

¿Sabes con quién salen tus hijos, o prefieres no meterte en sus asuntos?

**¿Cómo estar informada sin limitar su autonomía** y, sobre todo, sin preocuparte demasiado?

por ALEX IZQUIERDO



## ¿Conviene conocer a sus amigos?

**L**a respuesta es rotunda: sí. Pero no sólo es bueno estar al tanto de esta parcela de su vida, sino de la mayor parte posible, como sostiene **Belén Acevedo**, psicóloga de Cinteco: “Es importante tener la máxima información sobre nuestros hijos, y mucho más en una etapa como la adolescencia, de muchos cambios. Eso nos permitirá intervenir ante cualquier problema que pueda surgir”. Sus cambios se justifican con una sola explicación: están a caballo entre la infancia y la vida adulta, y ansían su autonomía para buscar su propia identidad. ¿Dónde? “Normalmente, en su grupo de iguales, con el que se van a identificar y dentro del cual se van a sentir integrados”, dice la experta. ¿Resultado? Se distanciarán de sus padres para diferenciarse y el vínculo con los amigos que han elegido será más fuerte que nunca.

### Ellos cambian, sus gustos también

“Es aconsejable que haya habido una base de comunicación entre el adolescente y sus padres desde la infancia. Todo lo que no se haya instaurado entonces, a partir de la adolescencia es mucho más complicado de realizar”, comenta Acevedo. Pero aunque sepas con quién se ha relacionado siempre, con quién jugaba en el recreo del colegio y quién le gustó desde el parvulario, “al ir creciendo los intereses y motivaciones de los jóvenes, sus relaciones, pueden ir variando”, explica la psicóloga.

### Escucha, no te entrometas

¿Cómo saber con quién anda ahora, entonces? Es sencillo de explicar, aunque quizá te cueste un poco más llevarlo a cabo: interesándote, pero

manteniéndote al margen. “Tenemos que escuchar intentando no opinar y no juzgar; porque si cuando nos cuentan algo nosotros opinamos sobre lo que no nos gusta, decimos que lo hacen mal o que determinada gente no les conviene, su reacción automática va a ser la de cerrarse en banda, ocultarnos cosas y mentirnos”, opina. Sin embargo, afirma: “Si les dejamos hablar libremente, ellos van a ir soltándose y nos van a dar mucha información de por dónde andan. No se trata de acosarlos a preguntas tipo interrogatorio, sino más bien de estar receptivos cuando estén dispuestos a contarnos”.

### ¿Y si me preocupa su compañía?

En este momento de sus vidas, sus amigos son de lo más influyentes, y está bien que así sea, pues la socialización marcará su personalidad. “Eso sí, si creemos que algunos pueden ser perjudiciales”, dice Acevedo, “podemos dar nuestra opinión y razonar nuestra respuesta, pero siempre respetando su decisión de a quién han elegido ellos como amigos”. De manera indirecta, puedes motivar actividades que le gusten y sean incompatibles con determinados grupos, pero siempre asumiendo que en la adolescencia “perdemos el control sobre ellos, pues toman sus propias decisiones, y nuestra opinión como adultos tiene escasa o nula relevancia para ellos”. ■

### La experta



**Belén Acevedo**  
PSICÓLOGA. DPTO. DE ASISTENCIA PARA ADOLESCENTES DE CINTECO (cinteco.es).

“SI NO SON ADECUADOS, LO SABRÁN”

“No hay que tener tantos miedos con respecto a si los amigos de nuestros hijos son adecuados. Normalmente, son ellos mismos los que lo acaban viendo. El que lo vivan y tomen sus decisiones frente a eso es muy valioso como aprendizaje; el que cometan sus propios errores y que aprendan de ellos es fundamental para su independencia y autonomía en la vida. Y que consigan ambas es el objetivo hacia el que los padres les debemos guiar.”

.....

**Si no les dejamos salir con ciertos amigos, o hablamos mal de ellos ante nuestros hijos, sólo lograremos que su relación se afiance.**