



estilo
educación
 travesías
 salud
 gourmet
 tecno
 familia

LEJOS DE CASA

Desde los primeros años de vida, los padres se dedican a la formación de sus hijos en casa, preparándolos para los retos que vendrán en su vida adulta.

Uno de los momentos más difíciles y cruciales, tanto para los padres como para los hijos, es cuando se toma una decisión frente a los estudios universitarios, en especial si el instituto que elige el joven queda en otra ciudad y él o ella se ven en la obligación de mudarse lejos del hogar para hacer la carrera.

Aunque expertos aseguran que enviar los hijos lejos a estudiar no se compara con el síndrome del nido vacío -ya que se trata de temporadas cortas y no de un abandono necesariamente permanente del hogar-, este momento de desprendimiento está lleno de temores, porque, a pesar de que los padres pueden haber hecho un buen trabajo en la parte educativa y en la formación de valores, todavía existen muchos miedos en torno a lo que se van a enfrentar al estar solos en otra ciudad.

Los padres albergan el temor de que sus hijos estando lejos de ellos caigan en el consumo de alcohol o abuso drogas, tengan un embarazo no planeado o sufran de bullying. Según los expertos estos son los mayores y más frecuentes temores de papá y mamá frente a la decisión de realizar sus estudios universitarios lejos del hogar.

Un consejo para que tanto los padres como los hijos puedan estar tranquilos a pesar de la distancia, es que la relación tenga como base una buena comunicación y confianza para dialogar y comentar los problemas.

Lorena Polanía, psicóloga de Boho U Living, edificio de vivienda estudiantil en Cali, brinda varios consejos para que este momento no se convierta en algo traumático para padres e hijos.

Hablar de las emociones

Como ya se ha mencionado, la comunicación es un aspecto clave, que sirve de factor protector frente a cada uno de los temores.

Es bueno estar en contacto y establecer espacios de confianza que permitan identificar si el joven necesita algún tipo de apoyo o guía en el momento de interactuar con otros jóvenes.

En la época universitaria los hijos pueden escoger otras ciudades o países, ¿cómo afrontar este reto personal lejos de casa?

Especial para El País*



Además, de acuerdo con la psicóloga, para que esta comunicación sea estable y fluida es necesario partir de una base sólida de confianza, sin que esto signifique sobreprotección; que los padres sean un apoyo constante para sus hijos.

Compartir los temores tanto de los padres como de los hijos

De acuerdo con Liliana Polanía, para los padres existen una infinidad de

temores frente a la partida de sus hijos, entre ellos el inicio de su vida sexual y un posible descontrol de su parte al afrontarla lejos de casa.

Sin embargo, para la experta, es fundamental que se compartan este tipo de temores entre padres e hijos, que existan momentos de comunicación para que se hable abiertamente de los riesgos y de cómo enfrentarlos.

Dejar claro los límites

Dejar ir y dar independencia no significa que los hijos puedan tomarse libertades sin un 'control' o establecimiento de límites.

"Los límites son fundamentales y nos protegen. Estos deben existir, no importa la edad y en todas las relaciones son un determinante de éxito. Por esta razón yo cambiaría el concepto de reglas por límites, no podemos hablar de dar un paso de independencia si el joven no tiene claro que vive en un entorno que debe respetar. Es como las líneas en la carretera o el cause de los ríos, si este no existe se desborda... lo mismo sucede con las personas", asegura la psicóloga.

Hablar de los aspectos positivos

Llegar a la independencia universitaria no necesariamente puede significar un trauma o algo negativo, también tiene aspectos positivos que se deben comunicar.

Algunos de ellos son, por ejemplo, la consolidación de valores, se estimula la toma de decisiones, y se promueven las conductas de disciplina de manera individual, hay un desarrollo de la inteligencia emocional y se generan más habilidades sociales, las cuales son fundamentales para el éxito en todo lo que los hijos emprendan en su vida.

Con estas claves, los padres de hijos que pronto partirán a la universidad podrán ser un apoyo para ellos en este momento tan importante de sus vidas.

*Escrito por **Jeimmy Celemin**, periodista.

Consejos

Hay que hacer uso de las llamadas gratuitas a través de Internet, apoyarse en WhatsApp e inclusive las redes sociales, que permiten el contacto diario con los hijos. Y establecer un horario para comunicarse, pero cuando estos no puedan, no entrar en pánico.

Los padres deben tener presente que sus hijos se fueron por un periodo limitado para estudiar y que esto les permitirá tener mejores oportunidades en el futuro.

Se recomienda ayudar a los hijos a buscar alojamiento, buscar personas conocidas que los reciban o apoyen durante su estadía. Es bueno acompañarlos hasta que se instalen.

Hay que mostrar interés por el plan académico que llevarán a cabo.

No hay que des- cuidar a los demás hijos, al centrar la atención solo en el que se va.

Libro

Un libro para inquebrantables

DANIEL HABIF, CREADOR DEL MOVIMIENTO GLOBAL 'INQUEBRANTABLES', PUBLICÓ SU LIBRO DEL MISMO NOMBRE, INQUEBRANTABLES. EN SU PRIMER LIBRO, LA CONOCIDA VOZ DINÁMICA DE HABIF PROPORCIONA INSPIRACIÓN Y MOTIVACIÓN, ASÍ COMO EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA AYUDAR A LOS LECTORES A SUPERAR OBSTÁCULOS PERSONALES EN ÁREAS COMO LA FAMILIA, EL AMOR, EL MATRIMONIO Y LA CARRERA.



Evento

El último Womento del año

El próximo 12 de diciembre, en el Casino Hollywood, a las 6:00 p.m., se vivirá el evento de cierre de fin de año Womento Original, con un foro de hombres que exaltarán el rol de la mujer en la sociedad desde sus experiencias. A la fecha se puede hablar de un impacto significativo de más de 12.000 personas, incluidas aquellas que han sido tocadas desde sus entornos por una mujer Womento empoderada y transformada.

