

SU PRIMER NOVIO

La primera relación amorosa de nuestros hijos, como es lógico, terminará por llegar. Suele acontecer en la adolescencia, una etapa tan apasionante para ellos como delicada e intensa para todos. Preguntamos a dos expertas en adolescentes, la escritora Eva Bach y la psicóloga Núria Sánchez, cómo debemos lidiar los padres con esta situación. **Eva Millet**

Los jóvenes son concupiscentes de carácter y les encanta hacer siempre lo que desean. Son muy seguidores de las pasiones venéreas". Con esta descripción un hombre tan sabio como Aristóteles definió en su obra *La Retórica* (escrita en el siglo IV a.C.), una de las principales características de la etapa de la adolescencia: el nacimiento del deseo sexual. Un despertar físico que, generalmente, deriva en el descubrimiento del primer amor. Ese primer novio o esa primera novia que, salvo raras excepciones, no va a ser la pareja definitiva de nuestros hijos. Sin embargo, se trata de una relación muy importante, en una edad en la que los vínculos afectivos son muy potentes, por lo que se debe de tratar con interés, respeto y, también, cautela.

NOVIOS EN LA ESFERA DOMÉSTICA

¿Hay que recibir a ese primer amor de los hijos con brazos abiertos o tratarlo con frialdad británica? "Yo creo que siempre hay que buscar el término medio", dice la psicóloga Núria Sánchez. "En mi consulta he tratado a familias que no quieren conocer en absoluto a esta persona porque, en definitiva, también intentan prevenir el dolor que ellos pueden tener en caso de una rup-

tura. A veces hay como una resistencia por parte de los padres a afrontar una situación de un posible duelo", añade. Sánchez, quien también es tutora de cuarto de ESO y coordinadora pedagógica en el colegio Mare de Déu dels Àngels, de Barcelona, cree que este mecanismo "es un poco extremo". De todos modos, también ha observado que, a veces, pecamos de lo contrario, abriéndoles los brazos sin reservas: "Y tampoco creo que sea demasiado adecuado, sobre todo dependiendo de la edad, el pasar a asumir la pareja como si formara parte del núcleo familiar".

¿LES DEJO DORMIR JUNTOS?

Otra derivada en este ámbito es la conveniencia de que el novio o la novia duerman juntos en el hogar familiar. En este tema hay tanto desde noes rotundos hasta padres que les ponen una cama de matrimonio a sus hijos de 15 años. Eva Bach cree que los padres no deberían anticiparse en esta cuestión, es mejor que lo planteen los interesados. A partir de ello, cada familia escogerá qué hacer en función de las circunstancias y de sus valores. La pedagoga también considera que es recomendable que sea una iniciativa de las hijas el llevarlas a la primera visita ginecológica.

En su opinión, lo más conveniente es "tratarlo como a ese amigo especial que nuestro hijos han tenido a lo largo de su vida". Esos amigos íntimos que han venido a casa con frecuencia y que se han podido quedar a merendar, a cenar y a los que hemos invitado puntualmente a pasar unos días en verano.

¿PRESENTARLO? QUE ELLOS DECIDAN

Otra experta en adolescentes, la pedagoga y escritora Eva Bach, cree que es "conveniente e ideal" conocer al novio o a la novia de los hijos. "Pero creo que el presentárnoslos es una decisión que les corresponde a ellos", afirma. A los padres, añade: "Nos corresponde crear un buen clima de confianza para que nos presenten a su pareja con toda naturalidad".

Bach, madre de dos adolescentes, confiesa que ella es del tipo que recibe a las parejas de los hijos con los brazos abiertos. "Lo he hecho y lo sigo haciendo con sus amigos y sus amigas, ¿por qué no tengo que hacerlo con las parejas?", pregunta. Además, este buen recibimiento es también algo estratégico: "Porque nos permite estar más cerca de los hijos, acompañarlos mejor en sus alegrías y sus penas y estrechar más los lazos con ellos y la pareja". Sin embargo, Bach



10 PISTAS PARA ENCAJAR EL PRIMER AMOR

1 La edad para tener el primer novio es muy variable ya que cada proceso madurativo es diferente. Las niñas, por ejemplo, suelen ser más precoces. Con independencia de la edad en la que los hijos entablen su primera relación afectiva, los padres no deberían jamás ridiculizar la misma. Para ellos, es un tema muy serio.

2 Aunque es difícil concretar, para la escritora y pedagoga Eva Bach la edad ideal para el primer novio/a sería a partir de Bachillerato o de los ciclos 16-17 años. Tercero de la ESO (14-15 años) es asimismo una edad habitual para empezar. La psicóloga Núria Sánchez la califica de “delicada”, porque el cambio hormonal está en su apogeo.

3 Los novios o novias han de ser presentados a la familia por iniciativa de los hijos y no por una exigencia de los padres. A que nos los presenten ayudará mucho el haber trabajado una relación de confianza y una comunicación fluida con ellos desde la infancia, que ambas expertas califican de “fundamental”.

4 Mejor recibir con afecto que no querer saber nada. Las parejas de los hijos se pueden tratar como se trata a aquellos amigos especiales. De todos modos, se desaconseja “adoptar” al novio o a la novia de los hijos.

5 A la hora de entablar una primera relación los hijos han de estar informados sobre la anticoncepción y la prevención de enfermedades de transmisión sexual. Pero la educación sexual no es solo prevención. Tienen que saber que las relaciones han de ser siempre consentidas y que, más allá del sexo, hay aspectos clave como el amor y el respeto mutuo.

6 En ocasiones, los hijos escogen a una pareja que a los padres les parece de lo más inadecuada (a veces, se hace como forma de rebelión). En estos casos, se recomienda un tiempo prudencial de espera y algo de tacto antes de decir lo que se piensa.

7 Sin embargo, si se detecta de que se trata de una relación perjudicial y destructiva para los hijos, hay que actuar sin dudarlo. “De forma asertiva y con la voluntad de ayudar a saber lo que pasa y de buscar una solución con el hijo o la hija”, recomienda Eva Bach.

8 El signo más claro de que se trata de una relación tóxica es el claro distanciamiento del círculo habitual de amigos a causa de la nueva pareja. También hay que estar alerta en cambios en el vestir, en el comportamiento y un retraimiento generalizado.

9 Una ruptura amorosa no es fácil; es una frustración inmensa. Y, como señala Núria Sánchez, los modelos en boga de crianza sobreprotegida están provocando adolescentes muy débiles. “Por lo que hay niños que materialmente se rompen a la hora de afrontar esa ruptura”, apunta Sánchez. Hay que dejar de sobreproteger y preparar a los hijos para esa posible situación.

10 A veces, son los padres los que viven esa ruptura también como una pérdida, a causa del afecto que sentían por la pareja de sus hijos. Esta es una de las causas por la que muchos no quieren conocer a los novios o novias hasta que haya un compromiso en firme.

puntualiza que una cosa es acoger y otra, adoptar: “Recibir con los brazos abiertos, con respeto y afecto, lo veo adecuado y recomendable. Adoptar, ni lo veo adecuado ni recomendable”. La experta ve bien que los novios y novias vengan a casa y se queden un rato. Incluso, que se queden a dormir algunos días. “Pero lo que no veo bien es que se instalen en casa y acaben viviendo con nosotros”, comenta. Ambas expertas consideran que lo importante ante la primera pareja de los hijos es estar alerta. No hay que olvidar que la adolescencia es una etapa muy intensa, un periodo psicológicamente muy delicado. Tanto que, como explica Núria Sánchez: “La mayor parte de patologías que nos pueden acompañar en la vida adulta nacen ahí”. Por eso, reitera lo importante que es cuidar muy bien esta etapa: “A veces nos parece que la crianza puede darse

por acabada cuando el chico o la chica traen el primer novio. Nos creemos que ‘ya es mayor’ y podemos dejarlo completamente a su aire con este tema, pero es un periodo que precisa de un acompañamiento”.

LA EDAD IDEAL

Según Bach, autora de *Adolescentes, qué maravilla* (Plataforma Actual), lo recomendable es que este tipo de relaciones tuvieran lugar “cuando un chico o una chica están preparados para cuidarse a sí mismos y asumir de forma responsable y autónoma las posibles consecuencias que se pueden derivar”. Bach opina que abordar este tema requiere mucho tacto, pero no hay que evitarlo. “Hay que aconsejarles que tengan relaciones sexuales cuando se sientan maduros para ello y sientan que su relación es lo suficientemente importante y sólida”, concluye. Pero ya

se ha mencionado que adolescencia y madurez no son precisamente sinónimos. Por ello, a menudo, los padres se llevan las manos a la cabeza al descubrir que sus hijos tienen novio, ya que no los ven lo suficientemente preparados. De todos modos, como observa Núria Sánchez, una primera relación también puede ayudar en el proceso madurativo de nuestros hijos. “Puede ser una oportunidad de crecimiento a nivel afectivo y personal”, dice.

OJO CON LAS RELACIONES TÓXICAS

Pero, ¿qué sucede cuando las condiciones no son “normales”? ¿Qué ocurre cuando se involucran con alguien que no nos gusta? Eva Bach apunta que las parejas de los hijos han de gustarles a ellos, no a nosotros. “Ahora, si vemos que se trata de una relación claramente perjudicial y destructiva, entonces sí que hemos de decirlo y actuar”, alerta



la pedagoga. Y es que los noviazgos en la adolescencia puede ser hermosos pero, también, un auténtico calvario, con violencia de género incluida. De este tema alertan los expertos desde hace tiempo y lo ratifica el Instituto Nacional de Estadística, que recoge los últimos datos sobre violencia doméstica. Se cifran en 499 las menores de 18 años que fueron maltratadas. En

mujeres de entre 18 y 19 años, se llega a las 856. Estas cifras, aseguran los expertos, son solo la punta del iceberg. Un elemento de alerta roja es cuando la pareja le limita las otras relaciones de su entorno. Es decir, cuando dejan de ver a sus amigos de siempre a causa del novio. “Sin olvidar cambios en el estado anímico y mucha inestabilidad emocional”, dice Sánchez. Para ayudar

a superar estas relaciones dañinas, es fundamental haber construido una relación de confianza con los hijos desde la infancia. Sin olvidar, la prevención. “Hay que explicarles que el poder afectivo sobre el otro, mal utilizado puede ser nocivo, que hay que diferenciar muy bien lo que es el querer de lo que es el necesitar”, recuerda Sánchez. Sin olvidar trabajar desde pequeños las bases de desarrollo emocional; que son la autoestima, la seguridad y una empatía que prevengan este tipo de relaciones tóxicas. Porque hay que saber que en los afectos, en la relación de pareja, ha de haber una relación de igual a igual, siempre. Y según que tratos no se merecen. “Además, si trabajamos también esta inteligencia emocional con nuestros hijos, prevenimos que busquen en esa pareja la antítesis de lo que nosotros hubiéramos querido”, resume la psicóloga. ♥

HABLAR DE SEXO (Y DE AMOR) DESDE PEQUEÑOS

La educación sexual en la adolescencia se ha normalizado, poniendo el foco en la **prevención** del embarazo y de las enfermedades de transmisión sexual. Sin embargo, Eva Bach es de la opinión que no solamente se ha de hablarles de la prevención: “También hemos de hablar de sexo y normalizarlo”, explica, “pero no hay que esperar a hacerlo en la adolescencia o cuando tengan pareja; hemos de empezar desde pequeños, a partir de sus preguntas y sus inquietudes”. En una época en el que el sexo es omnipresente y parece ir desligado del afecto, Bach reivindica hablar a los hijos “de amor, de respeto y de belleza”. El respeto: no forzar al otro y es muy importante el *sexual consent* (consentimiento sexual, o que ambas partes estén de acuerdo a la hora de tener relaciones), se trabaja mucho en el mundo anglosajón.