

No me comprendéis

"Un extraño en caso", editado por Viceversa

En aquel momento no supe comprender nada. Tendría que haberla juzgado por sus actos y no por sus palabras... Nunca debería haber huido. Tendría que haber adivinado su ternura bajo sus inocentes tretas. Las flores son tan contradictorias...

SAINT-EXUPÉRY

El conflicto generacional empieza cuando el hijo se lamenta: «no me comprendéis...». Hagámosle caso. Este sentimiento de falta de comprensión es real para él; sus sentimientos están a flor de piel. Está más susceptible y necesita más comprensión que nunca, y este «no me comprendéis» es un buen aviso para cargar pilas y disponernos a tener una actitud reflexiva y de afecto respetuoso hacia él.

Si bien le haremos caso cuando nos lo dice, no lo aturdiremos con un discurso y le ayudaremos a pensar: ¿por qué nos lo dice?, ¿se cree que no lo comprendemos? Que no se precipite y exprese verbalmente el porqué de encontrarse incomprendido. Attendámoslo sin «cortar» su explicación.

Aquel padre que hacía reflexionar a su hijo se preguntaba:

¿Tiene importancia que nos diga que no lo comprendemos porque no le queremos comprar el último modelo de cualquier pieza de vestir, si sólo hace un mes que había estrenado otra? Le

digo unas pocas palabras para que reflexione; lo comprendo, pero lo he de educar...

El sentimiento de incomprensión de este hijo puede proceder tanto de un tema serio, como de una nimiedad; en esa anécdota se ve que provenía de un capricho, pero otras veces puede ser por algo más serio.

Para cuando debamos corregirlo, os anoto tres objetivos prácticos que ayudan a hacer las correcciones con mejores resultados:

- Compaginar la serenidad con la exigencia afectuosa si lo hemos de reprender por su comportamiento.
- No decirle: «eres...» y añadir un insulto. Sí decirle: «eso no lo has hecho bien».
- Silencio para escuchar las razones que nos da cuando lo corregimos para saber qué motivos ha tenido para comportarse mal.

Es seguro que las emociones que sentirá el adolescente serán mudables: un día estará triste y el otro eufórico; por lo tanto, las tendremos que ir encajando con serenidad; es decir, unas veces habrá que canalizarlas y, otras, habrá que pasar por alto sus cambios de humor para no desorientarlo más, que ya lo está, y bastante. Tiene la emotividad revolucionada y, si somos empáticos, sabremos distinguir cuándo su problema es real y cuando es pasajero.

No es raro que el libro de Daniel Goleman *Inteligencia emocional* (Kairós, Barcelona 1996), haya tenido y siga teniendo éxito. Goleman nos muestra la gran importancia de las emociones.

Conocer las emociones de los hijos es necesario para vivir una comprensión y comunicación que ya comienzan en el seno de la madre y que el padre acompaña, viviéndola juntos. Los dos están en el mismo barco para llevar a buen puerto al hijo que esperan y tendrán que ir reforzando el vínculo afectivo para tenerlo muy firme en la adolescencia.

Quizá tendría razón al decir «no me comprendéis» si fuéramos ajenos a sus necesidades afectivas. Mal lo podríamos comprender si, al hacerse mayor, no lo escucháramos o permaneciéramos indiferentes ante sus problemas, dejándolo solo chateando en Internet.

Claves para comprender mejor:

- **Una constante actitud de afecto por nuestra parte nos hará ayudar a conocer los sentimientos de nuestros hijos.**
- **Seamos sinceros y contemos nuestras dificultades y emociones a los hijos. Así ganamos su confianza.**
- **Ejercemos verdaderamente la empatía cuando sabemos comprender el *idioma* de los hijos, sea el de las emociones, sea el de la palabra.**
- **Nuestro adolescente debe entender que a veces él solo tendrá que sacarse *las castañas del fuego* y responsabilizarse de sus actos.**
- **Por muchos amigos que tenga nuestro hijo, en esta trayectoria necesitará, más de una vez, el consuelo, la protección y la compañía de los padres.**

Para comprenderlo debemos ir sin ninguna etiqueta, limpios de suposiciones, sin pensar que ya sabemos lo que nos dirán.