



La adolescencia conlleva bastantes “batallas” con nuestras hijas: planes que quieren hacer con sus amigas y que nos pueden parecer inconvenientes o nos inspiran desconfianza, discusiones sobre el modo de vestir debido a la distinta percepción de lo que es una largura adecuada o un grado de transparencia aceptable, desacuerdos sobre el horario de utilización del móvil... Estas batallas las iremos abordando una a una, según vayan llegando, pero para entonces, nuestras hijas tienen que tener adquiridos unos mínimos de autonomía y responsabilidad en la familia. Estos mínimos no son discutibles, y, si nos lo proponemos antes de comenzar la revolución adolescente, nuestras hijas los superarán sin cuestionar su conveniencia. Si los dejamos para después, constituirán una batalla más. Parafraseando los refranes: cada etapa tienes sus batallas, o, no dejes para mañana la batalla que puedes ganar hoy.

- **Orden en sus cosas:**

- Su habitación: hacer su cama, recoger la ropa que se quita, orden en sus objetos personales. Un principio: no recoger nada que haya dejado ella en el suelo (el mundo está lleno de madres con hernias discales por hacer este tipo de esfuerzos).
- El baño: dejar ordenado el baño cuando lo utiliza: toallas colgadas correctamente, dejar la ducha y la bañera sin restos de jabón y/o cabellos, ser capaz de pasar una fregona si ha mojado el suelo. Procurar dejar el lavabo lo más limpio posible después de lavarse los dientes.

- **Orden en los horarios:**

- En época escolar: hora fija para levantarse por la mañana para que tenga tiempo para su aseo personal, para desayunar de forma adecuada y dejar su habitación recogida. Esto les ayuda a ejercitar la fortaleza y adquirir hábitos de vida saludable. Es fundamental que adquieran estos hábitos ahora, después es mucho más difícil. Es recomendable que se acuesten a una hora fija salvo días excepcionales. Después del colegio, tras la merienda, han de tener claro que lo más importante es hacer los deberes. Después vendrá la tele, los juegos ... Los niños captan que el estudio es lo más importante si nosotros les marcamos esta pauta.

- En época de vacaciones: procurar que haya un horario y que se sigan las mismas rutinas de aseo, orden personal y encargos. Como disponen de más tiempo, podrán tener algún encargo “extra”. Evitar horas “tirados en el sofá” viendo la tele o jugando a la vídeo consola.

- **Responsabilidad familiar:**

Tener uno o varios encargos que le ayuden a darse cuenta de que nuestra casa es un hogar y ha de estar lo más agradable y acogedor posible. Todos los miembros de la familia contribuimos para este fin y por ello nos repartimos las diversas tareas: poner o recoger la mesa, bajar la basura, vaciar el lavavajillas, barrer, bañar a un hermano menor, preparar la merienda sin dejar rastro de ello (ni migas, ni el fiambre abandonado sobre la encimera, ...). Tenemos que hacer hijos “con remango”. Gracias a ello, en poco tiempo estarán preparados para hacer de canguro y ganar unos euros para sus gastos personales.

- **Responsabilidad hacia los demás:**

Ayudarles a ser responsables dejando que asuman las consecuencias de sus actos. Por ejemplo: si se les ha olvidado hacer algo que tenían apuntado desde hace tiempo y la víspera se dan cuenta y les entra el agobio y nos piden que vayamos a un centro comercial a las 21:30h a comprar determinado material, puede ser recomendable no hacerlo. Aunque no se puede generalizar y depende de cada niña, es bueno que se pongan una vez coloradas delante de la profesora, seguro que les ayuda a ser más diligentes la próxima vez.

- **Dispositivos móviles:**

Atención. En principio, se desaconseja su uso en 5º y 6ºP e incluso en 1º ESO. Cuando se le compre un móvil u otro dispositivo similar con acceso a Internet, ayudarla a racionalizar su uso. Marcar un horario de utilización. No usarlos mientras hacen los deberes ya que las desconcentra muchísimo. Las niñas tienden a estar conectadas hablando simplezas. Les puede crear dependencia afectiva y tenemos que ayudarlas a que no sea así. Si están mucho rato sin conectarse, les entra ansiedad por todas las conversaciones que se han perdido en ese tiempo. Hay que enseñarles a no ser tan dependientes.

Es fundamental **reforzar la autoridad del colegio**, apoyando todas las normas que tiene, y si alguna no nos convence, no manifestarlo delante de nuestra hija. Si ella tiene algún castigo, apoyar su cumplimiento explicándole que los castigos están precisamente para que nos demos cuenta de que hemos hecho algo mal, y justo porque nos fastidian, son efectivos. Gracia a ellos se despierta en nuestro cerebro una alerta que nos previene para no volver a caer en lo mismo. Eso sí, a pesar de estar castigada le haremos saber que seguimos queriéndola muchísimo.

Si estas cosas nuestra hija no las tiene más o menos asimiladas para los 12 años –

aunque muchas veces le cueste hacerlas- va a ser muchísimo más difícil que las logremos a partir de entonces. Porque a estas pequeñas “batallas” se unirán las nuevas que surgen con motivo de la adolescencia: ¿Por qué no puedo ir a ver una película para mayores de 18 si van el resto de mis amigas? ¿Por qué no me puedo comprar la decimosexta camiseta si me la voy a pagar con mi dinero? ¿Por qué tengo que ir a visitar a la abuela hoy por la tarde? ¡Ya he quedado con mis amigas! ¿Es obligatorio ir hoy a Misa? ... Nos podemos volver locos y desesperarnos.

Padre y madre tenemos que tener claro qué cosas consideramos fundamentales en nuestra familia y cuáles no lo son tanto. En qué no vamos a ceder nunca y qué aspectos se pueden negociar. Tenemos que tener unidad de criterios, si no, nuestra hija jugará con nosotros y acudirá siempre al más ingenuo de los dos, al que cede antes, normalmente el padre, y logrará que discutamos los dos y su conclusión lógica será: ¿si vosotros tampoco lo tenéis claro, por qué me queréis imponer ese criterio?