

There are no translations available.

Escrito por Mtro. Pablo Guerrero Ibarguengoytia

Nadie quiere ser el mejor amigo de su hijo pero todos desean tener una relación de amistad con ellos. Si como padre formas un vínculo en el cual eres el mejor amigo de tu hijo, entonces quiere decir que estás haciendo algo mal. La diferencia entre un padre y un mejor amigo, es que el padre pone límites mientras el amigo muchas veces incita a romperlos. Si eres el mejor amigo de tu hijo probablemente no le estás poniendo suficientes límites y tu tarea como padre se está viendo un tanto obstaculizada. Sin embargo, existen varias cosas que puedes hacer para crear un vínculo de amistad sin dejar tu labor de padre a un lado.

Ser padre implica un gran compromiso. La formación y educación de otro ser humano está en tus manos. Es un compromiso y una responsabilidad muy grande que lamentablemente no se puede enseñar, sino que se tiene que aprender a través de la experiencia. Es común que cometas errores y que incluso repitas patrones aprendidos de tus propios padres. No obstante, es importante que tengas en mente que tu hijo no es tu amigo y que tú eres responsable de su educación y de su futuro. No intentes ser algo que no eres. El papel que te toca es el de poner límites y muchas veces esto implica ser el malo de la película, sin embargo, tienes que ser firme con ello. Pero ¿cómo poner límites sin ser persecutorio y agresivo con tu hijo? ¿De qué se logra que los límites se respeten?

Los límites y las consecuencias tienen que ir de acuerdo a la falta cometida. Muchas veces se ponen castigos que no tienen nada que ver con lo que el niño hizo mal, haciendo más difícil el aprendizaje de su error. Asegúrate de que el castigo sea coherente. Por ejemplo, si tu hijo tiene malas calificaciones, en lugar de quitarle la televisión una semana, hazlo estudiar más tiempo durante el día, de esta manera, estas reforzando el área de oportunidad de tu hijo. También es importante que siempre te tomes el tiempo necesario para explicarle la falta que cometió y porque esta mal lo que hizo. Recuerda que no hay peor error del adulto que creer que los niños no entienden algo por el hecho de que son niños. Cuando tengas que regañar y ser firme en un castigo o una consecuencia, no tienes por qué enojarte. Así mismo, recuerda en acompañar a tus hijos en el castigo. Esto es muy importante, ya que tiende a fortalecer el vínculo con ellos. Retomando el ejemplo anterior, si tu hijo reprobó algunas materias y de castigo lo pones a estudiar "x" número de horas al día, entonces procura pasar ese tiempo con él. De esta manera estás siendo firme, están pasando tiempo juntos, y lo estás acompañando mientras él no la pasa tan bien.

Comparte tiempo con tu hijo. Pasar tiempo con tu hijo fortalece la relación y crea un vínculo de confianza. Intenta que ese tiempo que pasas con él, sea tiempo de calidad y que realmente se lo estés dedicando a él. Muchas veces cometemos el error de intentar pasar tiempo con ellos pero en realidad estamos más pendientes de otras cosas, arreglamos pendientes o simplemente descargamos un mal humor o un mal día de trabajo con ellos. Intenta dejar a un lado las cosas que te afectan y tus problemas personales. Acércate a tu hijo y conócelo. Pregúntale de sus intereses y a medida en que se pueda, intégralos a ciertas actividades que puedan hacer juntos.

Convierte situaciones adversas, de tristeza y de complejidad, en situaciones divertidas y de mucha calma. El humor es una herramienta fundamental para lograr esto. Después de que ocurrió un evento importante en la vida de tu hijo en la cual la situación no fue la más favorable para él o ella, siéntate a reflexionar con ellos. Es importante enseñarles que pudieron haber tomado una decisión diferente y haber obtenido resultados diferentes. La reflexión después de lo sucedido es una pieza clave para el aprendizaje. Eventualmente, retoma esto con ellos e intenta verle un lado chistoso a la situación. Esto le enseña a tu hijo a reírse de sí mismo cuando hay que hacerlo. Por ejemplo, si tu hijo reprueba un examen y él se angustia mucho porque sabe que las calificaciones son importantes en la familia, entonces tómate un tiempo para hablar con él y antes de regañarlo pregúntale que fue lo que ocurrió. Una vez que hagas esto, explícale que probablemente tuvo que haber estudiado más y que para la siguiente vez tú le puedes ayudar a hacerlo. Después busca alguna situación para despreocupar a tu hijo y bajarle su nivel de angustia.

Genera tolerancia a la frustración en tus hijos. Esto es fundamental para el mundo en el que vivimos hoy en día. Cuando notes que tu hijo está desesperado porque no le hace algo y ya lo intento muchas veces, entonces es momento de acercarte y de enseñarle a hacerlo de otra manera. Acompáñalo a pensar distinto y a generar juntos una solución diferente. Es de suma importancia que acompañes a tu hijo en todo proceso de aprendizaje. Esta es la diferencia esencial entre ser su amigo y ser su padre. Recuerda que como padre es tu obligación enseñarle pero a través de un vínculo de amistad que es empático y que acompaña. Todo esto te servirá para aprender a ti también y poco a poco volverte cercano a tu hijo sin invadirlo y sin dejar de ser padre.

Mtro. Pablo Guerrero Ibarquengoytia
Psicoanalista de la Sociedad Psicoanalítica de México