

# Paternidad totalmente consciente

*"Generalmente se entiende la co-crianza como el hecho de compartir el cuidado físico y emocional de los infantes... así como la responsabilidad de resolver los problemas y tomar decisiones."*

DR. KYLE PRUETT, *Fatherneed*, 2000

## **En este capítulo aprenderás:**

- ▶ Qué significa ser un padre consciente
- ▶ Cómo los bebés están "programados" para buscar a su padre
- ▶ Cómo un papá prepara a su hijo para el mundo exterior
- ▶ Por qué los papás no pueden esperar a que los inviten para participar activamente

Las cosas están cambiando. Este es un buen momento para los padres primerizos que quieren participar en las vidas de sus hijos. Las actitudes sobre la importancia de la paternidad activa han cambiado en los últimos años. Las encuestas que se han hecho con algunas parejas indican que en una sola generación la **co-crianza** se ha convertido en la segunda prioridad más importante entre los padres a finales de la década de los 90.

Esto significa que hay buenas y malas noticias. La buena noticia es que más padres entienden que los niños necesitan tanto a la madre como al padre. Las investigaciones recientes sobre la paternidad apoyan estas actitudes, pues reconocen los beneficios que brinda la participación activa del padre en el desarrollo saludable de los hijos. Basándose en estas investigaciones, las políticas gubernamentales exhortan enfáticamente a los programas como el *Head Start* a que incluyan a los padres al igual que a las madres. Para no quedarse atrás, algunas corporaciones como la General Motors han comenzado a incluir papás con sus hijos en sus anuncios publicitarios.

#### LA MALA NOTICIA

La mala noticia es que las expectativas de la participación de los padres han sobrepasado a la disponibilidad de información útil para los padres primerizos sobre sus funciones. ¿Cuántos niños conoces que tienen padres activos como figuras modelo? No muchos. La cantidad de padres biológicos que viven con sus hijos ha disminuido grandemente en los últimos 40 años. A medida que los padres se han ido desvinculando de sus hijos nuestra sociedad ha perdido la noción de las tradiciones de la paternidad activa responsable.

Hasta principios de la década de los 60, aproximadamente 80 por ciento de los niños en los Estados Unidos, independientemente del color de su piel, vivía con ambos padres biológicos. Hoy en día, menos del 25 por ciento de los niños vive con ambos padres naturales. Como consecuencia de los divorcios y de los nacimientos fuera del matrimonio, aproximadamente 23 millones de niños viven en hogares sin padre. Muchos sólo tienen un contacto mínimo con sus padres.

Como resultado de lo anterior, una generación entera de niños sin padre ha crecido con su madre solamente. En nuestra sociedad las madres reciben el honor de ser las que cuidan, protegen, toman decisiones y solucionan problemas. Con el pasar del tiempo la noción sobre las funciones únicas de los padres se ha desvanecido de nuestra conciencia nacional. Como es de esperarse, las jóvenes y los jóvenes adultos que provienen de hogares sin padre no están seguros de cómo se comporta un padre ni de los beneficios de la participación de un padre. El resultado a la larga es que muchos padres tienen muy poca participación significativa en la vida cotidiana de sus hijos.

Hay evidencia asombrosa que asocia la ausencia del padre con la criminalidad en los adolescentes, el uso de alcohol y drogas, tasas de deserción

#### VOCABULARIO DE PATERNIDAD

##### **co-crianza:**

"Generalmente se entiende la co-crianza como el hecho de compartir el cuidado físico y emocional de los infantes... así como la responsabilidad de resolver los problemas y tomar decisiones."  
—Pruett, 2000.

*... muchos de los padres modernos no tuvieron padres activos que les enseñaran a participar en las vidas de sus hijos.*

*"Tienes que enseñarles a tus hijos cómo funciona el mundo, o el mundo se los va a llevar por delante."*  
—Dr. Phil McGraw, 2004

escolar y trastornos emocionales. El sistema legal y correccional están abarrotados de adolescentes y jóvenes adultos sin padre. También se ha asociado los problemas emocionales, como la depresión, el suicidio y la ansiedad, y el abuso físico y sexual con la ausencia de un padre. Si a esos factores les sumamos la pobreza que acompaña a los nacimientos de niños de adolescentes fuera del matrimonio, los problemas escalan en magnitud. Aun con lo apremiante que son estos problemas, el problema más grave a largo plazo creado por la ausencia del padre ha sido la pérdida de figuras paternas para la edad adulta.

La forma más eficaz de aprendizaje que se ha descubierto es aprender de figuras modelo. Es la influencia más poderosa del padre sobre su hijo. Desde el nacimiento, el poder del padre como figura modelo es lo que anima a sus hijos a independizarse de la madre y encaminarse hacia la madurez autosuficiente.

ESTUDIO  
DE CASO 1.1

Ramón estaba confundido. Su vida había tomado un rumbo inesperado. Sentía que había perdido un poco el control. Su esposa Sharon estaba embarazada. Cuando ella se lo dijo, la situación comenzó a cambiar rápidamente. Ramón se sentía paralizado, mientras que Sharon estaba corriendo.

La noticia del embarazo no era lo único que tenía a Ramón fuera de balance. Sharon y él habían hablado con frecuencia en el último año sobre tener un hijo. Aunque no habían exactamente intentado lograr un embarazo, sí habían casi acordado que no lo iban a evitar. Ramón veía la realidad de convertirse en papá como algo cómodamente lejano.

"Estoy entusiasmado porque vamos a tener un bebé... creo. Sí sé que Sharon lo está. ¡Me cuesta trabajo meterme en la cabeza que voy a ser papá! No me malinterpretes. Quiero ser papá. Lo único es que no he pensado bien cómo serlo. Mi papá no pasó mucho tiempo conmigo y me siento un tanto inseguro sobre poder cumplir mi parte. Esto ha causado problemas significativos entre Sharon y yo."

"Un día estamos fantaseando sobre nuestro bebé, y al día siguiente se refiere solamente a su bebé. ¡Ella es tan acaparadora! Actúa como si fuera la jefa o algo por el estilo. Automáticamente ya ella sabe todo sobre los bebés. Y lo que ella no sabe, lo sabe su madre. Pensé que íbamos a criar a nuestro bebé juntos. Pero ahora siento que soy invisible."

Ramón tenía que ponerse al día considerablemente. Él estaba buscando soluciones rápidas para ser papá. Como muchos otros, Ramón descubrió que a las madres se les hace más fácil encontrar soluciones rápidas y fáciles que a los padres. Favorablemente para él, Ramón siguió en la lucha. Para cuando su bebé nació, él ya tenía muchísima más autoconfianza. Se convirtió en un papá más activo. Esto era mucho mejor que simplemente observar.

VOCABULARIO  
DE PATERNIDAD

**cuidador/cuidar:**

persona que está pendiente, nutre, valora, apoya, vigila, protege, atiende y juega con un niño.

---

## UNA SOCIEDAD CON PADRES

Hemos aprendido que los papás enseñan con su ejemplo. Los niños reconocen rápidamente que su padre es diferente a su madre. Tanto los niños como las niñas se benefician del ejemplo que su papá les da sobre cuidar, resolver problemas y divertirse. Por ejemplo, la interacción del papá con su bebé típicamente es de una naturaleza física. Los papás tienden más que la madre a agarrar a sus hijos con el simple propósito de jugar.

Lamentablemente, muchos de los padres modernos no tuvieron padres activos que les enseñaran a cómo ser padres activos. Para esos padres primerizos que no tuvieron una figura paterna activa, el convertirse en un padre activo puede confundirlos.

Muchos padres primerizos no están conscientes de las diferencias en los estilos de cuidado entre las madres y los padres. Otros puede que nunca hayan considerado la función de maestro de los padres. La mayoría pareciera pensar que el trabajo primordial de los padres es sólo ganar dinero.

Lo que algunos padres no entienden es que los niños aprenden lecciones positivas y negativas del ejemplo que les da su padre. Los niños asimilan todo lo que los padres hacen, aunque los padres no sepan que les están observando. Si el padre es un trabajador arduo, sincero y trata a la madre con respeto, los niños se beneficiarán de ese ejemplo.

Por el contrario, si a Papá le salen sapos y culebras de la boca cuando está enojado, o pasa semanas fuera de su casa, ese será el ejemplo que los niños aprenderán de él. Asimismo, si Papá está cerca, pero le deja a Mamá todas las responsabilidades de la crianza, ese comportamiento también se fija en la memoria de los niños.

Consideremos las lecciones que has aprendido de tu padre. Esta es una oportunidad para ver qué recuerdas de tu padre como figura modelo.

### ¿CUÁNTO PARTICIPÓ TU PADRE EN TU CRIANZA?

Observa la gráfica circular en la próxima página. La gráfica está dividida en ocho partes. Cada parte tiene una afirmación sobre tu padre. Califica a tu padre con “Nunca”, “A veces” o “Siempre”. Notarás que hay números para ayudarte a darle una calificación a tu padre. En el centro de la gráfica está el valor más bajo: “Nunca”. Sombrea la parte de la gráfica que refleja la calificación de tu padre para cada pregunta. Debajo de la gráfica hay un área para asignarle una puntuación a cada pregunta.

Instrucciones para determinar la puntuación del ejercicio "¿Cuánto participó tu padre en tu crianza?":

Te guste o no, nuestro padre es la figura modelo que tenemos para aprender a ser papá. Podemos beneficiarnos de sus fortalezas y de sus debilidades. He aquí cómo: examina las fortalezas de tu padre (clasificadas del 5 al 7). Estas son áreas que puedes adoptar con mayor facilidad. Ahora examina las áreas más débiles de tu padre (puntuación menor de 3). Las áreas más débiles de tu padre no necesariamente son las mismas tuyas. Si no te pareces a tu padre en esas áreas, continúa. Si tu padre y tú son similares, no creas que no hay nada que hacer. Por ejemplo, si tienes problemas para manejar tu ira, busca un programa para controlarla. Cualquiera que sea el caso, tu puntuación puede dirigirte hacia los posibles cambios que puedes hacer para convertirte en el mejor padre posible. ¡Buena suerte!