

DESARROLLO PSICOLÓGICO

(Escuela de padres. Tema 1)

Introducción

Para poder educar a nuestros hijos resulta muy útil conocer, en líneas generales, cuáles son las etapas por las que pasan durante su desarrollo hacia la edad adulta.

Cuando se habla de desarrollo psicológico se incluyen: el desarrollo cognitivo, afectivo, sexual y social. Para focalizar los aspectos más propios de una edad específica, hemos diferenciado las etapas de este desarrollo por tramos de edad:

- 0-2 años, la primera infancia.
- 2-5 años, la segunda infancia.
- 5-11 años, la tercera infancia (o niñez).
- 11-16 años, la primera adolescencia.

Hay que tener en cuenta que éstas etapas son indicativas y que muchas veces las características de una se solapan con las de otra.

En cada etapa veremos la importancia de la figura de los padres como personas que pueden facilitar el crecimiento de sus hijos y ayudarles a desarrollar su propio potencial.

0-2 años: "Yo y mis padres".

Durante sus primeros meses de vida, el bebé se abre a un mundo totalmente nuevo y por conocer: no solamente las cosas y las personas que le rodean son todo un descubrimiento, sino su propio cuerpo es una herramienta que todavía no conoce ni sabe controlar bien. El niño puede, por ejemplo, pegarse con la mano involuntariamente, a causa de la falta de coordinación y control sobre sus propios movimientos, o puede asustarse de su primer estornudo, ya que todavía está descubriendo los sonidos de su cuerpo y de su propia voz.

Tabla 1.- Esquema del desarrollo motor durante el primer año.

Tiempo	Partes del cuerpo	Movimientos
1-3 meses	Boca, ojos y oídos.	Succión, para tomar la leche, movimiento de los labios y lengua. Abre y cierra los párpados, sigue la luz. Sonrisa social. Se asusta con ruidos.
3-5 meses	Cuello, espalda, brazos.	Empieza a tener la cabeza recta y a rotarla en diferentes direcciones. Puede estar sentado, si se apoya en un cojín o en una mecedora. Puede agarrar pequeñas cosas usando toda la mano.
6-9 meses	Tórax, piernas, manos.	Puede estar sentado sin ayuda. Ahora las manos están libres para explorar todo el entorno: hay voluntad de coger y llevar los objetos a los ojos y a la boca. Empieza a tener preferencia por una de las dos manos.
9-12 meses	Pies, dedos, lengua.	Hay cada vez una mayor coordinación entre las partes del cuerpo. Empieza el movimiento: el niño se arrastra por el suelo, empieza a ponerse de rodillas, gatea (cada vez menos frecuente desde que duermen boca arriba) y finalmente empieza a levantarse. Utiliza los dedos, sobre todo el pulgar (haciendo la pinza) con mayor precisión, siendo capaz de coger cosas muy pequeñas, como una hormiguita, o de hacer rotar los objetos entre sus dedos, para estudiarlos mejor. Ya produce una buena variedad de sonidos.

En el primer año de vida la **figura materna** (que suele ser la madre, pero que puede ser también la abuela, la niñera o quién pase la mayor parte del tiempo con el niño) es la que tiene el papel fundamental en el desarrollo armónico del niño. El recién nacido considera a la madre como una prolongación de sí mismo, fuente de satisfacción de sus propios deseos y necesidades. La madre le proporciona ante todo nutrición física: pecho o biberón, lo importante es que lo coja en brazos con cariño mientras come, de forma que el niño perciba el contacto físico con ella como gratificante. La presencia constante de esta persona adulta, interviniendo positivamente cada vez que el niño encuentra una dificultad (está con sueño o tiene hambre o quiere que le cojan o que le cambien), ayudándole en la

superación de sus miedos y en el logro de sus objetivos, favorece que el niño desarrolle un sentimiento de seguridad. De esta forma, la madre integra con sus actos (suaves, amorosos y pacientes) las capacidades todavía muy limitadas de su hijo. La relación inicial que se crea entre madre e hijo es muy importante para el bebé, ya que servirá de "modelo" para otras relaciones futuras. A parte de la nutrición física, la figura materna proporciona alimento cognitivo para las actividades motoras, sensoriales y mentales del niño: cada vez que interacciona con él, cuando juega, lo coge en brazos, le enseña cosas, le canta, le deja explorar la cara y su pelo, le habla, le mueve los brazos o las manos, le proporciona objetos para jugar, le ayuda a cambiar posición, etc. La madre, sin tener a veces conciencia de ello, estimula y crea las condiciones favorables para la manipulación y la exploración del ambiente. Un indicador importante para saber si un niño es feliz, lo tenemos a partir de los dos o tres meses, cuando aparece la sonrisa ya no solamente como respuesta a una necesidad satisfecha, sino de forma relacional, como expresión de alegría en relación con un objeto externo, por ejemplo un rostro conocido que esté enfrente de él, se mueva, sonría o le hable.

Muchos padres desearían tener un "manual de instrucciones de uso" a la salida del hospital y de camino hacia casa con un pasajero nuevo más en el coche (por cierto, llevado en un cuco o silla homologada y no en brazos). La observación, la curiosidad y la paciencia, junto con el amor e interés hacia su hijo, nos indicarán muchas veces el camino a seguir.

El **padre**, físicamente presente desde el principio en la educación de su hijo, entra en el espacio psicológico del bebé de forma más lenta y progresiva. Esto quiere decir que su importancia aumentará en la medida en que él comparta las actividades ya descritas: satisfacer necesidades (también un hombre puede dar el biberón o cambiar y vestir al niño) y facilitar el desarrollo de su inteligencia sensitivo-motora, interactuando con él y favoreciendo la exploración del entorno. Durante los primeros meses, la boca es el órgano de satisfacción y de exploración más importante: debido al placer que le proporciona la comida y en general la succión, así como el gusto que siente al explorar todo lo que es nuevo llevándoselo a la boca, la parte que es más sensible al placer es la zona oral. En este período la forma de comunicación más importante es la no-verbal, que se realiza a través del tacto y del contacto visual.

Poco a poco, el niño adquiere conciencia de que sus padres son algo distinto de él. Además empieza a ser capaz de pensar en las cosas y en las personas que conoce sin estar ellas presentes (10-12 meses). Tal capacidad de "recordar" algo o alguien no físicamente presente, le permite empezar a asociar, de forma rudimentaria, los objetos con un nombre o sonido que les identifique: estamos a la puerta del lenguaje verbal y por lo tanto de otra forma de relacionarse con los otros y el mundo.

Tabla 2.- Desarrollo del lenguaje.

Edad	Denominación	Ejemplos
1-3 meses	"Ajos"	El niño hace prueba de sonidos con su propia voz: pueden ser simples letras, como la "g", "j" "k".
3-5 meses	entona	Empiezan la actividad de vocalización: el niño produce sonidos y se escucha a sí mismo.
6-9 meses	silabea	El niño repite sílabas fonéticas como "ba-ba" "ta-ta" o "ma-ma". Todavía son "pruebas" y no tienen siempre intencionalidad específica.
9-18 meses	palabra-frase	Una palabra describe una situación entera y puede decir varias cosas: "silla" puede significar "bájame de la silla" o "súbeme a la silla" o "quita la silla del medio" o "quiero esa silla" etc... Solamente quién está a su lado y entiende el contexto en el que se pronuncia esa palabra, puede interpretar correctamente la expresión del niño.
Más de 18 meses	lenguaje telegráfico	Ahora el niño utiliza más de una palabra: "silla ita" por ej. quiere decir "quita esa silla". Cada palabra indica una parte de la situación y el niño distingue entre sujeto y acción.
	frases complejas	Empieza la formulación de frases más complejas y uso "habitual" de la gramática (con "creaciones" incorrectas pero siguiendo la regla intuitivamente aprendida): "No cabo" o "no sabo" por no quepo o no sé.

2-5 años: "Yo y los otros niños".

El mundo se amplía y empieza a crecer cada vez más alrededor del niño. Su progresiva libertad de movimiento le permite explorar todo lo que le rodea de forma relativamente autónoma, ya que ahora puede andar, subirse a una silla, bajar escaleras, correr, dibujar, saltar,...

El niño domina muchas palabras y manifiesta su constante **curiosidad** por conocer los nombres de los objetos, su funcionamiento, preguntando sin parar el "¿Por qué?" de las cosas. Es la edad de las preguntas: "¿Por qué el cielo es azul?", "¿Por qué el agua moja?", "¿Por qué sale el sol?"... Muchas veces los adultos se sienten agotados frente a estos "asaltos de curiosidad".

Otras veces, simplemente no saben contestar o están cansados de justificar todo lo que dicen o piden al niño que haga. Entonces a veces utilizan su autoridad sin más: "¿Por qué tengo que comer?", "Porque lo digo yo", "Porque sí". Lo ideal sería argumentar nuestras respuestas de forma sencilla y comprensible pero también lógica, para que el niño se sienta satisfecho de la respuesta y sobre todo aprenda a dialogar.

Uno de los nuevos intereses que los niños manifiestan es relativo a las **diferencias sexuales** anatómicas. Niños y niñas descubren, por ejemplo veraneando en la playa, haciendo pis o jugando a médicos y enfermeras, que tienen órganos genitales diferentes. Este interés está motivado exclusivamente por curiosidad y no hay que temer que la exploración, propia o del otro sexo, tenga repercusiones en el desarrollo normal del niño. Desde un punto de vista educativo es importante saber que, una vez satisfecha esta curiosidad, los niños no suelen prestar mayor interés en el tema. Es durante este período cuando suele llegar la pregunta tan difícil para los padres: "¿Cómo nacen los niños?"

Afectivamente el niño empieza a relacionarse de forma significativa también con los hermanos y otras personas de la familia, ampliando su círculo afectivo primario. Cuando sus hermanos son de edades cercanas, entonces pueden ser buenos compañeros de juego. La creatividad se dispara, ya que todo puede "ser como" otra cosa: la silla puede ser un caballo, una niña con un pañuelo en la cabeza puede ser la abuela, un niño con un bastón se transforma en un domador de leones. La **actividad fantástica**, que el niño realiza a través de la fabulación o escuchando la lectura de un cuento antes de dormirse, contribuye al desarrollo de su pensamiento. Hay que tener en cuenta que a veces, la tendencia de los niños a "contar historias" está muy relacionada con este placer de inventar un cuento, y no tiene la intención de engañar o mentir a los padres. A veces simplemente confunden la "realidad" con la "fantasía". El niño es aún muy **egocéntrico**, es decir, se cree el centro del mundo: de esta forma, la realidad es como él la percibe o como, a veces, se la inventa. Por ejemplo, si alguien adulto usa gafas porque no ve bien, el niño se las quita y dice, "¡Claro que ves bien!" porque no diferencia entre la visión del "otro" y la suya. Si él ve, el otro tiene también que ver. El niño percibe el mundo a través de sus propios ojos. Todavía no es capaz de ponerse desde el punto de vista de los demás. Esta perspectiva se adquiere progresivamente durante el proceso de maduración cognitiva.

La guardería es un ambiente que suele facilitar la **socialización** con otros niños de la misma edad. Nuevas figuras de adultos significativos coordinan la convivencia de todos los niños según reglas comunes, y éstos aprenden las primeras normas sociales, como la de ponerse en la fila para subir al tobogán.

Un importante avance en la autonomía del niño se verifica cuando aprende a **controlar sus necesidades fisiológicas** de ir al baño. Este verdadero logro para el niño, debería de ser reforzado positivamente por los padres cuando se consigue. Sin embargo, no hay que regañarlo si el control de

orina se retrasa hasta los 6 años. Tampoco hay que regañar cuando hay "accidentes", por ejemplo cuando el niño está demasiado ocupado en jugar y "se le olvida", porque lo único que se consigue es un sentimiento de frustración y vergüenza por su incapacidad de controlarse; además le creamos inseguridad en relación con el ambiente. Simplemente hay que "recordarles" periódicamente si tienen necesidad de orinar, hasta que ellos sean capaces de darse cuenta y controlarse solos.

Durante estos años, empiezan los primeros **celos** en la familia, sobre todo si nace un hermanito pequeño, ya que el tiempo y las atenciones de los padres no son dedicadas exclusivamente hacia él como antes. La progresiva asunción de este cambio familiar contribuirá en forma positiva a la salida de su egocentrismo, en la medida en que perciba que sus padres siguen queriéndole y el hermano no le ha "sustituido" frente a ellos.

Algunos celos pueden manifestarse también hacia el progenitor de su mismo sexo, ya que a veces el niño puede percibirle como un "rival" en el amor del otro miembro de la pareja. La superación de este problema afectivo, llamado complejo de Edipo, se resuelve a través de una progresiva identificación de la niña con la madre (para que el padre la quiera) y del niño con el padre (para que la madre le quiera). Cada uno asume e interioriza un determinado rol sexual y social de niño o niña.

Ahora no solamente considera a los demás como "otros", sino que toma conciencia de su propia individualidad y de su diferencia con respecto a los demás: el "quiero" y sobre todo el "**No quiero**" son las palabras que más resuenan en la casa. Estas frases no tienen el sentido de provocar, ni tampoco de llevar siempre la contraria. Los niños necesitan decir "no" para ver que "pueden decir no", que pueden tener una voluntad independiente. La necesidad de definir el poder del "yo" hace que, además de expresar sus deseos, el niño marque lo que es su propiedad con el adjetivo posesivo "**mío**", aún cuando esto no corresponde a la realidad y quizás ese objeto del que quiere apoderarse sea de su hermano. No es egoísmo ni mal genio: su hijo está entrenando sus fuerzas para ver la capacidad que tiene de modificar el entorno según sus gustos, y también está buscando los **límites** a su voluntad, si es que existen. Aquí el papel de los padres es muy importante, dado que son ellos los que marcan esos límites, por lo menos hasta que no lo hagan el entorno físico y sobre todo el entorno social en el futuro. Los niños necesitan saber que su voluntad tiene unos límites. Por esta razón, por ejemplo, cuando aparecen las **rabietas** es importante que el adulto tenga clara la respuesta que quiere dar a su hijo. Firmeza no quiere decir autoritarismo. Los padres pueden decir que no, con tono seguro y tranquilo, aún cuando el niño se eche al suelo llorando como un desesperado (normalmente en un lugar público, como en el supermercado o en la calle, y también en casa cuando hay invitados), intentando por todos los medios que los padres cedan a su voluntad y le den lo que quiere. En estos casos, si queremos que esta conducta desaparezca del repertorio de sus comportamientos, lo mejor es ignorarle completamente. Entonces el niño entenderá que "no es ésta la forma" de pedir algo. Por lo contrario, si

nos sentimos condicionados por la presencia de otras personas, por lo que pensarán o dirán de nosotros, y damos al niño lo que pide a gritos para que se calle, estamos reforzando su conducta: es una forma de confirmarle que con este modo de actuar, al final obtiene el resultado buscado. Es importante que los padres tengan claros estos límites - y que no sea el niño el que los regule - ya que son necesarios para su buen y normal desarrollo. El intentar "desafiar" les confiere un sentido de iniciativa personal.

5-11 años: "Voy a la escuela: maestros y compañeros".

La entrada en la escuela marca un hito importante en la evolución del niño: que empiece a "sentirse grande". Toda su curiosidad y energías se centran en el aprendizaje, gracias a las habilidades de leer y escribir que adquiere. La vida es ahora como una **aventura**: su pensamiento se hace cada vez más flexible, capaz de poner en relación ideas y conceptos nuevos. El niño descubre el sentido del tiempo y la historia, la grandeza del espacio físico y la geografía; los números superan de mucho los dedos de las dos manos y las operaciones matemáticas le llevan progresivamente a la abstracción mental; su cuerpo responde como nunca, coordinando los movimientos necesarios en las varias actividades físicas que realiza; las actividades manuales se le dan de maravilla, ya que sus dedos tienen una precisión hasta entonces desconocida, y sus dibujos parecen "casi" una obra de arte. Son felices cuando los padres se asombran con él por sus descubrimientos o cuando se alegran de los trabajos realizados, reconociendo su esfuerzo por hacerlo bien.

El radio de acción del niño es cada vez más amplio: al ambiente familiar se añaden la escuela y el barrio. En la **escuela** el niño se encuentra inmerso en un contexto más estructurado con respecto a la guardería, con normas sociales necesarias para el aprendizaje de todos. El maestro, nueva figura de adulto significativo, es admirado por sus conocimientos, a veces temido por su autoridad (aunque no debería serlo, si la autoridad está bien entendida y utilizada) y otras muchas veces es imitado como modelo positivo. El niño suele compartir con los padres los sucesos de su quehacer diario, cuando éstos demuestran su interés en escucharles: "Papá, ¿sabías que...?". Es también la edad en que empiezan los acertijos: "Mamá, adivina: ¿qué hacen...?". Los padres a veces están ocupados, cansados por el trabajo o pueden tener preocupaciones. No obstante, sería conveniente que, aunque durante poco tiempo, les dedicaran atención exclusiva, para que así los niños sigan percibiendo que son importantes y queridos por ellos. Hay que tener en cuenta también que los niños tienen "antenas" y perciben mucho más de lo que los adultos podemos imaginar. Esto significa que en toda situación de dificultad, preocupación o conflicto se debería siempre intentar tranquilizar al niño, asegurándole que el afecto de ambos padres por él, sigue constante.

Conversar con ellos y escucharles significa ante todo **dialogar** y al mismo tiempo darles la oportunidad de ejercitar su capacidad narrativa: mientras los niños pequeños suelen contar un evento en forma de episodios sucesivos " ...y luego ocurrió esto,... y después esto otro, y luego... etc...", ahora se nota una labor de construcción lingüística mucho más estructurada, con frases complejas, palabras nuevas, entonación específica y una gran riqueza en los detalles descriptivos.

Aparte de la escuela, los niños necesitan poder seguir jugando. Es importante que los padres sigan dejando a sus hijos del verdadero "tiempo libre", para que puedan **jugar** con sus amigos o correr al aire libre, cuando esto sea posible. No toda actividad tiene que ser estructurada, ya que se puede sobrecargar al niño con exigencias de adultos: pretender que vaya a la escuela, practique un deporte, estudie un instrumento musical, se dedique a una actividad manual y prepare la clase del día siguiente, todo en una tarde, sería agobiante para cualquiera de nosotros. El objetivo principal de este período debería ser el ofrecerles alternativas, abrirles puertas para que vean lo que existe a su alrededor, descubrir posibles intereses y ensayar las propuestas que la vida diaria nos ofrece... pero con tranquilidad.

Las actividades lúdicas se hacen más complejas. Aparecen los juegos de equipo, que antes hubieran sido imposibles de plantear. Los niños de esta edad consideran a los otros niños, no solamente como compañeros de juego, sino como verdaderos colegas con quienes organizarse en equipo para ganar el partido. Los niños entienden y aprenden el significado de las reglas del juego: saben que deben ser respetadas para que el juego funcione y controlan que los demás las respeten. Aprenden a ponerse en el punto de vista de "los otros" para prevenir sus movimientos, defender su campo y organizar "estrategias de ataque"; sobre todo aprenden a colaborar con el resto de su equipo para mejorar las posibilidades de victoria. Todo esto es posible porque los niños de esta edad ya no son tan egocéntricos como los pequeños, sino que saben cambiar su perspectiva para imaginarse como otra persona puede ver el mundo y qué es lo que él haría "si estuviera en su lugar".

Los grupos suelen ser formados por niños del mismo sexo, ya que en este período no hay especial interés en el otro "bando". Durante este período de latencia, en el que casi no existen intereses de carácter sexual, toda la energía es concentrada en las actividades de aprendizaje y socialización ya descritas, hasta llegar a la adolescencia.

Tabla 3.- Desarrollo sexual (según S. Freud).

Tiempo	Estadio	Parte del cuerpo	Ejemplo
0-24 meses	Oral	Boca.	Succionar, chupar.
2-3 años	Anal	Esfínteres.	Control de las deposiciones.
3-5 años	Fálico	Presencia o ausencia del órgano masculino.	Complejo de Edipo. Identificación sexual y social con el progenitor del mismo sexo.
5-11 años	Latente	-	No interés específico para niños del otro sexo.
11 años en adelante	Genital	Genitales.	Interés sexual hacia pares del otro sexo.

11-16 años: "Yo, mis amigos y el mundo".

La adolescencia suele ser un período bastante temido por los padres, sobre todo por los importantes y rápidos cambios que se verifican en sus hijos.

¿Cómo hay que comportarse frente a esta **transformación**?

En realidad, la adolescencia es una etapa como otras, solamente que un poco más compleja, ya que abarca casi todos las facetas de la vida. Nuestros hijos van siendo cada vez más independientes, personalidades autónomas que quieren probar sus propias capacidades de ser personas independientes en este mundo. También nosotros la hemos pasado... Uno de los cambios más fáciles de percibir es el **crecimiento físico** que se produce, conocido como "estirón". A veces los cambios fisiológicos son tan rápidos que ni ellos mismos tienen tiempo de asumirlos.

El interés para los miembros del otro sexo se hace muy fuerte: atracción, curiosidad y verdaderos enamoramientos que a veces les descolocan. Estas pruebas de relaciones de pareja, que se dan sobre todo a partir de los 15-16 años, son muy importantes ya que ayudan a madurar una **identidad sexual** propia y definida. Esta capacidad de compartir la propia identidad e intimidad, son condiciones que favorecen una relación futura, emotivamente estable y humanamente constructiva.

A nivel de las estructuras mentales, el desarrollo del pensamiento permite la creación de **hipótesis** y el desarrollo de una lógica por **deducción**. Ahora

su cerebro tiene todas las herramientas necesarias para poder entender y participar a la creación de la cultura y del conocimiento humano. Es una experiencia estupenda, que les confiere un sentido muy grande de libertad mental. Las preguntas de carácter **moral** se vuelven muy importantes: todo lo cuestionan, porque quieren saber lo que realmente vale. Es importante que los padres conozcan esta necesidad que sus hijos tienen de verificar todo lo que les han enseñado: no quieren rechazar de entrada la educación recibida, sino que necesitan elegir personalmente si asumir, rechazar o modificar lo que hasta ahora han aceptado desde fuera sin mucha reflexión, como parte de su propia identidad. Una posición definida y relativamente estable será alcanzada solamente en la adolescencia tardía, ya a las puertas de la edad adulta. Muchos jóvenes suelen recuperar de forma autónoma y como resultado de una elección personal, muchas de las enseñanzas recibidas de sus padres.

El desafío más fascinante de la adolescencia es éste: la definición de una **identidad** propia, única, capaz de relacionarse con los otros de forma crítica y creativa. Con este objetivo, los chicos necesitan buscar respuestas fuera de su hogar y círculos tradicionales: hacen nuevas amistades, cultivan ciertas pasiones o intereses, hacen "pruebas" de identidad, cambiando de estilo de vestir, de tipo de peinado, de forma de andar por la calle... Los amigos y el grupo son muy importantes, ya que son los foros que les permiten realizar estas tentativas de exploración social, en busca de su lugar en este mundo. Normalmente cambian "muchas pieles", antes de encontrar la que mejor se ajusta a su manera de ser.

Éste es un período de transición irrenunciable para quien quiera llegar a ser una persona adulta y madura, capaz de hacer sus propias elecciones en la vida. Es ahora cuando muchos adolescentes empiezan a tener claro lo que les gustaría hacer de mayor y empiezan a asumir de manera gradual la **responsabilidad** de sus propias acciones.

La adolescencia es un banco de pruebas importante de las bases sobre las que se ha ido asentando la relación con los hijos a lo largo de su niñez: un clima de **diálogo** en la familia suele ser la mejor forma de solucionar conflictos que, muchas veces, no son más que incomprendimientos.

A pesar de que la comunicación sea una herramienta fundamental para una pacífica vida familiar, esto no garantiza - ni falta hace que lo haga - que en determinadas ocasiones haya claros enfrentamientos. Con este panorama, es ante todo importante que comprendamos una cosa: cuestionar a los padres no significa dejar de quererles. Cuestionar a los padres significa tomar distancia de lo que ellos representan: su niñez, su dependencia, su incapacidad para tomar decisiones por sí mismos. Significa buscar un camino propio, ensayando vías alternativas a las asumidas como únicas y correctas hasta entonces. Significa arriesgarse, asumiendo también que uno puede equivocarse. Es natural que todo esto nos genere cierta **angustia**: aunque confiemos en nuestros hijos, tenemos miedo por su inexperiencia en las cosas de la vida o por la gente con la que podría encontrarse. Tener

miedo es parte de esta ardua tarea de ser padres: tendremos que asumir que, a veces, hay que pasar miedo. Es verdad que existe la posibilidad de no dejarles salir: no dejarles salir del hogar, de nuestro control, de nuestra protección, de nuestros miedos. Habrá que ver si merece la pena, ya que el precio a pagar será alto: hacer de nuestros hijos unas personas inseguras, dependientes e incapaces de tomar decisiones en su propia vida o, por lo contrario, hacer que se escapen por completo de nuestro control.

¿Cómo comportarse entonces?

Existen diferentes **estilos educativos**, es decir, diferentes maneras de educar a los hijos. No existe una manera válida siempre y para todos, ya que cada uno de nosotros es único e irrepetible. Habrá que evaluar y adecuar nuestras pautas educativas conforme a la situación y personalidad específica con la que estamos en relación, en este caso, a nuestro hijo adolescente.

Nuestro objetivo fundamental sigue siendo el de crear las condiciones para que nuestro hijo madure, es decir, para que gradualmente y progresivamente vaya tomando decisiones sobre sí mismo, su vida presente y sus proyectos futuros. Será él quien, poco a poco, llegará a ser plenamente responsable de su vida y creador de su futuro.

Sin embargo, el camino hacia la libertad de ser plenamente uno mismo, no es del todo recto. Los adolescentes a veces tienen **conductas de riesgo**, es decir, comportamientos que pueden perjudicar su salud. Conducir de forma poco prudente, beber en exceso o tomar algunas pastillas en las fiestas, fumar o incluso probar drogas, son comportamientos cuya explicación no es sencilla ni unívoca. Razones de carácter social, la influencia del grupo, el carácter del individuo, la educación recibida y otras características pueden facilitar o alejar del chico de tales situaciones. Un rasgo psicológico común que tienen los adolescentes es el de tener una generalizada sensación de invulnerabilidad, que les hace minimizar los riesgos existentes en una determinada situación o comportamiento. En este sentido, el clásico papel de los padres, expresado en su famoso "ten cuidado...", sigue siendo el más adecuado. Aunque parezca que están cansados de oír siempre lo mismo cada vez que salen, en el fondo saben que sus padres piensan en ellos y son un poco insistentes porque en el fondo les desean lo mejor. Es importante que los hijos sigan percibiendo que pueden recurrir a sus padres en caso que tengan algún problema de difícil solución, tan solo para pedirles **consejo**.

Por otro lado, estos mismo adolescentes suelen tener un alto grado de **idealismo**: muchos valoran la amistad como un sentimiento casi sagrado y pueden establecer vínculos amistosos muy estrechos, otros buscan el amor de su vida y lo darían todo para él o ella; algunos desarrollan un profundo sentimiento religioso, otros se afilian a una determinada ideología política o social. El hecho común a todas estas experiencias es que se puede pensar, sentir y creer en algo de forma muy profunda y universal: se lo permite su pensamiento, así como su corazón.

La búsqueda de **modelos** es otro rasgo importante: el personaje ideal, muchas veces objeto de imitación, puede ser un futbolista o una modelo (visto lo que nuestra sociedad propone últimamente), un cantante o una bailarina. Es suficiente con entrar en la habitación de nuestros hijos y ver cuales son los pósteres colgados en la pared, para adivinar algunos de sus modelos actuales. Los modelos siempre proponen **valores**, sean estos transmitidos de forma directa o indirecta. Si queremos que nuestros hijos tomen en consideración la existencia de valores alternativos a los que están de moda, o que tan solo abran un poco su abanico de posibilidades morales, será importante proponer "modelos alternativos". En esta etapa más que nunca, las palabras no son suficientes: es necesario que las propuestas de los adultos sean coherentes con un modelo de vida. Desde siempre, pero ahora con mucho más fuerza, la coherencia entre hechos y palabras es la que marca la diferencia entre lo que merece la pena aceptar y lo que no.

Quizás nunca como en la adolescencia aprendemos que los hijos hay que "**dejarles ir**", poco a poco, pero irremediamente. Lo hemos hecho cuando han empezado a dar sus primeros pasos, cuando han aprendido a conducir su bicicleta y ahora nos lo piden psicológica y afectivamente. Esto no significa perderles, sino dejarles llegar a ser lo que pueden y quieren ser. Y para ello necesitan espacio, un espacio vital amplio, donde empezar a extender las alas y a volar. Educar, en el fondo, no significa otra cosa que hacer a las otras personas libres. Es curioso notar que la palabra "educar" significa "conducir afuera": hemos caminado con nuestros hijos de la mano hasta ahora; pronto estarán a la puerta de la edad adulta, listos para emprender su propio camino.

Este artículo ha sido elaborado por Margherita Brusa, pedagoga.
y Concha Bonet Luna, pediatra
y revisado por el equipo de la web de la AEPap