido redactor-jefe de Science Books Quaterly publicada por la Asociación Americana para el Progreso de la Ciencia, editores de la revista Science. Asesor de la Compañía Arthur D. Uttle. Profesor de Inglés e Historia en The Heights School (Washington, DC). Fundador y director de Northridge Preparatory School (Chicago, IL). Consultor de la Comisión Nacional para el apoyo de las Humanidades (Washington, DC). Ha pronunciado distintas conferencias sobre temas educativos en Boston, Washington, Chicago y Milwaukee.

---