



BSCAM

Antes que nada, escuchar

BRUNO FERRERO

No se puede convivir con los hijos adolescentes sin dialogar. Es una lástima ver muchas familias en las que las relaciones personales se interrumpen y se corre el riesgo de que los padres y los hijos estén juntos, pero vivan como desconocidos.

Lo primero es escuchar

Mauro formaba parte de una buena familia de padres muy amables y dos hermanos y una hermana que se destacaban en la vida estudiantil y social. Vivían en una hermosa casa en un buen barrio de la ciudad y Mauro tenía todo lo que un muchacho de su edad podía desear. Pero desde niño, en la escuela, ya

lo habían etiquetado como un «sujeto especial». En secundaria había sido el «desadaptado» y el «creador de problemas». Y cuando comenzó los estudios superiores, entrelazó por un tiempo expulsiones y notas desastrosas.

Un domingo, uno de sus profesores se encontró con los padres y les dijo: -»En este periodo, Mauro está haciendo las cosas muy bien. Todos estamos muy satisfechos». -»Quizás nos confunde con otra familia», respondió el padre. «Nuestro Mauro nunca acierta una». La madre se quedó pensando, y mientras el docente se alejaba, comentó: -»Pensándolo bien, en el último mes, Mauro no se ha merecido ningún reproche. Al contrario, ha sido muy responsable en el estudio y hasta le ha dedicado mucho más tiempo de lo necesario”.

Teniendo en cuenta lo que había traído en el primer boletín de calificaciones, esperaban que en el próximo hubiera, otra vez, juicios y notas poco satisfactorias. Sin embargo, las calificaciones fueron más que suficientes y tuvo una mención especial por su conducta. Los padres estaban desconcertados. -»¿A quién te acercaste para tener estas notas?», le preguntó el padre con sarcasmo. -»Hice todo solo», respondió Mauro.

Sorprendidos, decidieron ir juntos con él al colegio. El Rector los recibió y les aseguró que Mauro estaba marchando muy bien: -»Tenemos una nueva docente de apoyo que parece estar influyendo de manera muy especial sobre Mauro. Sería bueno que la conocieran». Cuando fueron a verla, la mujer estaba en su escritorio, con la cabeza gacha.



BSCAM

Pasaron unos instantes antes que se diera cuenta de que tenía visita. Cuando lo notó, se puso de pie y comenzó a gesticular con sus manos. -»Pero, ¡esta mujer es sordomuda!», exclamó con sorpresa el padre. -»Por eso es tan extraordinaria, papá», agregó Mauro. «Ella hace mucho más. ¡Ella sabe escuchar!»...

Para escuchar mejor

En realidad, escuchar a los hijos adolescentes puede llegar a ser una tarea muy complicada. En su libro «Los cinco lenguajes de amor para los adolescentes», Gary Chuman propone ocho normas para escuchar mejor y establecer un diálogo verdadero. Aquí están muy brevemente.

- * Cuando tu hijo habla, míralo a los ojos. Esto impedirá que tu mente divague y le hará saber que, en ese momento, él tiene toda tu atención. Evita levantar los ojos al cielo o cerrarlos cuando te dice alguna cosa que no te gusta. Mientras te habla, no mires nunca para abajo o tengas la mirada lejos.

- * Cuando escuchas a tu hijo, no hagas otra cosa. Recuerda que los momentos especiales sólo se dan cuando se presta total atención al

otro. Si estás ocupado haciendo algo y no puedes suspenderlo, dílo sinceramente: «Sé que quieres hablar conmigo y quiero prestarte la mayor atención. Ahora no puedo, pero apenas termine, estaré todo para ti». La mayor parte de los adolescentes entienden y respetan esta respuesta.

- * Escucha sus sentimientos. Mientras te habla, pregúntate qué está sintiendo tu hijo. Cuando creas tener una respuesta, busca la confirmación: «Me parece que estás desilusionado porque me olvidé que...». Esta cercanía permite que el adolescente pueda aclarar también sus sentimientos. Hazle sentir que escuchas como propuesta todo lo que él te dice.

- * Presta atención al lenguaje de su cuerpo. El tono de voz, los puños cerrados, las manos temblorosas, las lágrimas, la frente fruncida o el movimiento de los ojos pueden indicarte lo que está viviendo tu hijo. Muchas veces, el lenguaje del cuerpo está comunicando un mensaje muy diferente del que se está expresando con las palabras.

- * No lo interrumpas. Los estudios indican que una persona media escucha sólo diecisiete segundos antes de interrumpir y de exponer sus

propias ideas. Con mucha frecuencia, las interrupciones cortan la conversación antes de que quien está hablando haya podido expresarse. Tu primer objetivo no tiene que ser defenderte o explicar tu posición, sino comprender sus pensamientos, sus sentimientos, sus deseos.

- * Hazle preguntas reflexivas. Por ejemplo: «Me parece que quieres decir... ¿Es así?». O «¿Quieres decir que...?». Este tipo de preguntas reduce el riesgo de malentendidos y ayuda a clarificar la percepción de lo que tu hijo te está diciendo. Recuerda que lo más importante es buscar respuesta a las preguntas: ¿qué piensa mi hijo?, ¿qué está sintiendo?, ¿qué quiere de mí?».

- * Muéstrale comprensión. El adolescente necesita saber que ha sido escuchado y comprendido. Supongamos que le planteas esta pregunta reflexiva: -»Me estás queriendo decir que piensas ir a la playa con tus amigos, que vas a manejar tú porque ellos no tienen licencia y que quieres que yo pague la gasolina y la estadía porque ellos no tienen dinero. ¿Es así?». Si tu hijo te responde que sí, tienes que hacerle sentir que has comprendido su pedido: -»Sé que es algo muy atrayente para ti. Estoy seguro que te vas a divertir mucho». Mostrándole comprensión se refuerza su autoestima y tu hijo sentirá que es reconocido como una persona que tiene sentimientos y deseos.

- * Pídele que te permita expresar tu opinión. -»¿Quieres saber mi opinión?» Si tu hijo te dice que sí, comunícale tu pensamiento, tus ideas y tus sentimientos. Pero si te dice: -»Realmente, no», termina ahí la conversación y deja la eventual decisión en suspenso. Muy probablemente, si le manifiestas que has comprendido sus pensamientos, sus sentimientos y sus deseos, el adolescente estará dispuesto a escuchar también tu punto de vista.