

El momento que nos ha tocado vivir a los padres no es ni mejor ni peor que otros segmentos de la historia, es el que tenemos y eso le hace sencillamente apasionante

*Edufamilia.com*

*□ Todos mis amigos tienen móvil, así que por mi cumpleaños mis padres me regalaron uno. Pensé que así me sentiría más aceptada en el grupo, pero no ha sido así. Ellos se pasan el día mandándose mensajes y hablando por el Messenger de temas que no me entero ¿Por qué me dan de lado?□*

Laura, 14 años.

Si hay algo que importe a nuestros adolescentes son sus amigos.

Los amigos ahora son lo primero, antes que la familia y los estudios, se pasan el día con ellos y siguen en casa por teléfono, móvil, chats, internet Hay que tener claro que para que un chico se desarrolle con normalidad tiene que tener amigos. Es una realidad que los padres debemos aceptar, sin sentirnos desplazados. Si hasta ahora la imagen que tenían de ellos mismos era la que veían por nuestros ojos, **ahora les importa muy mucho lo que piensen sus amigos de ellos. Es decir que su autoestima depende en gran medida de la aceptación que tenga en el grupo de amigos.** Por supuesto, lo peor que les puede pasar es no tener amigos o sentirse excluido del grupo. Como le sucede a Laura.

**Conocer a nuestros hijos nos ayudará a quererlos mejor.**

Sabemos que en la adolescencia el cuerpo sufre una serie de cambios. Las hormonas provocan además de estos cambios físicos, continuos cambios de humor, que les hace **emocionalmente inestables**.

Al ver que su cuerpo crece se sienten mayores, por lo que tienen que demostrarlo a toda costa **buscando tener una identidad personal**.

**Necesitan sentirse libres y autónomos**. La idea de romper normas, ser trasgresor, les hace sentirse libres. Para ellos, una de las principales características de un adulto es **que hace lo que le da la gana, sin dar explicaciones a nadie**. Por lo menos eso piensan ellos

### Ojo

El momento que nos ha tocado vivir no es ni mejor ni peor que otros segmentos de la historia, es el que tenemos y eso le hace sencillamente apasionante.

Pero no podemos olvidar que España se consolida como el segundo país de la Unión Europea en consumo de cocaína, que la edad de iniciación sexual baja sin parar con todas sus consecuencias, los delitos cometidos por hijos de familias de clase media se duplican en este último año a la vez que el porro y las drogas de síntesis están a mano de cualquiera, entre otras realidades.

Si a todo lo anterior unimos las características propias de un adolescente y que es capaz de **hacer lo que sea para ser aceptado dentro del grupo**, los resultados son por todos conocidos. No podemos tener a nuestros hijos encerrados en una jaula, aunque sea de oro. Somos hijos de nuestro tiempo. Los padres tenemos que dar a nuestros hijos las herramientas necesarias para desenvolverse en la sociedad que nos ha tocado vivir.

Por lo cual no podemos olvidar la influencia de los amigos en nuestros hijos. Una manifestación clara de esto es la estética que adoptan para ser más aceptados dentro del grupo. No olvidemos que la misma influencia ejerce el grupo en todo lo demás. **Según sean los amigos de nuestros hijos así serán ellos**. Si en los círculos entre los que se mueven nuestros hijos hay drogas, promiscuidad, fuman, beben, hacen novillos lo más probable es que antes o después nuestro hijo haga lo mismo.

Si en el grupo de amigos hay un clima sano, de preocupación de unos por otros **no**

olvidemos que estamos en una etapa donde empiezan a despertar los grandes ideales, la solidaridad, la justicia social junto con la lealtad, el compañerismo, la adolescencia será una etapa maravillosa de enriquecimiento personal, donde nuestros hijos aprenderán a salir de sí mismos, tan necesario para ser adultos equilibrados y maduros.

**¿Cuál debe ser nuestra actitud?**

**Ante todo calma paciencia sentido común**

No olvidemos que nuestros hijos son [niños encerrados en cuerpos de hombres]. Realmente tras esa imagen de [chico duro] no hay más que un niño inseguro, que busca la firmeza que no tiene, en nosotros sus padres.

Está claro que si hasta ahora los hemos educado en una serie de valores, aunque aparentemente ellos renieguen, los tienen guardados en su [disco duro].

Sabemos que llega una edad en que solo quieren estar con sus amigos y la influencia tan grande que van a ejercer sobre ellos. **Es mejor prevenir que curar. Facilitemos, en la medida de nuestras posibilidades, que nuestros hijos tengan un buen círculo de amigos.**

**Algunas ideas**

Nosotros no podemos elegir sus amigos, pero **sí podemos elegir el entorno donde van a hacer amigos:** colegio, club, equipo deportivo Si fomentamos desde pequeños estos puntos, nos será más fácil adquirir el hábito para cuando sean adolescentes.

**Practicar un deporte** fomenta los lazos de amistad y favorece una vida sana, para así conseguir mejores marcas. Y por lógica, si tengo que levantarme a las 8 para entrenar, me viene peor salir hasta muy tarde.

**Traer los amigos a casa.** Esto puede ser engorroso. Cuando son pequeños parece que ha pasado por casa una estampida de búfalos, por muy encantadoras que sean sus mamás Y de adolescentes vacían las neveras, se encierran en los cuartos horas No olvidemos que dónde mejor que en casa. Esto no significa que en casa puedan hacer de todo, con tal de que no salgan

Así tendremos oportunidad de conocerlos, de **hablar con ellos y sus amigos**. Comprender su lenguaje, sin ridiculizarlos, aprendiendo a escuchar, evitando sermones, haciéndoles partícipes de nuestras preocupaciones, nuestras ilusiones, nuestros proyectos. El adolescente necesita de un referente adulto, y el más cercano somos nosotros, sus padres. Somos padres antes que amigos. Dicho por ellos mismos, no hay nada que moleste más y les desoriente que un padre que se [quiere hacer el joven o el guay]. Amigos podemos tener muchos, pero padres solo dos.

**Conocer sus gustos y los de sus amigos**. Os animo a hacer [trabajo de investigación], para conocer qué les gusta, qué música escuchan, qué revistas compran, en qué páginas de internet entran, qué ven en la televisión, cuáles son sus actores favoritos, sus conversaciones, a dónde van cuando salen Solo así podremos estar en su [onda].

Si conocemos a los amigos desde pequeños, es fácil **conocer a los padres**, nuestros mejores aliados y compañeros de fatigas, en esta etapa apasionante de la adolescencia.

Queremos educar a nuestros hijos para que sean adultos con criterio, libres, capaces de elegir lo mejor para ellos y para la sociedad. No podemos desentendernos de ellos, no son adultos todavía.

Estas vacaciones de verano, son una magnífica oportunidad para poner en práctica estas ideas, con vuestros hijos adolescentes y mejor todavía si no lo son, para ir ganando terreno.

¡Quién ha dicho que ser padre sea una tarea sencilla! . Aunque estaréis conmigo en que es apasionante

**Ahora nuestro papel como educadores es más importante que nunca.**

Recuerdo con emoción la primera vez que mi hija montó en [bici], sin ruedecillas; cómo mi marido le daba ese último empujón para que fuera sola. Su cara de espanto fue pasando a una gran sonrisa al ver como su padre corría a su lado, acompañándola, hasta que por fin siguió sola, como una campeona

**En la adolescencia tenemos que dar ese último impulso, mientras los acompañamos de cerca. Sin nosotros se sienten perdidos.**

**Susana Moreu**

*Master en Orientación Familiar por la Universidad de Málaga*

*Directora de comunicación de INEFA  
Instituto de Estudios de la Familia (Granada)*