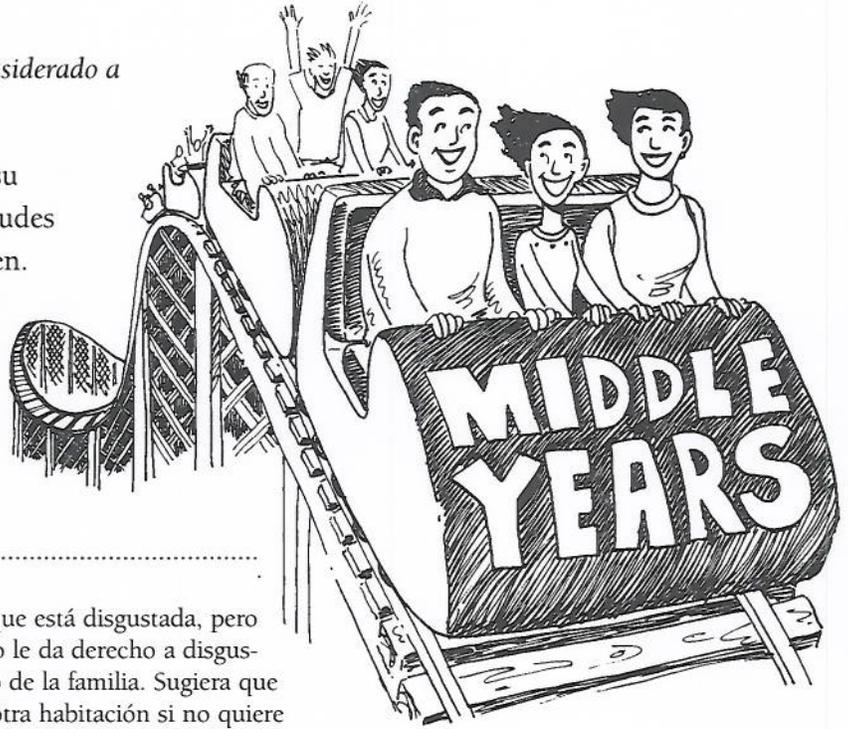


Cómo entender a su estudiante de la escuela media

“¡Qué tobogán! Mi hijo pasa de ser servicial y considerado a ponerse enfadado y terco en un instante”.

Los años medios están llenos de cambios. En su paso a la adolescencia los niños demuestran actitudes y reacciones nuevas que no se sabe de dónde salen. Aunque pueda parecer que su estudiante de la escuela media se porta mal, estas actitudes son en realidad parte de su crecimiento.

He aquí algunos comportamientos típicos de los estudiantes de la escuela media, y sugerencias para afrontarlos.



Melancólico

En un momento su hija quiere que la ayude con los deberes. Al momento siguiente quiere que la deje en paz.

Tal vez usted se pregunte qué sucede. Muy sencillo. Su estudiante de la escuela media se está haciendo adolescente. Los niños de esta edad tienden a ser melancólicos. De momento están contentos, pero en un minuto se enfadan. Estos cambios repentinos de humor no se predicen fácilmente y son incluso más difíciles de soportar.

Sugerencias: Lo mejor que los padres pueden hacer es ignorar tanto como puedan estos comportamientos. Los niveles de hormonas cambian constantemente y hacen imposible que su hija pueda controlar sus emociones.

¿Qué puede hacer? Recuerde que su humor no tiene nada que ver con usted, y trate de no tomarlo como una ofensa personal. Si no hace comentarios, lo probable es que se vaya igual que ha venido. Cuanta más atención preste, más durará.

Sin embargo, esto no da derecho a su hija a abusar de usted. Dígame que

entiende que está disgustada, pero que eso no le da derecho a disgustar al resto de la familia. Sugiera que se vaya a otra habitación si no quiere estar con gente. Cuando regrese, trate de olvidar lo sucedido. Probablemente ella lo ha olvidado también.

Retraído

¿Ha visto aparecer repentinamente en la puerta del cuarto de su hijo un cartel que dice “No pasar. ¡Tú tampoco!”?

Es natural que los niños de esta edad quieran más intimidad según van creciendo. Empiezan a verse como individuos que necesitan más espacio. Así mismo, cambios en sus cuerpos a causa de la pubertad hacen que marquen partes de la casa como si fueran suyas.



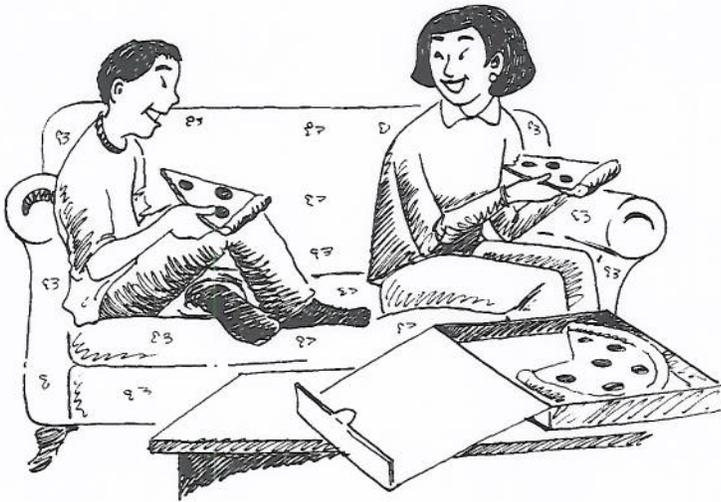
Sugerencias: La próxima vez que su hijo le grite “¡Déjame en paz!” y le cierre la puerta, hágale caso. Tal vez le esté diciendo “Esta habitación es mi terreno personal”. Tener un espacio privado puede hacer que se calme y se relaje.

Si no tienen normas como “Llamar antes de abrir una puerta cerrada”, considere establecerlas. Diga a su hijo que respeta su necesidad de intimidad y que espera que él se comporte de manera semejante con usted. Lo probable es que entienda su punto de vista.

Permitir que su hijo tenga intimidad no le da control absoluto de su habitación. Explíquelo lo que usted espera de él y de la habitación (ropa sucia en el cesto de la colada, suelos sin basura, etc.).

continúa

Middle Years



Cuando quiera hacer preguntas sobre la vida de su hija, intente parecer despreocupado. Si insiste demasiado, su hija se sentirá atacada, y puede responder a la defensiva.

Contestón

“¿Por qué tengo que hacer mis deberes para que me dejes hablar por teléfono? Me parece tonto”.

Si su hija siempre tiene la opinión opuesta a la suya, no se enfade demasiado. A su edad, el no estar de acuerdo es una manera de que su hija ponga a prueba su inteligencia. Su mente empieza a razonar, a tomar decisiones y a entender conceptos abstractos.

No estar de acuerdo es una manera estupenda de pensar en voz alta. Está intentando separarse de usted y de demostrar que puede hacer cosas sola.



Sugerencias: Intente recordar que, independientemente de lo que usted diga, su hija tendrá opiniones distintas a la suya. Está aprendiendo a defender sus argumentos, una herramienta valiosa para resistir la presión de los compañeros. Además está decidiendo lo que le gusta y le disgusta, desde estilos de peinado a valores. Es también una manera de analizar las normas. Está poniéndola a usted a prueba para ver por qué tiene ciertas creencias.

Es importante, sin embargo, que su hija no pierda el respeto cuando exprese sus opiniones. Explique que el estar en desacuerdo con algo no le da derecho a contestar mal.

Nota: Aunque los años medios pueden ser duros, no se desespere. Los estudios demuestran que a esta edad, los niños necesitan a sus padres, ahora más que nunca.

Sensible

“No quiero que me vea la gente en el restaurante. Odio mi aspecto”.

Al madurar, los cuerpos de los niños en edad de escuela media cambian de forma incontrolable. Ejemplos: acné, estirones, vello facial. Esto les hace sentirse incómodos por su aspecto.

Sugerencias: Cuando su hijo haga comentarios negativos por su aspecto, escuche lo que dice. Evite intentar que se sienta mejor inmediatamente. Haga, en cambio, comentarios que le animen a describir sus sentimientos. Ejemplos: “Debe resultarte duro”. Esto le anima a describir sus emociones.

Haga comentarios serios. Los estudiantes de la escuela media tienden a ofenderse con chistes y bromas, aunque usted sólo quiera poner un poco de humor en la situación.

Cuéntele cómo se sentía usted cuando tenía esa edad. Si no le cree, saque viejos álbumes de fotos. Se dará cuenta enseguida de que le dice la verdad. Explique con amabilidad que sus amigos deben tener las mismas preocupaciones por sus cuerpos. Dígale que los cambios serán menos visibles según se haga mayor.



Independiente

Su estudiante de la escuela media le parece infeliz, así que usted le pregunta qué ocurre. “Nada”, contesta. Luego se va a su habitación y está una hora al teléfono contándole sus cuitas a una amiga.

Como padre, tal vez usted se sienta rechazado. Durante los primeros años de su vida su hija ha confiado en usted para resolver los problemas de su vida. Ahora pregunta a las amigas.

Aunque tal vez usted piense que ha hecho algo mal, lo que ocurre es que los niños de esta edad empiezan a establecer relaciones naturales fuera de la familia. Parte de crecer es depender menos de los padres para satisfacer todas las necesidades.

Sugerencias: Es clave en este momento de la vida de su hija permitirle tomar más decisiones sobre cómo y cuándo hacer cosas. Pero aclárele que esta nueva libertad tiene condiciones. Por ejemplo, si hace sus tareas, usted no la molestará. Pero si no cumple sus obligaciones, recuérdle que usted intervendrá y volverá a tomar las riendas.



Middle Years