

Actividades

Compartir: descubrir los intereses comunes acorta distancias

Las comidas en familia, el arte, el deporte y los espectáculos son algunas de las opciones para crear espacios de diálogo y cariño, siempre respetando la intimidad

Rodolfo tiene 17 años y cuenta que sólo charla con sus padres a la hora de cenar. "Solía hacer muchas cosas con ellos, pero ya no." Sostiene que para lo único que los necesita es para que lo mantengan y le hagan de chofer.

El, como muchos otros adolescentes, no encuentran una manera sana de relacionarse con sus padres ni de compartir actividades ¿Qué hacer para revertir esta situación?

"Es una época complicada, porque durante la adolescencia los chicos justamente tratan de diferenciarse de los padres para afirmar su autonomía. Sin embargo, tienen una enorme necesidad de contacto y cariño por parte de sus padres", sostiene Clarisa Voloschin, de la cátedra de Sociología de la Infancia, Adolescencia y Juventud de la carrera de Sociología de la UBA.

En la adolescencia los espacios de contacto social se hacen cada vez más heterogéneos, mientras que suele debilitarse la referencia familiar. Pero si desde pequeños se ha venido inculcando en los niños el hábito familiar de compartir intereses comunes, la tarea se hace más fácil. Y en caso contrario, nunca es tarde para empezar.

Actividades como hacer algún deporte juntos, ir a espectáculos o viajar pueden ser disparadores para que el vínculo se haga más profundo y se acorten las distancias.

Lo básico es conocer a los hijos en todos los órdenes de la vida. Se trata de ver cuáles son sus intereses y fomentarlos de manera genuina.

PROGRAMAS PARA DISFRUTAR

"A veces jugamos al paddle, a las cartas o vemos películas. Desde chicos salimos a pasear sin rumbo fijo los domingos, o vamos a pescar. -expresa Agustina, de 20 años-. Durante las vacaciones la familia está más unida y nos juntamos todos a comer pastas o asado", agrega.

Uno de los pilares para conseguir una buena relación entre padres e hijos es la confianza. Es la base sólida para el diálogo, las confesiones y compartir las dificultades. Es fundamental que las propuestas sobre programas para disfrutar sean acordadas y no impuestas.

Marcelo Ortiz tiene tres hijos y encontró en el deporte un vehículo muy útil para conectarse con ellos. "Siempre traté de inculcarles el deporte por medio de un club. Los acompañamos a los entrenamientos, a prácticas, a competencias, y los fines de semana los llevamos a los partidos. El camino o la vuelta del club siempre son momentos para una charla sobre temas que pueden ser profundos", asegura.

Alicia Maceira, por su parte, descubrió en las mascotas un punto de contacto que la ayudó a criar a sus tres hijos desde muy pequeños. "En casa todos compartimos la tarea de cuidar nuestros perros y gatos. Es una excelente técnica para transmitir valores", comenta.

ESTRATEGIAS

Hay que fomentar esos momentos durante las comidas, mirando televisión, o la vuelta de los chicos a casa, para que cada uno cuente cómo fue su día.

"Cuando quiero saber cómo está mi hijo trato, en lo posible, de preguntárselo cuando estamos solos, dándole a entender que realmente me interesa", agrega Maceira.

"Nosotros cuando estamos de vacaciones en La Falda, a la hora de la siesta propiciamos una lectura en conjunto con mi hija y los dos hijos de mi marido. El, además, aprovecha para hacer travesías por las montañas con los chicos", cuenta María del Carmen.

Ella comparte con su hija el amor por la danza, y su marido con su hijo la pasión por el taekwondo.

Voloschin sostiene que es importante que el padre le cuente al adolescente sobre sus problemas y cómo los resuelve. "Cuando tengo una dificultad los consulto. Me parece que es importante que sientan que no soy infalible y que además son tan valiosos para mí como para pedirles consejo", dice Maceira.

Las opciones son ilimitadas. No hay recetas cuando el objetivo es descubrir las motivaciones de los

chicos y aprender a compartirlas en familia. [■](#)

Micaela Urdinez

<p>Suscribite al alerta de noticias de último momento por mail.</p> <p>Suscribite ahora</p>	<p>REDES SOCIALES</p> <p>Seguinos en Twitter Todos los canales</p>
<p><input type="text" value="Ingresá tu email"/> Suscribirme</p>	<p> LA NACION lanacion.com Me gusta 735.696</p>
