

Comunicación en familia

Por Fernando de la Puente

Revista Padres y Maestros, No. 261, junio 2001

Múltiples e importantes comunicaciones

No vamos a filosofar demasiado. La comunicación es un vehículo necesario de la relación humana y educativa. El hombre es un ser relacionar, crece socialmente. La verdadera educación, que promueve el crecimiento global de la persona, se realiza de hecho a través de la comunicación personal y grupal.

En la vida familiar existen muchas formas del así llamado *diálogo educativo*, todas ellas interesantes y necesarias para la creación de actitudes y valores; un abanico de estrategias que debemos simultanear equilibradamente.

Por una parte utilizamos el **monólogo** cuando mandamos, censuramos, juzgamos, aconsejamos, interrogarnos a nuestros hijos. Es una comunicación unidireccional. No esperamos respuesta o esperamos un dócil asentimiento. Un ejemplo clásico del monólogo es el *sermón educativo*, a veces demasiado frecuente y largo. Utilizamos el **diálogo-negociación** cuando negociamos salidas, permisos, peticiones de todas clases, hacemos *contratos* bilaterales para establecer horas de trabajo y descanso, y proclamamos premios y castigos en las cláusulas de estas negociaciones (en las que a veces terminamos cediendo blandamente y ellos terminan saliéndose con la suya).

Finalmente realizamos el **diálogo-conversación**, una comunicación cuyas características básicas son la voluntariedad, la mutua interacción y el respeto. Conversamos para buscar juntos unas orientaciones, unos valores, un caer en la cuenta de situaciones y sucesos, una mayor responsabilidad en el proceso de toma de decisiones. De este diálogo-conversación vamos a tratar en ésta y en las siguientes entregas.

¿Es necesario el diálogo-conversación?

Su necesidad dependerá de lo que pretendamos con la educación, de los objetivos de mi proyecto educativo familiar. Si unos padres únicamente quieren que su hijo esté *preparado en* el sentido de tener muchos conocimientos académicos, juntamente con los idiomas, la informática y otras tecnologías, etc., en este caso no necesitarán dedicar demasiado tiempo al diálogo-conversación. Lo importante será proporcionar oportunidades para dicha preparación.

Pero si además quieren que su hijo sepa lo que significa la amistad, compartir y aceptar, entender el amor; que sea profesionalmente correcto, contribuyendo a mejorar la sociedad; que logre asunir una fe cristiana auténtica y libre, etc. entonces, necesitarán ayudarte en su madurez afectiva y en su responsabilidad. Y para todo esto será necesario el diálogo-conversación. El silencio de la casa, de la escuela, no es recomendable para transmitir valores. No hasta con que nos vean buenos, correctos y responsables. La

palabra se hizo para algo. Hay silencios muy significativos, pero el diálogo explicita y profundiza mucho mejor el gesto y las actitudes. No olvidemos que la educación es audiovisual (palabra e imagen).

Equilibrio de estrategias

No estamos diciendo que la conversación sea la única estrategia educativa en el ámbito de la interacción familiar. Saber exigir, mandar, negociar, son el marco necesario que permite *el orden y concierto* en la casa para que podamos tener precisamente espacios de conversación. En muchas casas hay una habitación de trastos y cosas sueltas, que algunas madres llaman *leonera*; pero hay familias en que toda la casa es una *leonera psicológica*.

Por otra parte es especialmente importante mantener la autoridad moral. Si no me respetan, no puedo dialogar porque me consideran como un *trapo*, y con un *trapo* no se dialoga. También es necesario proporcionar ayudas específicas cuando se detectan problemas físicos, intelectuales o efectivos de los hijos. Si un niño tiene problemas, hay que ayudarle a resolverlos para liberarle de lo que le impide seguir creciendo en madurez humana y en valores, lo cual facilita también la apertura al diálogo.

Por lo tanto la comunicación es importante, pero ello no quiere decir que sea lo único que debemos hacer en educación. Las otras estrategias son necesarias y apoyan la comunicación. Es necesario establecer un equilibrio ecléctico de estrategias.

Lo específico del diálogo-conversación

Conversar es comunicarse sin buscar nada práctico a corto plazo. El diálogo-conservación se diferencia del diálogo-negociación, las motivaciones verbales, las alabanzas y las censuras, etc. en que la conversación es un espacio de libre comunicación en la que no pretendemos lograr un objetivo concreto ni una solución inmediata.

Sucede con frecuencia que cuando hacemos de la conversación un instrumento para que mi hijo o hija haga algo o acepte algo a las inmediatas, la conversación se convierte en una negociación, que podría ser muy interesante en otro momento, pero perderíamos el insustituible fruto de la conversación que es comprender al otro, escucharnos, dar testimonio de nuestros valores como adultos, educar en sana libertad de expresión, confrontar sus ideas con las nuestras, en definitiva, influirles en una atmósfera de libertad y respeto. Si todos los diálogos se convierten en negociaciones y discusiones para ver quién tiene la razón o para ver quién cede más, ¿cuándo conversamos?

Conversar es dejar opinar a los hijos y no poner cara de extrañeza ("¿Qué estás diciendo?") pues entonces se acaba la libertad de expresión. Ellos están viendo en tu rostro un impedimento para su libre comunicación.

Conversar es expresar tu opinión sin imponerla, preocuparse de dar justificación a tus opiniones (si las tienes; y si no, piénsalas y exprésalas en otra ocasión). Es un intercambio sereno de puntos de vista. Tú no te asustas ni *te echas las manos a la cabeza* sino que expones tu opinión y él o ella la suya. Los criterios o actitudes no se

mandan, se motivan en libertad. Si no aceptamos esto tendremos muy poco que hacer en este campo del diálogo-conversación.

Conversar es dar importancia a lo que los niños y adolescentes opinan aunque lo hagan de un modo infantil o inmaduro. Las opiniones de un niño o adolescente sobre sus amigos, su futuro (que tanto les inquieta también a ellos), la sexualidad, el alcohol y las drogas, esas amistades extrañas que a veces nos sorprenden, etc. son las cosas de su vida, lo más importante para ellos.

Para conversar es preciso jugar limpio con los hijos. No jugar limpio es disimular planteando un diálogo libre pero en la práctica lo que queremos es convencerle de algo y tomar alguna decisión inmediata. Hay que tener mucho cuidado especialmente con los adolescentes. Si vamos a utilizar el diálogo para mandar, prohibir o conceder algo, tenemos que decirlo previamente "Vamos a charlar, yo te voy a escuchar y luego yo tomo la decisión". Eso también es un diálogo interesante y a veces necesario, pero no es la conversación abierta y *desinteresada* de la que estamos tratando ahora, cuyo objetivo es escucharnos, entendernos, favorecer el enriquecimiento o cambio de actitudes y valores a medio o largo plazo.

Recuerdo lo que decía una madre: "Yo dialogo mucho mejor con los hijos de n-ú vecina que con mis propios hijos; porque estoy relajada; no me asusto porque me digan cosas horribles de la sexualidad o de lo que sea, sino que lo tomo con calma; por mi parte no dejo de decirles lo que pienso, me escuchan con respeto y noto que les he influido positivamente en muchas ocasiones". Este es el problema de ser padre, evidentemente, que nos ponemos tensos y nos sentimos amenazados con sus expresiones.

Por lo tanto para dialogar es necesario no estar obsesionado por conseguir algo o pretender algo a las inmediatas, (a ver si consigo meterle en la cabeza cuatro ideas claras). Es como un diálogo como de igual a igual, pero sin hacernos colegas de nuestros hijos, conservando siempre nuestra autoridad moral de padre y madre.

En el terreno de la búsqueda de la verdad no somos dominadores de nuestros hijos, aparte de que los hijos están viviendo una vida distinta a la nuestra. Los hijos necesitan un diálogo en el que no estemos tensos ni preocupados por convencerles de nuestros puntos de vista aunque expresemos sinceramente nuestros valores.

Según las encuestas recientes sobre la juventud europea, los jóvenes valoran mucho la familia quieren que sea un espacio de libertad, de comunicación y sinceridad, y recuerdan con nostalgia los momentos de auténtico diálogo. Necesitan una atmósfera tranquila en casa, con buena ósmosis afectiva, donde los padres son testigos de sus propios valores (lo cual no significa que necesitan también como hemos -dicho, otros tipos de intervención familiar).

Sin este diálogo-conversación faltaría algo importante en la educación en valores y actitudes. Los hijos necesitan padres y madres que no guarden silencio sobre los valores humanos, sino que se *mojen* y digan cuáles son sus criterios. Esto es importantísimo para ellos, aunque digan "No me convences". Nuestro testimonio aunque no nos lo creamos, es un referente necesario para su vida.

El espejo retrovisor

Para favorecer este diálogo-conversación debemos cuidar nuestros gestos mientras escuchamos a un niño o adolescente. Sería divertido que tuviéramos una especie *de espejo retrovisor* sobre nuestro hombro para ver la cara que estamos poniendo cuando escuchamos y hablamos con nuestros hijos. Sería impresionante. En los cursos de formación para profesores jóvenes, uno de los ejercicios consiste en dar una clase grabándola en vídeo, para analizar después los diversos aspectos de la comunicación, especialmente el gesto o lenguaje no verbal. Sería genial hacer algo así en familia.

Las caras que ponemos cuando hablamos con nuestros hijos son a veces extrañísimas. Nos transformamos, ponemos tal rostro de pánico que eliminamos toda libertad de expresión. Hay padres que ni al peor enemigo le ponen caras tan horribles como los gestos que hacen cuando un hijo dice algo inconveniente (a su juicio). Como si dijeran: "Este niño está loco o es un estúpido... ¿Pero hijo qué estás diciendo?" Son presiones psicológicas que matan la libertad de expresión.

Por otra parte los niños son muy astutos y nos tientan con frases duras para ver cómo reaccionamos. No debemos creer que sus expresiones ("Yo no voy a Misa nunca porque no creo en Dios") se las crean ni ellos mismos. Un adolescente está comenzando a tomar posturas, pero aun no tiene formado su criterio definitivo; mañana o dentro de dos meses pensará otra cosa. Otras veces se trata de posturas psicológicas, defensivas, tentativas; o una manera de contraatacar, de hacer una guerra de frases; quizás están descontentos con nosotros porque les exigimos algo que nos les gusta o por otras causas.

El chantaje del diálogo

Como el diálogo supone una libertad y voluntariedad libre de dos personas, si uno no quiere, dos no dialogan. Hay momentos y situaciones en que los adolescentes no quieren dialogar, por rebeldía u otras causas. Pero lo que nosotros no debemos hacer es mendigar el diálogo a toda costa, supeditando todo a tener una conversación. Diálogo sí, pero no a cualquier precio.

El diálogo no es el objetivo último de la educación sino un medio, a veces importante, y en conjunto imprescindible. Pero no tiene por qué ser aquí y ahora, ni podemos transmitir que estamos obsesionados e inseguros a causa del diálogo. Ellos se dan cuenta y nos pueden utilizar con el chantaje: "Si no me concedes tal cosa no dialogo contigo".

Educar es promover actitudes fundadas en valores a través del modelo (mi coherencia), la palabra y la experiencia. Cuando la palabra no puede ser conversación, porque no existen condiciones adecuadas sin culpa nuestra, entonces la podemos utilizar en forma de monólogo, a través de sanos y auténticos razonamientos de valores y actitudes. El diálogo-conversación es muy importante pero no siempre es posible. En ese caso hay que seguir educando por medio de motivaciones, mandatos, buen ejemplo, cariño y ayuda a los hijos. De una u otra manera, educar, siempre es posible.

Y si somos nosotros los que estamos poniendo dificultades para el diálogo, tendremos que examinarlas y tratar de modificar la situación. Más adelante analizaremos los comportamientos y actitudes nuestras que bloquean la comunicación. En todo caso, no

es bueno ceder al chantaje afectivo del niño que *se pone de morros y no nos quiere hablar*.

Actitudes, técnicas y tiempo

El diálogo-conversación tiene unas técnicas propias que es conveniente estudiar. Hay una manera de hacer preguntas, por ejemplo, muy distinta de los interrogatorios a los que sometemos a los hijos para saber con quiénes han estado y qué han hecho. Hay una actitud imprescindible en toda conversación, la empatía, que es un compromiso de respeto y escucha positivos, sobre la que es necesario reflexionar a fondo. Habrá que analizar también los distintos esquemas del diálogo según los temas: problemas del niño o adolescente, opiniones, ideas, valores, decisiones que él tiene que tomar, etc. Uno de los problemas más significativos en nuestra sociedad es la falta de tiempo para dialogar, que habrá que estudiar en orden a tomar medidas. En nuestras casas llamamos sala de estar a una estancia donde apenas estamos o estamos sin estar. Quien está allí es el televisor como subido a un altar. Y lo que no aparece por allí es uno de los grandes eslabones perdidos de la educación que es la conversación en familia. De todo esto hablaremos en sucesivas ocasiones.

Trabajo en Grupos

RECURSO I

¿Qué tipos de comunicación estoy utilizando?

Supongamos que a lo largo de varias semanas hemos dedicado cinco horas en comunicarnos con los hijos. Prescindimos ahora si en conjunto es mucho o poco tiempo. Se trata de valorar qué formas de comunicación hemos utilizado con más frecuencia, entre aquellas a las que se alude en la charla (aconsejar, negociar, interrogar, censurar, alabar y conversar).

Imaginemos un círculo en el que hemos señalado, como hipótesis ideal, unos segmentos o porciones que representan cada una de dichas formas de comunicación. Sería aproximadamente una utilización positiva y equilibrada del tiempo de comunicación, naturalmente con flexibilidad y siempre considerando un tiempo suficientemente amplio de varias semanas:

1. **Aconsejar**, tiempo empleado en dar consejos y recomendaciones: 25%
2. **Negociar**, tiempo empleado en tratar de llegar a acuerdos con los hijos sobre normas, permisos, proyectos, etc. 25%
3. **Interrogar**, tiempo empleado en intentar averiguar qué han hecho u obtener respuestas claras y respuestas directas: 5 %
4. **Censurar**, reprender lo mal hecho: 5 %
5. **Alabar**, elogiar hechos positivos: 15 %

Preguntamos:

- a) En primer lugar, ¿qué te parece esa proporción de tiempos que hemos señalado? Dibuja un círculo y trata de señalar tu hipótesis ideal de porciones para cada una de las formas de comunicación.
- b) En la comunicación habitual con tus hijos, ¿qué tanto por ciento dedicas realmente a cada una de estas seis formas de comunicación? Trata de dibujar en un círculo dichas porciones o tantos por ciento.

METODOLOGÍA:

Reflexión individual (5-7 minutos).

Comentario con la persona que está a tu lado en la reunión, analizando semejanzas y diferencias (5-7 minutos).

Diálogo general (30-40 minutos). El Moderador invita a cada uno de los miembros del grupo a decir su tanto por ciento de cada uno de los seis tipos de comunicación. Puede escribirlos en el encerado del aula o en algún portapapeles.

Después iniciará una discusión acerca de por qué se emplea más o menos tiempo de lo debido en algunos aspectos. Se trata de hacer un primer análisis sobre la ausencia o poca presencia de las comunicaciones más positivas, como son la alabanza y la conversación; o el exceso del aconsejar, interrogar, censurar, etc.

RECURSO II

"Nos falta tiempo para hablar con los hijos"

Se dice que el mayor problema en el diálogo y comunicación de padres e hijos es la falta de tiempo. El estrés, las prisas, los continuos planes familiares y acontecimientos, el exceso de trabajo, etc. nos impiden convivir con ellos tranquilamente, condición indispensable para comunicarse.

Preguntamos.

¿Me está sucediendo esto realmente a mí y no encuentro tiempo para estar y hablar con mis hijos? ¿Por qué? ¿Me sucede esto desde hace mucho tiempo y no logro mejorar la situación? ¿Creo que tiene que ser así y no me considero capaz de superar este problema? ¿Cuándo y cómo he encontrado momentos para el diálogo? ¿Puedo aportar algunas experiencias o soluciones?

Reflexión individual' 5-7 minutos.

Comentario con la persona que está al lado: 5-7 minutos.

Diálogo general con el grupo: 30-40 minutos.

