

## Una etapa especial

### **No me hago con mi adolescente**

Un día en la vida de un padre de una adolescente...

*"Parece que fue ayer cuando todavía jugaba con los coches y las muñecas y ahora mírala, ha dado un cambio enorme. Se ha hecho toda una mujer, le encanta salir por ahí, es muy independiente. Pero se nota que todavía no es adulta. A veces se enfada sin razón, ya no le gusta salir con nosotros... Esto de la adolescencia es un período muy especial con muchas cosas buenas y a veces un poco difícil para todos: para nosotros y para ella que está viviendo su propia revolución."*

Un día en la vida de una adolescente...

*"Me acaba de salir un grano enorme y para colmo me ha venido la regla y no sé si ir a la fiesta de Lourdes... ¡Y hoy va a estar su amigo ese tan guapo! ¿Qué me pongo? Uf, yo creo que me quito el audífono que paso de que se fije... Tendré que avisar a Marina por el Messenger a ver qué se va a poner ella... Sí mamá ya bajo a cenar... ¡Qué pesados! Cómo me gustaría estar en la India ayudando a otros niños sordos..."*

### **Necesitan diferenciarse... para encontrarse**

La transición de la niñez a la edad adulta es una etapa llena de profundos cambios que os dejan, tanto a padres y madres como a los propios hijos e hijas, desconcertados. Es la adolescencia. Una etapa necesaria llena de cambios, de aprendizaje, de retos, de ilusiones y de muchas, muchas dudas tanto para padres y madres como para vuestro adolescente sordo.

El centro de su vida pasa de ser su casa y su familia a ser la calle y sus amigos y amigas. Pero vuestro papel como padres y madres en esta etapa sigue siendo fundamental. La clave está en entender que la adolescencia es una etapa en la que podéis sentir un aparente rechazo por parte de vuestros hijos e hijas, aunque en realidad necesitan más que nunca saber que pueden contar con

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

1

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente

vosotros: estar a su lado pero dejarles su sitio, darles libertad pero negociar con ellos, ser flexibles en algunos temas y firmes en otros, mantener la autoridad pero sin caer ni en el autoritarismo ni en la permisividad... en fin, un continuo tira y afloja que aquí os contaremos.

## ¡Manos a la obra!

### 1. Antes de empezar

Como hemos visto, la adolescencia se vive de forma diferente por vuestras hijas e hijos y por vosotros. No podemos hablar de la adolescencia como una etapa que todas y todos viven igual: cada chico y chica lo vivirá de una forma. Aún así, es un buen momento para pararnos a pensar cómo se vive la adolescencia en familia y cómo la vive vuestro hijo o hija.

#### Entendiendo... la adolescencia en familia

- ❖ **Sois el equilibrio que necesita.** A pesar de que tiene tantas ganas de libertad vuestro papel sigue siendo fundamental. En medio de tantos cambios (en su cuerpo y en su cabeza) vosotros y vosotras sois ese punto de equilibrio: le aportáis calma, seguridad, sensatez y apoyo.
- ❖ **Vuestra opinión cuenta (¡y mucho!)** Aunque penséis que ahora no os hace tanto caso y que parece que ya no le importa tanto vuestra opinión, en realidad le influye mucho. Si os habéis ganado su confianza desde que era pequeño o pequeña ahora vuestras opiniones las tendrá muy en cuenta.
- ❖ **Juntos y separados.** Ahora está formándose su carácter, su forma de ser, y para eso necesita salir, conocer, probar, equivocarse, triunfar... Por eso cobran más protagonismo los amigos y amigas, las parejas, etc. Y vosotros y vosotras seguís a su lado para que, cuando se tropiece en el camino o consiga sus sueños, tenga todo vuestro apoyo.
- ❖ **Muchas cosas positivas.** Esto de la adolescencia desde que son peques parece casi una pesadilla para padres y madres. Aquí os queremos quitar esa idea: la adolescencia es una etapa apasionante, llena de cambios y

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

2

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente

aunque algunos cuesten, os darán muchas satisfacciones. Ahora vais a poder hablar sobre más cosas, le veis crecer, vais a descubrir que ya tiene su propio carácter... ¿Os lo vais a perder?

## Entendiendo a... vuestra hija o hijo adolescente

- ❖ **Muchos cambios.** Por un lado, muchos cambios físicos: el estirón, los granos, la barba que no acaba de salir del todo, pelo en zonas del cuerpo donde antes no había... Y por otro lado muchos cambios de forma de pensar: empezarán a tener sus propias ideas, sus contradicciones, etc.

Podéis consultar el siguiente apartado donde encontraréis muchas ideas para tratar este tema.

Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

- ❖ **Otras preocupaciones.** Seguro que ni el grano es tan grande ni está tan enamorado de esa chica del autobús, pero ahora son sus preocupaciones: para ellos y ellas son muy importantes. Quitarles importancia no es la mejor manera de acercaros a vuestros hijos e hijas, en cambio, ponerse en su lugar es mucho más positivo.
- ❖ **Cambios de humor.** Tan pronto están llenos de energía como no les apetece salir de casa. Estos cambios de humor son muy normales y la revolución hormonal que están viviendo tiene mucho que ver. Acordaos de vuestra adolescencia y así seguro que les entendéis mejor.
- ❖ **Diferenciarse.** En sus opiniones y en su ropa, por eso os llevarán la contraria, querrán vestirse de una determinada forma, su grupo será lo más importante... Es un proceso necesario para formar su futura identidad y su forma de ser.
- ❖ **La autoridad.** Ese "llevar la contraria a todo" también se extenderá a las normas. Como veréis más adelante habrá que negociar y pactar las normas. Quieren probarlo todo, tener muchas experiencias nuevas y toda esa energía chocará con la autoridad.
- ❖ **El grupo de amigos.** Con su grupo vivirá muchos de estos cambios, se empezará a conocer, compartirá ideas, vivencias... Es normal que ahora sean su prioridad.

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

3

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente

## **Mamás y papás**

*Esta etapa va cargada de muchas nuevas experiencias para ellos y ellas y para vosotros y vosotras. Estad a su lado y echad la vista atrás: os daréis cuenta de que también fuisteis adolescentes y sabréis acompañarles en esta nueva etapa. Os siguen necesitando a su lado.*

## **2. Una buena manera de empezar**

Desorden, acostarse tarde, pasar mucho tiempo en el baño, poca colaboración en casa, dificultades escolares, no respetar los horarios, contradecir a su padre y a su madre, tener peleas con los hermanos o hermanas, cambios bruscos de humor, forma de vestir... Todas estas cosas son bastantes frecuentes en la mayoría de adolescentes. Veamos algunas buenas ideas para que la convivencia sea buena y que podáis disfrutar toda la familia de esta etapa:

- ❖ **La comunicación.** Elegid el momento, escuchadle y recordad que sus problemas son importantes (esa amiga que la ha traicionado, ese corte de pelo desafortunado...). Hasta ahora habéis conseguido comunicaros con vuestro hijo o hija y seguro que en esta etapa también seréis capaces. Con el tiempo, veréis que, poco a poco, os resultará más sencillo ir hablando con ellos y ellas.
- ❖ **Conociendo a vuestro adolescente.** Os puede ser útil conocer lo que les gusta hacer, sus aficiones, las asignaturas que le gustan, sus aspiraciones... Esto os facilitará comunicaros y, en definitiva, ganaros su confianza.
- ❖ **No entrar en las discusiones.** Os daréis cuenta de que quizás están más irritables, discuten más y que de una cosa pequeña se montan unas disputas que os amargan el día a toda la familia. Pensad que, en realidad, todavía no son adultos, están ensayando y por eso tenéis que darles ejemplo. Seguro que hay discusiones que se pueden evitar, así que habrá

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

4

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente

que elegir las cosas por las que no pasáis y evitar las largas discusiones por esa camiseta arrugada encima de la cama.

- ❖ **Concretar lo que os enfada.** No es útil que aprovechéis esa regañina por haber llegado tarde para recordarle que es un mal estudiante y que no recoge el baño nunca. Mejor las cosas una a una y en vez de un *“No puedo contigo”* probad a concretar más *“Me gustaría que recogieras tu ropa”*.
- ❖ **Ofrecerle información.** Parece que lo saben todo pero puede que la información que tengan no sea muy fiable. No está de más que le ofrezcáis información, si le gusta usar Internet informaos de las páginas más recomendadas y sugerírselas.
- ❖ **Negociar, negociar y pactar.** Porque un *“No porque lo digo yo”* no tiene el mismo efecto que cuando eran peques. Ahora hay que negociar: es la mejor forma de que sientan que forman parte de la decisión y será más sencillo que la respeten (y si no lo hace tendréis que saber ambas partes qué consecuencias va a tener).
- ❖ **Recordadle todas las cosas buenas que tiene,** porque son muchas y necesita saberlas. Está formando su identidad y mejor que la forme sabiendo todas sus cualidades que quizás no ha visto.

Desde aquí os recomendamos que veáis el DVD *Mi hijo sordo adolescente*. Seguro que os encanta.

Materiales > Mi hijo sordo

### ¿Qué ha aprendido?

Más que “adolescencia” hay “adolescentes”, y tanto sordos como oyentes, vivirán una auténtica revolución: cambios físicos, psicológicos y sociales. No podéis olvidar que pasar a ser independientes, como un adulto, es todo un proceso, y como tal, es necesario probar, equivocarse, no tener nada claro... A la vez, en esta etapa hay aspectos muy positivos: tendrán grandes ilusiones, proyectos, metas, retos. Se darán cuenta de más cosas, abrirán los ojos al mundo y eso les hará cuestionarse todo.

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

5

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente



## Hablan las mamás y los papás...

### ***Quiere elegir su ropa***

Esto de querer elegir la ropa suele ser más llamativo en esta etapa y a veces es fuente de discusiones en la familia. En parte es normal. Por una parte se tienen que adaptar a ese nuevo cuerpo. La ropa además es una forma de diferenciarse y crear su propio estilo a la vez que es una forma de sentirse parte de un grupo. Le podéis enseñar que la ropa no lo es todo y que el consumismo excesivo no le hará sentirse mejor. Podéis establecer un presupuesto e ir juntos de compras. Prohibir no es la mejor idea, pensad que habrá ropa que no os guste, podéis probar a ver juntos sus series de televisión, seguro que ahí veréis qué es lo que se lleva o no: le podéis sugerir qué tipo de ropa le quedaría mejor.

### ***Se pasa el día con su pandilla***

A estas edades, necesita "ser igual que sus amigos", vestirse igual, hacer las mismas cosas, expresarse igual. Esta actitud le sirve para buscar su propia identidad y tener más seguridad. Dentro de su grupo de amigos y amigas irá madurando y encontrando su propia identidad, lo que le gusta y lo que no. Está, de alguna manera, entrenándose para cuando sea adulto. El ocio y el tiempo libre es el espacio en el que se suelen formar y afianzar sus grupos de amigos y amigas (equipos deportivos, grupos de teatro, de baile...) Gracias al ocio y tiempo libre aprenden, se relacionan, descubren otras formas de ver el mundo, generan habilidades de comunicación y adecuación a otros contextos, ejercitan su responsabilidad y autonomía. En definitiva, es parte de su desarrollo.

Para saber más acerca de la importancia de la amistad en estas edades no dudéis en consultar el siguiente apartado.

Mi hijo adolescente > Tiempo libre y vida social > La amistad

### ***El cuarto de Juan está siempre desordenado. Ya no sé qué hacer...***

Esto del cuarto desordenado es algo bastante frecuente entre adolescentes: es un reflejo del caos que están viviendo. Y en ese caos es donde encuentran su

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

6

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente

espacio, su refugio. Padres y madres deben respetar este espacio pero a la vez exigirles que se responsabilicen de su ropa, de sus pertenencias, de su limpieza... Hay que armarse de paciencia y establecer un acuerdo con ellos y ellas. Podéis establecer algunas normas de convivencia, por ejemplo que la ropa sucia tiene que estar separada de la limpia y en la lavadora o que no puede haber comida en la habitación.

### ***A pesar de algunas cosas que me hacen perder los nervios, Leire ha madurado mucho, y eso me encanta***

Dialogan, pueden confiaros secretos, os presentan a sus amigos y amigas, tienen una buena relación con sus amigos y amigas, os escuchan, se muestran más solidarios, más tolerantes, crece su autonomía, hablan de proyectos futuros... Son muchas cosas positivas las que tiene esta etapa ¡y que merecen toda vuestra atención! No solo son cosas negativas. Aprovechadlas escuchándoles, mostrando vuestro acuerdo y diciéndoles lo bien que están todas esas cosas.

### ***No me cuenta nada***

Es frecuente que no les apetezca contaros o signaros tantas cosas. Lo importante es que sienta que estáis ahí, siempre disponibles para charlar o signar de cualquier cosa que les preocupe. Probad también a contarle cosas vuestras: muchas veces nos empeñamos en preguntarles *¿qué has hecho?, ¿dónde vas?, ¿te pasa algo?* cuando nosotros no les contamos nada de eso. Probad a hacerlo al revés, contadle lo que habéis hecho, cómo os sentís, dónde vais. Y sobre todo, mucha paciencia: que lo haga cuando le apetezca, la comunicación tiene que ser algo placentero.

### ***¿Cuándo tengo que empezar a hablar con ella sobre sexualidad? No sé cómo sacar el tema...***

La maduración sexual conlleva que el sexo sea para los adolescentes un tema que les inquiete y les atraiga; la idea de tener pareja, de probar. Hoy en día los adolescentes no suelen tener muchas inhibiciones, y esto a vosotros, los padres y

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente

madres, os pone nerviosos ya que sólo veis peligro y todavía seguís mirando a vuestros hijos e hijas como si fueran igual de niños que antes. Lo importante es tratar el tema con naturalidad y mostraros disponibles para cuando ellos necesiten consultaros sus dudas. Haber recibido una buena educación sexual y diálogo en etapas anteriores facilitará hablar con ellos sobre estos temas.

Podéis consultar el siguiente apartado donde encontraréis muchas ideas para tratar este tema.

Mi hijo adolescente > Tiempo libre y vida social > La sexualidad

### ***Ha decidido quitarse el audífono***

Pensad que en la adolescencia se producen muchos cambios y es cuando cobran importancia cosas que antes no las tenían: la imagen personal, la opinión de los demás, saber quién es uno mismo, con qué grupo te sientes identificado, etc. Ya se van encaminando hacia la vida adulta y empiezan a tomar sus propias decisiones. Esta edad obligar no suele ser muy efectivo pero podéis escucharles y buscar momentos en los que conocer las razones por las que no quiere usar su prótesis auditiva: a veces será porque realmente no le aporte muchos beneficios, porque no quiere sentirse “distinto a los demás”, porque su mejor amiga no lo lleva, etc. Intentad averiguar si es simplemente una reacción pasajera o es una decisión en firme. No olvidéis expresar también lo que pensáis al respecto pero sin dejar de estar a su lado cuando os necesite, como habéis hecho hasta ahora.

Podéis consultar el siguiente apartado donde encontraréis muchas ideas para tratar este tema.

Mi hijo adolescente > Una etapa especial > El audífono y el implante coclear como “marca” de la sordera

### **Algunas buenas ideas**

- ❖ **Sus series.** Interesarse por sus gustos siempre es una buena idea: es una forma de conocerle. Podéis aprovechar para ver sus series juntos: es una buena forma de comentar lo que hacen los demás y así hablar sobre

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

8

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente



cosas que os preocupen: “Yo creo que no es buena idea que haga eso”  
“¿Qué te parece que le diga eso a su amiga?”.

- ❖ **Así éramos nosotros.** Esta es una buena idea para toda la familia. Podéis rescatar vuestras fotos antiguas, las de cuando erais jóvenes y verlas juntos: veréis cómo ibais vestidos, vuestros peinados... cosas que os harán daros cuenta de que también vosotros y vosotras fuisteis jóvenes con vuestras modas, costumbres, etc. Y vuestra hija o hijo adolescente, además de divertirse viendo vuestras fotos, os sentirá más cerca. Podéis comentar también qué hacíais para divertirlos, qué tal os iba en el cole o incluso que los abuelos y abuelas les cuenten las trastadas de papá o mamá.
- ❖ **Una fiesta en casa.** No olvidemos que en esta etapa, para ellos, el grupo de amigos y amigas tienen un protagonismo especial por lo que muchas cosas preferirán contárselas a ellos. Podéis intentar acercaros a vuestro hijo o hija precisamente así: conociendo a sus amigos y amigas. Que vengan a casa y que vuestro hijo sienta que tiene un espacio para él o ella.

¿No te ha quedado claro?

No olvides que puedes consultarnos en el apartado *Pregúntanos*.

Además en la colección de DVD *Mi hijo sordo* podrás ver aspectos relacionados con los jóvenes sordos en estas edades. Ver *Materiales*.

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

9

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > No me hago con mi adolescente