

Cómo los padres se adaptan cuando sus estudiantes se mudan a la universidad

Pasar a la universidad representa un paso significativo hacia la edad adulta. Si el estudiante vive en casa o se muda afuera de casa para asistir a la universidad colegio, la mudanza representa una separación emocional tanto para los padres como para el hijo. Para la mayoría, acabar con la escuela secundaria marca el fin simbólico de la juventud. Esta fase de la vida, especialmente cuando el estudiante se muda de casa, se refiere como "el nido vacío". Muchos padres hablan con entusiasmo acerca de los cambios - se sienten menos constreñidos, tienen más tiempo libre y ya no soportan música fuerte o la competencia por el teléfono, la computadora o el coche. Pero una sensación de pérdida es evidente en comentarios como "Está muy tranquilo por aquí" o "No puedo creer cuánto menos gasto en comestibles".

Desafíos para los padres

Sintiendo un vacío

Los sentimientos de vacío caracterizan esta etapa de separación: hay tiempo libre y habitaciones limpias. Los padres pueden sentirse desprevenidos o incómodos sin sus funciones como cuidador y protector principal. La crianza de los hijos es un negocio duro y una espada de doble filo; La crianza exitosa requiere dedicar la vida a un ser totalmente dependiente para asegurar una salida segura e independiente al mundo, dejando atrás a los padres. La alegría puede mezclarse con el extrañamiento mientras que el adulto joven despega de la base casera.

Sentirse excluidos se mudan a la universidad

Ajustarse a no estar incluidos puede ser difícil cuando los padres ya no son necesarios de la misma manera. A pesar de que los estudiantes pueden haber sido bastante independientes bajo su cuidado, supervisión y techo, los padres están menos al tanto con todos los aspectos de la vida de su hijo en la universidad. Ya no saben los detalles del paradero de su hijo o hija y no pueden criticar a todos sus amigos.

Renunciar el control

Es necesario renunciar alguna medida del control parental. Que sea dar consejos sobre la selección de cursos o beber, los padres tienen que llegar a darse cuenta de que los adultos jóvenes deben tomar sus propias decisiones. Las relaciones crecen y cambian a medida que los hijos crecen y cambian.

Lo que los padres pueden hacer crianza exitosa requiere dedicar la vida a un ser totalmente dependiente para asegurar una salida segura e independiente al mundo, dejando atrás a los padres. La alegría puede mezclarse con el extrañamiento mientras que el adulto joven despega de la base casera.

Redirigir el tiempo y la energía previamente enfocados en el hijo. Hacer un balance de los intereses y bienes personales revelará áreas de la vida que pueden haber sido descuidadas. Puede ser el momento de desarrollar, despertar y buscar aficiones viejas y nuevas, actividades de ocio y carreras.

A medida que desempeñan un nuevo rol en la vida de sus hijos, los padres deben reajustar su identidad como padres y como pareja. El objetivo es desarrollar un aspecto adulto-adulto de la relación padre-hijo. Los hijos siempre necesitan a sus padres, pero la relación puede llegar a ser más similar a la de los pares. Aceptar que los hijos adultos quieren más privacidad en ciertas áreas de sus vidas es parte de este proceso. Si hay otros hijos todavía en casa, toda la estructura familiar cambiará. Hija y no pueden criticar a todos sus amigos.

Idealmente, las discusiones sobre los valores, que han ocurrido a lo largo de la vida del hijo, sirven de base. Antes del envío, sin embargo, es útil volver a discutir temas específicos, ya que los estudiantes universitarios suelen enfrentar situaciones relacionadas con el sexo, las drogas y el alcohol, así como problemas académicos e interpersonales difíciles. Sin moralizar o criticar, incluso los adultos jóvenes se benefician de escuchar las opiniones de sus padres sobre estos temas.

Discutir las necesidades individuales. Los padres deben investigar y pedir los recursos disponibles. Organizar los servicios necesarios para un estudiante con una discapacidad de

aprendizaje, enfermedad mental o condición física debe hacerse preventivamente. El personal de la universidad está especialmente capacitado para trabajar con estudiantes de esta edad y estos especialistas deben ser identificados antes de su llegada. crecen y cambian.

En el caso de una crisis, es preferible apoyar las habilidades propias del estudiante para afrontar y resolver problemas en lugar de apresurarse como salvador, cuán difícil que sea escuchar gritos de angustia. Las crisis descritas desde lejos suelen sonar peores de lo que son y muchas veces pueden cambiar drásticamente en el transcurso de unos pocos minutos o días. Los padres, sin embargo, conocen mejor a su hijo y deben evaluar cuando su hijo necesita su ayuda más directa.

- Redireccionar el tiempo y la energía previamente enfocados en el hijo. Hacer un balance de los intereses y bienes personales revelará áreas de la vida que pueden haber sido descuidadas. Puede ser el momento de desarrollar, despertar y buscar aficiones viejas y nuevas, actividades de ocio y carreras.
- Planear con anticipación. Además de todos los detalles de transportar cosas al campus y comprar la lámpara de escritorio perfecta, decidir sobre cosas tales como cuentas corrientes, tarjetas de teléfono y dinero de bolsillo antes de ponerse en camino es útil.
- Determinar las expectativas y directrices apropiadas y ser explícito. Los padres deben anticipar eventos futuros y discutir directamente con el adulto joven los temas como toques de queda, contribuciones financieras y arreglos de cohabitar con parejas románticas. Si los padres esperan o quieren una llamada telefónica semanal, deben decirlo. Si los padres y los estudiantes quieren pasar unas vacaciones juntos, deben planificar con antelación.
- Permitir errores. Los padres deben alentar y aceptar la capacidad del hijo para tomar decisiones independientes. Tanto el estudiante universitario como los padres deben darse cuenta de que se harán los errores a lo largo del camino - se llama la experiencia vivida. Aprender de los errores es otro tipo de aprendizaje.
- En el caso de una crisis, es preferible apoyar las habilidades propias del estudiante para afrontar y resolver problemas en lugar de apresurarse como salvador, cuán difícil que sea escuchar gritos de angustia. Las crisis descritas desde lejos suelen sonar peores de lo que son y muchas veces pueden cambiar drásticamente en el transcurso de unos pocos minutos o días. Los padres, sin embargo, conocen mejor a su hijo y deben evaluar cuando su hijo necesita su ayuda más directa.
- Guiar al estudiante en lugar de poner presión. Comunicar las metas y expectativas educativas debe hacerse con respeto al estilo e intereses propios del estudiante. Los estudiantes universitarios necesitan perseguir sus propias pasiones. Aunque el aporte de los padres puede ser útil, no se debe esperar que los niños vivan los sueños de sus padres. Centrarse en "mi hija el doctor" o "mi hijo el abogado" es improductivo. Los padres deben permitir que el fabricante de velas surja si eso es lo mejor. La universidad debe ser un tiempo de autodescubrimiento, incluso si el proceso se hace a rachas.
- Planear con anticipación. Además de todos los detalles de transportar cosas al campus y comprar la lámpara de escritorio perfecta, decidir sobre cosas tales como cuentas corrientes, tarjetas de teléfono y dinero de bolsillo antes de ponerse en camino es útil.
- Determinar las expectativas y directrices apropiadas y ser explícito. Los padres deben anticipar eventos futuros y discutir directamente con el adulto joven los temas como toques de queda, contribuciones financieras y arreglos de cohabitar con parejas románticas. Si los padres esperan o quieren una llamada telefónica semanal, deben decirlo. Si los padres y los estudiantes quieren pasar unas vacaciones juntos, deben planificar con antelación.
- Permitir errores. Los padres deben alentar y aceptar la capacidad del hijo para tomar decisiones independientes. Tanto el estudiante universitario como los padres deben darse cuenta de que se harán los errores a lo largo del camino - se llama la experiencia vivida. Aprender de los errores es otro tipo de aprendizaje.

<https://med.nyu.edu/child-adolescent-psychiatry/news/csc-news/2015/transition-college-separation-and-change-parents-and-students>