

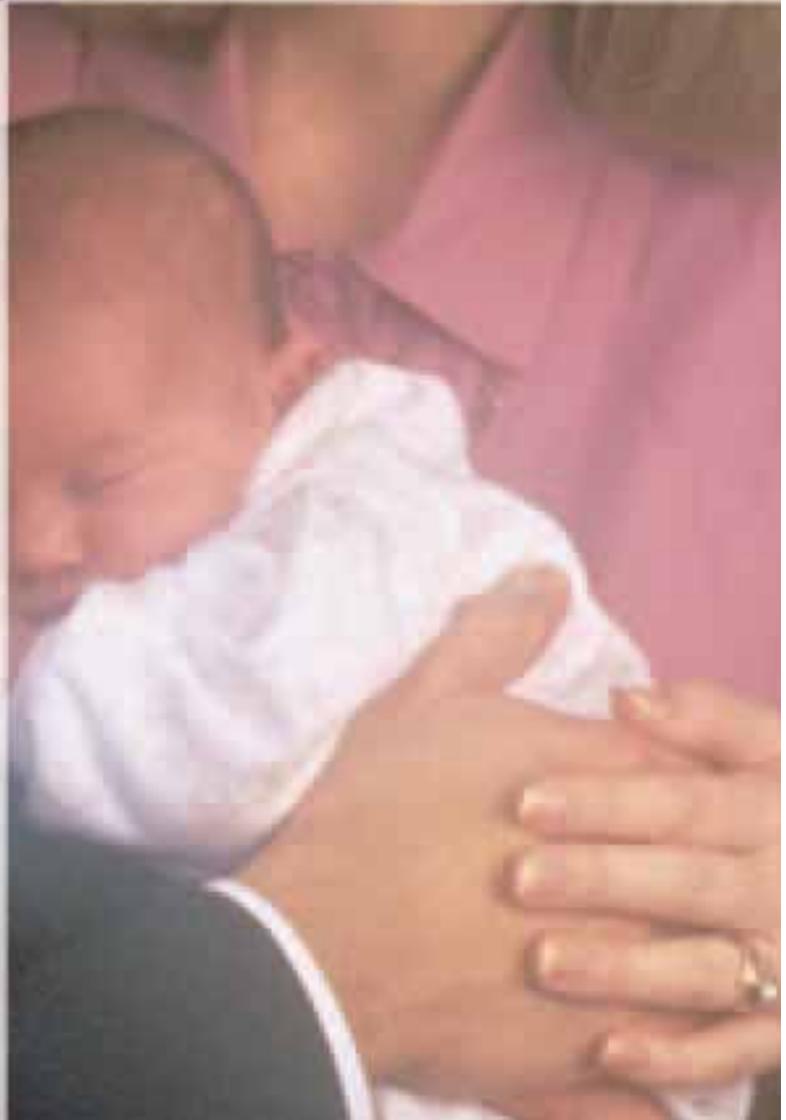


Tema 2

Paternidad responsable

Este capítulo trata de la responsabilidad que el padre y la madre tienen en la educación y formación de sus hijos.

La educación de sus hijos es cosa, fundamentalmente, de ustedes dos.



Elaboración:
Agustín Durán Gervilla
María Dolores Tébar Pérez



ESTE capítulo trata de la responsabilidad que el padre y la madre tienen en la educación y formación de sus hijos.

La educación de sus hijos es cosa, fundamentalmente, de ustedes dos.

2.1. ASPECTOS LEGALES DE LA PATERNIDAD

A lo largo de este capítulo vamos a hablar de la paternidad, de cómo trabajar para llegar a ser unos padres más preparados. En primer lugar no debemos olvidar que la paternidad conlleva también unos aspectos legales: la patria potestad o el reconocimiento legal de la paternidad, lo que significa responsabilidades legales hacia los hijos; así como derechos del niño que deben ser respetados por todos nosotros. Algunas de estas responsabilidades de los padres y derechos del niño son:

- Deberes y facultades de los padres:
- Velar por los hijos.
- Tenerlos en su compañía.
- Alimentarlos, educarlos y procurarles una formación integral.
- Los derechos del niño

La Convención sobre los derechos del niño, de las Naciones Unidas (1989), otorga un conjunto de derechos al niño. Algunos de ellos conviene tener en cuenta:

- El interés del niño por encima de todo.
- Los Estados respetarán las responsabili-

dades, los derechos y los deberes de las personas encargadas legalmente del niño.

- Derecho del niño a tener una identidad.
- Libertad de opinión. Derecho de los niños a ser oídos.
- Libertad de expresión.
- Libertad de pensamiento.
- Obligaciones comunes de los padres en el interés superior del niño. Los padres tienen obligaciones comunes respecto de la crianza y desarrollo del niño.
- Salud y bienestar para todos.
- Derecho de la infancia a un nivel adecuado de vida para su desarrollo físico, mental, espiritual, moral y social.
- Educación adecuada en interés superior de la infancia. La educación deberá ir encaminada:
 - a) Al desarrollo de la personalidad del niño, aptitudes y capacidad física y mental.
 - b) Al desarrollo del respeto de los derechos humanos.
 - c) Al respeto a los padres del niño y a su identidad cultural.
 - d) A la preparación del menor para una vida responsable en una sociedad libre, tolerante, con igualdad.
- Derecho a ser protegidos de las drogas.

2.2. UNA NUEVA ETAPA: LA PATERNIDAD

El ser humano pasa, en su recorrido como sujeto, por distintas etapas: niñez, pubertad, adolescencia y adultez. En cada una de ellas juega un papel y tiene unas obligaciones, así como derechos. En la etapa adulta quizás se decida a vivir la experiencia de ser padre/madre, para lo que debe considerar que esta nueva situación requiere un cambio de mentalidad y de comportamientos si se plantea abordarla con responsabilidad. El padre o madre entra en una nueva etapa que va a marcar el resto de su vida. Abordarla requiere cambios en su forma de plantearse la vida.



También el trabajo de padres ha sufrido los cambios producidos por los descubrimientos de la psicología evolutiva, la pedagogía y los avances y transformaciones de la sociedad. Algunos de estos avances ha beneficiado y mejorado el trabajo educativo de los padres en su función. Otros, en cambio, no parece que tanto: basta como muestra la TV e Internet. Bien utilizados son medios que pueden ayudar a los hijos en la ampliación de su mundo de conocimientos, pero mal utilizados pueden crearles conflictos en los valores y en sus hábitos de vida, así como dificultades en las relaciones con los padres.

2.2.1. La familia del siglo XXI

A pesar que se le atribuye una permanente crisis a la familia esta sigue siendo un núcleo fuerte, y bien consolidado para abordar al trabajo que le corresponde: la crianza, educación

y formación de los hijos. La familia sigue siendo la institución más valorada por los españoles.



Actualmente la familia se encuentra con comportamientos sociales de riesgo que hace varias generaciones no se presentaban con la intensidad que ahora: violencia, intolerancia, falta de valores, consumismo, drogas, sentido hedonista de la vida, atribuidos frecuentemente a los jóvenes y adolescentes que hace que los padres se sientan poco o insuficientemente preparados para abordarlos.

El siglo pasado se caracterizó por sus revoluciones científicas y tecnológicas produciendo cambios a una velocidad nunca antes imaginada. Surgieron nuevas formas de convivencia, de diversión, modelos innovadores de socialización y revolucionarios medios de comunicación.

Los cambios siguen su curso imparable y no se trata de juzgar el tiempo actual bajo el prisma de que "todo tiempo pasado fue mejor". El mundo moderno actual es un lugar que ofrece muchas ventajas y también muchos retos. Uno de ellos el de cómo abordar la función de padres en esta sociedad tan compleja y cambiante.

La familia del siglo XXI ha experimentado cambios en los modelos de familia tales como las reivindicaciones de la mujer, la opción legal del divorcio, la búsqueda personal de la felicidad, la vida en la ciudad, la competitividad laboral, las exigencias económicas, los deseos de realizarse y los problemas derivados del mundo hedonista actual (uso de drogas para la búsqueda de placer) influyen en un sentido u otro en la vida familiar.



Los niños van creciendo y se van adaptando a las nuevas condiciones que les plantea su medio.

2.2.2. Los hijos del siglo XXI

Para el niño del siglo XXI, cualquiera de estas situaciones es normal y frecuente, bien sea porque la vive o porque la percibe a través de sus amigos y conocidos.

Por su parte la vida de un niño del siglo XXI es el resultado de todos los procesos de cambio que ha experimentado la sociedad que lo acoge. Conviene tener en cuenta algunas particularidades del tiempo actual que puede incidir en el proceso de desarrollo del niño:



Influencia de la tecnología y de los medios masivos de comunicación. Las nuevas tecnologías han transformado la sociedad en muchos sentidos y el uso de las mismas que se haga son de vital importancia para definir si es útil o perjudicial para el niño. Pensemos que, gracias a la televisión, a la información vía satélite o a Internet, conocemos constantemente lo que sucede en distintos puntos del

globo y de una forma increíblemente veloz. La información depende de la interpretación que se haga de ella y de los recursos que se tengan para discriminarla y leerla correctamente.

Es preciso comprender que dichos instrumentos (video juegos, TV, Internet, móviles, etc.) pueden ser de gran provecho y que, utilizándolos racionalmente, se podrá reconocer el mérito que tienen. En todo caso dependerá de cómo se utilizan y, especialmente, de las condiciones en que se haga. Hay resultados distintos si el niño accede a ellos cuando está solo, lo hace con un adulto que lo acompañe, pasa demasiadas horas frente a ellos, lo hace de manera pasiva o está investigando activamente un tema en el que le interesa profundizar.



Si se da un uso racionalizado de tales instrumentos, se convierten en aliados de la familia y de la escuela. Resultan herramientas muy útiles porque pueden incentivar el deseo de ver, conocer y aprender. Si se da un uso inadecuado, sobre todo de la TV y en edades muy tempranas, puede afectar en el desarrollo emocional y de la personalidad del niño, así como en su curriculum académico.

Incorporación de otros valores. Frecuentemente se escucha que los niños son bombardeados por la publicidad y que están expuestos a imágenes y contenidos no aptos para su edad. Un niño tiende a interiorizar los modelos de conducta y las situaciones que se les presentan tanto en su casa, como las que ve en la televisión. La agresividad y la violencia que ve en los medios deben ser controladas y aclarada por los padres con el objetivo que sienta rechazo por imágenes en las cuales no se siente la familia representada. Le pueden causar curiosidad, pero los padres seguirán siendo sus modelos fundamentales y se identificará con

sus conductas. Si se educa al niño desarrollando su sentido crítico, es posible que sea una persona con capacidad de decisión. Tendrá criterio para escoger y analizar la información que se le presente. Será capaz de cooperar con otras personas, será solidario y responsable. Los niños de ahora, por ejemplo, sienten gran respeto por el medio ambiente y se interesan por reconocer las diferencias culturales. Son los tiempos de la diversidad, de la autonomía, del respeto y de la tolerancia.

2.2.3. El inicio de la paternidad: de expectativas y temores

Podemos considerar que la paternidad se inicia en los nueve meses del embarazo. Es un período único repleto de ilusiones, expectativas, preocupaciones, temores y cambios de todo tipo.



En el período de gestación se inicia la construcción de la relación afectiva de los padres con el hijo. Son múltiples las fantasías que se experimentan alrededor de su nombre, su aspecto y sus virtudes. A medida que los padres especulan sobre estos temas, asimilan progresivamente su nueva condición. Un momento especial es cuando, gracias a las ecografías, los protagonistas empiezan a reconocer a ese niño como un nuevo ser. Ver su primera imagen les ayuda a seguir elaborando sus deseos y sus expectativas.

Durante el embarazo convive el hijo imaginado con el hijo real que se está formando. Es frecuente, por ejemplo, que la madre perciba cierta "personalidad del bebé", dependiendo del tipo de movimiento que efectúa y de la interpretación que ella hace. "Es muy tranquilo", "Le gusta la música", "Se siente feliz cuando oye a su padre", etc. Los primeros movi-

mientos aportan la emoción de poder sentirlo con vida propia, y se inicia la comunicación entre los futuros padres y el bebé. Se empieza a "gestar" así el vínculo afectivo.

Es preciso que la familia esté pendiente de las necesidades de la madre. Que el padre esté atento, dispuesto a conversar, a colaborar y a expresar su afecto de manera que madre e hijo sientan el apoyo emocional que necesitan.

No es fácil para la mujer concebir la separación física del bebé. Además, el momento del parto está, generalmente, lleno de expectativas, situaciones. Todos y cada uno de esos momentos convierten el nacimiento en un verdadero hito que marca la formación de la familia y la entrada en una nueva condición. Por fin a llegado el momento de ser padres.

Con el nacimiento se produce el anhelado encuentro entre el niño imaginado durante 9 meses y el niño real que acaba de llegar. Las ilusiones y deseos vividos toman ahora la forma de un niño particular. Este encuentro entre la realidad y el deseo es parte esencial de la nueva relación familiar y la manera en que se asume influirá sobremedida en la felicidad futura del bebé y en su desarrollo como persona. Cada pareja tiene su forma singular de vivir esta nueva situación y a partir de aquí construir su particular familia.

Los primeros meses de vida son una etapa de adaptación entre el bebé y sus padres. La lactancia, el juego y la crianza son momentos importantes de esa adaptación afectiva. El día a día determina el encuentro entre el niño del deseo y el bebé real que tiene unas necesidades particulares. Es a partir de estos momentos cuando se empieza a construirse el **víncu-**



lo a través de la relación padres-hijo. El nacimiento convierte a la mujer y al hombre en padre y madre, al mismo tiempo que da inicio a otra etapa de la vida adulta: **la vida en familia.**

2.3. QUÉ ES SER PADRE O MADRE

El trabajo de padres es, sin ninguna duda, el más hermoso, generoso y gratificante, pero al mismo tiempo el más complejo y sufrido de cuantos haya. Y los padres lo tienen que afrontar con la preparación que disponen y han aprendido. Algunas ideas les puede ayudar a cumplirlo lo más satisfactoriamente posible.

2.3.1. Preparándose para la paternidad/ maternidad

Todos los padres desean lo mejor para sus hijos. Lograrlo no depende solo del trabajo que ellos hagan como padres sino también de otros muchos factores que les ayudará o dificultará en su función. Pero si preguntamos a los padres, como dice Wayne W. Dyer, en su libro *La felicidad de nuestros hijos: ¿Qué deseas por encima de todo para tus hijos?*, se pueden recoger algunas de las siguientes respuestas:



- Quiero que mis hijos sean felices.
- Quiero que sepan cómo disfrutar de la vida y apreciar cada día como algo maravilloso.
- Quiero que se sientan satisfechos e importantes como personas.
- Quiero que tengan sentimientos positivos sobre sí mismos y sobre la vida.

- Quiero que crezcan sabiendo cómo enfrentarse a los problemas y, que estos, no les derroten.
- Quiero que no se sientan deprimidos e inseguros.
- Quiero que tengan un arraigado sentido de la paz interior, que los sustentará en épocas difíciles.
- Quiero que sean sensibles, responsables y respetuosos con la naturaleza y con la humanidad.
- Quiero que descubran y ejerciten sus capacidades, se sientan satisfechos y tengan el estímulo de un propósito en la vida.
- Quiero que se sientan queridos y sean afectuosos.
- Quiero que gocen de buena salud, tanto física como mental.

Tratar de lograr todo eso en vuestros hijos es importantísimo y un reto, pero hay que trabajar para conseguirlo. Esa es la función de los padres: **trabajar haciendo de padres.** Todas estas páginas que habéis leído y las siguientes, tratan de aportar información y conocimientos para intentar alcanzar esos objetivos. Por todo ello:

2.3.2. Los buenos padres no nacen, se hacen: aprender a ser padres

El trabajo más hermoso, admirable y gratificante, pero también el más complejo y difícil es, sin duda, el de padres. A pesar de lo que mucha gente cree, pocas madres y padres saben, sólo por instinto, cómo actuar y resolver las situaciones con sus hijos. Aunque los progenitores que han tenido más experiencia con niños –ya sea por sus hermanos, sobrinos o por haber hecho de canguros– se sienten algo más “capacitados” con los pequeños, todos tienen que aprender a actuar como padres como las muchas cosas que los humanos tenemos que ir aprendiendo a lo largo de nuestra vida: a



leer, a conducir, a montar en bicicleta o a llevarse bien con los demás.

En épocas anteriores a nadie se le había ocurrido sugerir a los padres cómo deberían ocuparse de sus hijos. Se suponía que cada uno hacía lo "natural" que consistía en repetir lo que habían hecho sus padres. Esto era un buen principio para abordar los nuevos requerimientos que se les presentaban a los que se iniciaban como padres, aunque en muchos casos no suficientes como para abordar tan complejo trabajo. Hoy en día la mayoría de padres empiezan cargados de dudas sobre la manera más adecuada de educar a los hijos. Estas dudas vienen de que la mayor parte de nosotros nunca hemos recibido lecciones sobre el desarrollo infantil, sobre el desarrollo de la personalidad, la importancia de la autoestima, de cómo crear y desarrollar hábitos saludables, etc., ni tampoco de la alimentación, cambio de pañales, ni de los llantos y vómitos. Estas dudas también vienen por la falta de una actitud favorable hacia la lectura de libros y artículos sobre el mundo infantil y lo relacionado con lo que se conoce como "Escuela de Padres".

Aquí es cuando aparece la gran importancia que tiene la confianza en sí mismo a la hora de criar bien a un niño. La confianza en sí mismo, en lo que se está haciendo, es una ventaja extraordinaria, pues hace a los padres sentirse más a gusto, más seguros en su papel y, por tanto, disfrutar más.

Insistimos en que nadie nace con instinto maternal o paternal. Lo más parecido a ese instinto es lo que se aprende del modo en que nos trataron nuestros padres durante la infancia. No hay más

que ver a los niños de tres, cuatro y cinco años ocupándose de sus muñecos, regañándoles o alabándoles lo mismo que sus padres les alaban o les regañan a ellos. Veinte años más tarde se comportarán igualmente con sus hijos. Así las actitudes básicas frente a los futuros hijos se aprenden en los primeros años de vida. El resto llega con la paternidad: se aprende a ser padre y madre, sobre todo, ocupándose de su primer hijo.

De este modo, "ser padre" se aprende día a día. Se es padre en el actuar como padre. El vínculo con el niño empieza a forjarse en los contactos diarios durante los primeros meses: al coger al bebé, al alimentarlo, al intercambiar miradas y sonrisas con él, y se va desarrollando a lo largo del tiempo y que es un proceso continuo.

Resulta muy positivo que los padres acepten y hablen sobre los sentimientos de irritación y malestar que experimentan al tener a su cargo a una criatura tan pequeña y difícil de tratar, ya que esta confesión conjunta les puede ayudar a que desaparezca la tensión, a comprender lo difícil y compleja de la nueva situación, las carencias que cada uno pueda tener sobre este tema y a unirse todavía más.

La comunicación, el diálogo sobre los temas relacionados con su papel de padres, sin intentar dominar con "su saber" el uno sobre el otro, es un elemento favorecedor de una dinámica de pareja armónica. A la comunicación y a la escucha activa se le da, en todo este manual, una gran importancia por ser el recurso más importante para abordar y resolver situaciones y conflictos.

TENGA EN CUENTA:

- Las madres y los padres que acaban de tener un hijo verán que su amor se desarrolla poco a poco, que si se implican totalmente irán aumentando su experiencia, pero también que existen momentos de angustia en los que incluso llegan a desear un regreso a su vida anterior al nacimiento del hijo. Este "tira y afloja" es una parte natural de la difícil tarea de actuar como padres. Pero es una experiencia única y gratificante.
- Busquen artículos y libros sobre la paternidad y la educación de los pequeños.
Le puede ser de utilidad el siguiente libro que le recomendamos:
-Padres eficaz y técnicamente preparados, de Thomas Gordón-
(en el capítulo 4 haremos un resumen-introducción del mismo)
- Así mismo le insistimos en que amplíe sus conocimientos sobre este tema. Para ello puede recurrir a la bibliografía que, nos ha servido de base para la elaboración del mismo, además de la que Vd. pueda ir incorporando a su propia biblioteca. Pero su objetivo al leer estos libros no debe ser convertirse en un padre/madre perfecto/a, ya que eso es algo que no existe. Tampoco debe aspirar a conocer de antemano todas las respuestas sobre el tema de la educación infantil, lo que resultaría imposible. La lectura debe ayudarle a reflexionar y hablar entre ambos progenitores sobre la forma de enfocar ciertos temas clave, como por ejemplo: la comunicación, la autoestima, la disciplina, las actitudes y los valores, la responsabilidad, etc.

NO OLVIDE

- No intente ser un padre perfecto que produce un hijo perfecto, ya que la mayor parte de los errores que usted cometa durante la educación de su hijo quedarán compensados por las cosas buenas que haga.
- No busque continua y angustiosamente claves o líneas directrices que le guíen en la educación de su hijo. Intente por usted mismo averiguar qué es lo mejor para su hijo o para cada uno de ellos.
- No existe una única forma correcta de ser un buen padre, al igual que ningún experto le podrá decir exactamente todo y en cada momento lo que tiene que hacer. Es importante que usted como padre tenga confianza en sí mismo, se forme y adquiera la mayor cantidad posible de conocimientos sobre su función.
- Pero sí intente mejorar y superarse en su trabajo como padre/madre.

2.3.3. Ser mejores padres

Hoy en día es muy difícil ser padre/madre, sobre todo un buen padre/madre. Con el aumento de los cambios sociales y avances tecnológicos que vivimos, las nuevas forma de vida, las aspiraciones personales que nos planteamos, así como las familias en las que el padre y la madre trabajan fuera de casa, el tiempo que queda para los hijos es muy

escaso. Sin embargo, independientemente del ritmo de trabajo o de la situación vital de cada miembro de la familia, es posible ser mejor padre de lo que se es. Siempre hay tiempo para mejorar. Se puede ser mejor padre, aunque no sea sencillo conseguirlo, siguiendo unos pocos principios que hay que poner en práctica a diario. Se los proponemos a continuación:



Principios a tener en cuenta:

- **Principio 1:** No se empeñe en luchas de poder, en enfrentamientos de los que es probable que nadie salga victorioso.
- **Principio 2:** Diga cosas agradables a sus hijos de vez en cuando, sobre todo si no se lo esperan.
- **Principio 3:** Es importante ser raro. Acepte usted ser raro. No deje que los hijos piensen que son más raros que sus padres.
- **Principio 4:** No haga cosas por sus hijos que ellos sean capaces de hacer por sí mismos, a menos que esté seguro de que le devolverán el favor.
- **Principio 5:** Hay que tener una autoestima alta. Si los padres no la tienen, sus hijos tampoco.
- **Principio 6:** Aprenda a pedir disculpas cuando no cumpla sus propias cotas de exigencia al tratar a sus hijos.

A continuación vamos a desarrollar cada uno de estos 6 principios:

Principio 1: Luchas de poder

Las luchas de poder y los enfrentamientos, tanto

entre los padres como con los hijos, se producen cuando alguien cree que ha perdido autoridad y quiere recuperar la sensación de control, o por una mala interpretación del sentido de la autoridad.

Las luchas de poder se identifican generalmente por las siguientes **características**:

- Como nadie gana una lucha de poder, el objetivo es no perderla, lo cual hace que las partes sigan enfrentadas indefinidamente.
- En una lucha de poder, ambas partes tienen la vaga sensación de estar realizando un esfuerzo inútil, pero se niegan a abandonar. Desarrollan sentimientos muy negativos el uno hacia el otro.
- Los padres que están inmersos en una lucha con sus hijos observan en ellos una característica que no les gusta de sí mismos y desean cambiarla.
- Las luchas de poder y los enfrentamientos pueden generar resentimiento y rebeldía.

Muchas luchas de poder surgen de la necesidad de los padres de controlar aspectos que son en realidad atribución de sus hijos. En efecto, pueden privar al niño de toda responsabilidad y autonomía. Para ser mejor padre, hay que aprender a controlar la necesidad de controlar. A los niños hay que dejarles hacer muchas cosas que les impedimos erróneamente, así como hay que aumentar nuestro campo de aceptación (este aspecto se aborda más exhaustivamente en el tema de la Escucha Activa).

Cómo resolver las luchas de poder.

Sugerencias

- Haga preguntas en lugar de dar órdenes.
- Proporcione a su hijo más de una opción a elegir.
- La persona a quien usted tiene que controlar es a sí mismo, no a su hijo.
- Cuando todo lo demás falla, ¡a reírse!

Haga preguntas en lugar de dar órdenes.

Los padres que hacen preguntas en lugar de dar órdenes durante una lucha de poder manifiestan un buen control emocional, y los niños reaccionarán a este tipo de actitud. Cuando se cambian las reglas, se crea una situación con nuevas posibilidades. Crear nuevas posibilidades es la mejor manera de resolver las luchas de poder.

Algunas preguntas válidas como comienzo

- "¿Prefieres pelearte conmigo o hacer lo que te he pedido?"

- "¿Qué esperas conseguir peleándote conmigo?"
- "¿Qué debo hacer yo si no haces lo que te he pedido?"
- "¿Puedes ayudar a poner la mesa?"
- "¿Vas a hacerlo antes o después de que discutamos por ello?"
- "¿Dónde te gustar discutir esto, aquí o en la cocina?"
- "Si no haces esto por mí, ¿Qué te gustaría que yo no hiciera por ti?"

Proporcione a su hijo más de una opción a elegir.

Los niños no se oponen generalmente a lo que les piden los padres que hagan (a no ser que sea un disparate), sino al cómo se le pide, dónde o cuándo. Cuando no pueden influir en estos factores, desobedecen.



Para ser mejor padre hay que dar opciones a los hijos. Aquí presentamos algunas sugerencias:

- "¿Quieres hacerlo ahora o más tarde?"
- "¿Cómo piensas hacerlo?"
- "Si ahora no, ¿cuándo?"
- "No me importa el tiempo que tardes. ¿Cuándo vas a hacerlo?"
- "¿Quieres utilizar la aspiradora o la escoba para limpiar la habitación?"
- "¿Vas a poner la mesa después de la escuela o antes de cenar?"
- "¿Vas a hacerlo ahora que te lo pido amablemente o tengo que empezar a gritar?"

Empiece por controlarse usted para poder controlar a su hijo.

Un error que cometen muchos padres es creer que tienen que controlar, por encima de todo, a sus hijos. Sin embargo, antes de llevar a cabo este objetivo es importante saber controlarse uno mismo. Los padres que no saben controlarse a sí mismos no pueden controlar a sus hijos.



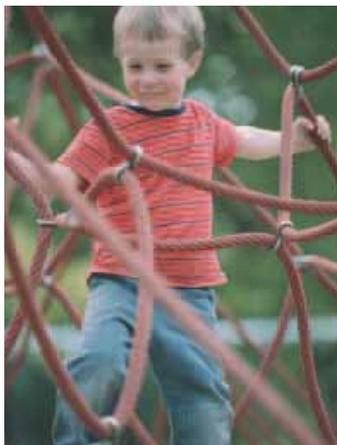
Cuando alguien pierde el control las emociones salen a la superficie, y a veces de forma explosiva. La persona se puede volver, agresiva, hostil, triste, etc. Los adultos se comportan como si fueran dueños de la situación cuando en realidad no lo son. Por eso pueden pegar a sus hijos u ofender su integridad de cualquier otra manera. Actúan como si mantuviesen el control cuando en realidad ya no saben qué están haciendo.

Perder el control significa que ya no se ofrecen opciones. Las que se intentaron no funcionaron. Se tiene el control cuando se tienen diversas opciones para solucionar una situación, porque se puede elegir la más adecuada (o más deseable) alternativa.

Los buenos padres procuran pensar en las consecuencias de sus actos antes de llevarlos a cabo. Son conscientes de las diversas opciones que pueden existir en cada situación.

Cuando todo lo demás falla, ¡sonría!

Los buenos padres tienen un gran sentido del humor. Hay que plantarle cara a la adversidad riéndose, aunque en ese momento no apetezca. No hay que tomarse la lucha de poder demasiado en serio, ya que entonces será más difícil resolverla.



Reírse es sano, pero cuidado no debemos reírnos de los niños. De lo que debemos reírnos es de la situación, junto no los niños, cuando ocurre algo serio. A los niños no les gusta que sus padres se rían de ellos, pero tampoco es bueno que sus padres carezcan del sentido del humor y no puedan controlarse. No es un pecado capital reírse en mitad de una lucha de poder y darla así por zanjada. Reírse en estas circunstancias da a entender a los niños que todavía se está al mando, que se puede iniciar la lucha y vencer la batalla. Los niños quieren saber que realmente el padre puede ganar la batalla. Si no nos reímos, no podrán estar seguros. **Pero recuerde, no nos reímos del niño/a sino de la situación.**

Los padres que han aprendido a solucionar las luchas de poder tienen posibilidades de convertirse en unos buenos padres. Enfrentarse a una lucha de poder de manera inteligente es el primer paso para convertirse en mejor padre/madre.

Principio 2: Cómo alabar y criticar a los niños

Lo que se dice importa menos que el estado emocional de la persona que está siendo criticada o alabada. Unas veces la crítica parecerá una puñalada en el corazón; otras no tendrá ningún impacto. Lo mismo ocurre con las alabanzas. Un día pueden sernos imprescindibles y al otro saber que no son merecidas y pasarlas por alto.

La alabanza es un juicio positivo, la crítica es un juicio negativo. "No juzgues y no serás juzgado". Juzgar a los demás es un arma de doble filo porque puede volverse contra nosotros. La crítica descalificatoria puede ir minando, día a día, la autoestima de tu hijo/a por cuanto puede ir construyéndose un concepto de sí mismo negativo.

A veces es difícil saber cómo reaccionan los niños ante las críticas y las alabanzas, por lo que hay que tener cuidado de utilizar las primeras, para que tengan más significado cuando realmente sea necesario administrarlas. La crítica es, a veces, necesario utilizarla, lo importante es porque y cuándo emplearla y cómo darla (crítica constructiva). No es lo mismo un reproche u observación de un comportamiento o conducta no aceptable, que la rabia y el descontrol que emana de esa conducta. Una vez realizada la crítica hay que volver a la normalidad y no acumular resentimiento.

Críticas

Es difícil para unos padres no ser a veces críticos, de modo que sería interesante practicar también lo contrario: alabar al niño. Si se dicen las cosas agradablemente, de forma considerada, en el momento adecuado, y por motivos justificados, los niños perdonarán al padre aunque éste les juzgue demasiado a menudo. La alternativa a ser un crítico impenitente es decir cosas agradables de vez en cuando, sobre todo cuando los niños no se lo esperan. La clave es no tener una tendencia de funcionar casi siempre en términos negativos, "persiguiendo" al hijo/a y recordándole sólo lo que hace mal o deja de hacer.

Alabanzas

Las alabanzas facilitan del desarrollo de una buena autoestima o proporcionan experiencias que dejan huella de un efecto positivo en la autoestima de un niño. Son unas excelentes movilizadoras de comportamientos adecuados, por lo que bien utilizadas es un potente recurso educativo. A los niños les gusta recibir elogios, pero también que se les diga la verdad.

Son más efectivas si van dirigidas al niño que se siente bien y no cuando se siente mal. Las alabanzas son más efectivas cuando van dirigidas a algo de lo que el niño se siente orgulloso que cuando con ellas se pretende alterar el criterio del niño sobre lo que ha realizado y él no se siente orgulloso de ello, pero también aquí hay que utilizarlas aunque el niño no las recoja del todo. Poco a poco pueden hacer efecto.

Cuando a un niño le gusta lo que ha hecho, y el padre alaba su trabajo, demuestra sensibilidad hacia los sentimientos de su hijo. Esto



aumenta la credibilidad del padre, aunque luego haga juicios negativos. Los buenos padres gozan de mucha credibilidad, no abusan de las alabanzas o de las críticas y han aprendido a coincidir con los sentimientos de sus hijos. Lo importante es mantener un equilibrio entre alabar y reprochar, tratando siempre de que la balanza se incline, sin miedo, hacia las alabanzas. Algunos padres se confunden pensando que con una actitud hacia sus hijos de exigirles, criticarles, reprocharles y "avisarles constantemente de lo que hacen mal" van a conseguir buenos resultados en el aprendizaje y desarrollo de sus hijos. Y a veces no es así, sino todo lo contrario, consiguen que sus hijos desarrollen más el resentimiento y la rebeldía.

Alabanzas y actitud positiva

Decir algo agradable no es necesariamente una alabanza, pero muestra una actitud positiva. Es importante a la hora de ser buen padre comunicar una visión positiva de la vida a los hijos. Decir cosas agradables tiene muchas ventajas, por ello le pedimos que tenga en cuenta lo que aparece a continuación.

Sugerencias

- Se puede decir algo agradable sobre una característica personal favorable del niño para demostrarle que uno no siempre tiene que hacer algo para merecer elogios.
- Se puede decir algo agradable sobre algo que haya hecho el niño, mostrándole que una buena actitud es una fuente de sensaciones gratas.
- Se puede decir algo agradable de uno mismo para mostrar que la autoestima positiva es buena. Se le está diciendo con ello al niño que es posible sentirse bien con uno mismo sin buscar continuamente la aprobación de los demás.

- Se puede decir algo agradable sobre otras personas para mostrar que está bien tener buenos pensamientos hacia los demás aunque no estén presentes.
- Se puede decir algo agradable sobre cualquier cosa para mostrar que uno se siente bien al pensar bien de algo o de alguien.
- Se puede decir algo agradable sobre un árbol o una puesta de sol, para mostrar que es bueno obtener satisfacción de las experiencias cotidianas.
- Se puede decir algo agradable sobre algo o alguien que también posea características que no nos gustan, para mostrar que la vida no es sólo blanco o negro, y que bueno y malo a menudo van unidos.

Pero lo más importante no es decir las, sino *sentirlas*. No se trata de decir cosas agradables porque hay que hacerlo, sino que uno siente las cosas agradables y las dice. Las alabanzas sentidas suenan más verdaderas. Es una actitud frente a la vida.

Enfatizar las virtudes

Muchas personas no tienen una autoestima alta porque no son capaces de identificar y aceptar sus puntos fuertes. La mayoría de nosotros tendemos a identificar nuestros defectos, pero no las cualidades. Esto también se refleja en los hijos.

Una de las cosas más importantes y valiosas que se puede hacer por un niño es subrayar sus virtudes por encima de sus defectos.

Decir algo al niño sobre sus virtudes es de las cosas más agradables que se pueden decir, sobre todo si no se lo espera.

Aquí disponéis de una lista de virtudes que hay que buscar en los niños. Cuando las encuentren, háganselo saber en el momento más inesperado.



Virtudes

Valiente	Sincero	Ingenioso
Bondadoso	Generoso	Audaz
Independiente	Obediente	Simpático
Divertido	Formal	Comprensivo
Cumplidor	Intrépido	Alegre
Educado	Voluntarioso	Cariñoso
Respetuoso	Inteligente	Solidario
Altruista	Amable	Creativo

Háblenles a sus hijos de sus años anteriores, de etapas anteriores a la que están ahora. Cuéntenles cosas agradables y virtuosas que hicieron y comprobarán qué experiencia tan interesante y gratificante para ambos.

Los mejores padres son los que tratan de ver la virtud en un acto de su hijo que también podría exigir un castigo. Tener que castigar al niño por romper una norma o molestar a los demás no es razón para olvidar la virtud que puede estar en el origen de su comportamiento.

Principio 3: La importancia de ser diferente o "raro"

Una razón por la que adultos y niños tienen la impresión de que no les comprenden es porque tienen muchas ideas y sensaciones que no comparten los demás. A veces intentamos actuar "normalmente" para que los demás no averigüen que somos diferentes o raros. Tendemos a inhibirnos, a frenar nuestra manera de ser por miedo a lo que los demás puedan pensar.

Algunos niños nacen raros, y otros se convierten en raros debido a su educación. Les ocurren cosas tan extrañas e impredecibles que si

sus padres también son un poco raros, podrán soportar mejor su propia rareza.

Con "raro" nos referimos a un padre/madre que es natural, auténtico, espontáneo, sincero, abierto. Un padre/madre que de repente hace lo contrario de lo que espera su hijo, aquel que sorprende a su hijo con un comportamiento que éste no había visto antes o que no esperaba ver en su padre. Un padre raro es aquel que no teme parecer tonto a los ojos de su hijo ni ponerse a su propio nivel y "actuar como un crío". Es decir, entendemos por raro a la persona desde su ser único, individual, diferente e

irrepetible y, por consiguiente, distinto a nosotros.

Ser raro es otra forma de reforzar los lazos entre padres e hijos. Los buenos padres establecen vínculos muy fuertes con sus hijos, aunque para ello tengan que renunciar al control absoluto.

Los padres raros tienen un alto grado de auto-aceptación y autoestima que suelen transmitir a sus hijos. Es más probable que los padres raros acepten a sus hijos como son, sobre todo cuando demuestran características diferentes en campos en los que el niño tiene un interés o pasión especiales.

Cómo ser un padre/madre raro

Sugerencias

- Hay que encontrar tiempo para expresar pasión por algún interés en particular. En caso de que no se tenga ninguno, hay que buscarlo.
- El comportamiento de los padres no debe guiar el futuro del niño tanto como la vida interior, las intenciones, deseos y sentimientos de los padres.
- Hay que decir o hacer de vez en cuando cosas que el niño no espera. Hay que permitirse ser "un poco niño". A veces hay que permitirse "romper un poco la etiqueta".
- Hay que pasar mucho tiempo con los hijos a solas, así es más fácil ser uno mismo sin tener que adoptar un comportamiento concreto como cuando se está en grupo.
- Hay que hablar con los hijos de cosas que interesan al padre, aunque aquellos parezcan no entender de qué se está hablando. Hay que mostrarles los sentimientos que se tiene sobre los propios intereses.
- Hay que defender sus ideas con fuerza, pero no exija que los niños tengan las mismas opiniones. No les castigue por tener ideas distintas de las suyas, sólo son ideas: sus ideas.
- No hay que ridiculizar algo que su hijo se toma muy en serio.
- Hay que tener alguna actividad creativa, como el arte, la música, la escritura, etc.; o hobbies que su hijo le vea desempeñar.
- Hay que dejar que sus hijos vean sus sentimientos. El enfado, el disgusto y la confusión son emociones a las que su hijo debe aprender a enfrentarse.
- Hay que entender que el proceso de crecimiento es irregular, incoherente y episódico. Ninguno de sus hijos tendrá un proceso de desarrollo perfecto, ni nadie. No se preocupe. Cuando el padre/madre se gusta a sí mismo, los niños también acabarán gustándose antes o después.

Principio 4: Enseñar a los niños a hacer las cosas por sí mismos

Cuando los padres creen que deben hacerlo todo por sus hijos tal vez los niños no aprendan a ser responsables por sí mismos. Los buenos padres son aquellos que hacen menos cosas por sus hijos, dejándoles asumir responsabilidades a ellos. Los niños, por ejemplo, tienen que aprender a ser responsables y cons-

tantes desde pequeños, poco a poco. Es una tarea de los padres del día a día que tienen que iniciarse desde bien temprano: hay que enseñar a los niños a desarrollar sus capacidades y sus habilidades sociales.

Es difícil saber lo competente que es un niño. A veces nos movemos en contradicciones y los tratamos como si fueran incapaces y otras esperamos que entiendan cosas que apenas entendemos nosotros.

Es difícil determinar el nivel de habilidad de un niño en cualquier etapa de su desarrollo a causa de su comportamiento discontinuo y a veces incomprensible. Además, éste viene influido por las actitudes paternas, que oscurecen la capacidad real del niño.

El resultado es que los niños a los que se les hace sentirse incompetentes creen que sus padres dudan de sus aptitudes, lo cual les lleva a ellos mismos a dudar de su propia capacidad, lo que puede afectar a su autoestima.

Es importante la actitud que los padres tengan respecto a sus hijos, puesto que puede deter-



minar la relación que tenga con el hijo e influir en su desarrollo como persona.

Los padres que creen que sus hijos son incompetentes

- No piden a sus hijos que hagan cosas que les facilite desarrollar y ampliar sus posibilidades.
- Cuando los niños intentan cosas nuevas y fallan, no se les concede tiempo para corregirlas o solucionarlas sin ayuda.
- Los padres se adelantan y ofrecen su ayuda antes de que la pidan sus hijos.
- Los padres no se toman la molestia de enseñar a sus hijos nuevos y más complejos conocimientos. Presuponen que será inútil intentar enseñarles.
- Los padres se vuelven excesivamente protectores cuando advierten pruebas de incompetencia (niños que actúan según sus expectativas) y desarrollan una visión pesimista del futuro de sus hijos, creyendo que nunca serán capaces de arreglárselas por sí mismos.
- Esta actitud puede generar en los hijos inseguridad, falta de confianza en sí mismo y baja autoestima.

Los padres que creen que sus hijos son competentes

- No observan a sus hijos esperando que les salga algo mal.
- Cuando cometen errores o fracasan, se interesan más por lo que han podido aprender que por corregirlos.
- Pueden ver cómo se esfuerzan sus hijos sin sentir la necesidad continua de intervenir.
- No temen al proceso de aprendizaje de su hijo, así que no comunican ansiedad.
- Piden a sus hijos que hagan cosas difíciles pero posibles en su fase actual de desarrollo físico y personal.
- Esta actitud tiende a generar autoconfianza, seguridad y autoestima.

Presuponer que los hijos son capaces no significa que deban conseguir todo lo que se proponen. Esto es imposible, pero es muy importante aprender de los errores. Conviene recordar que también aprendemos por ensayo y error. Los padres que crean que sus hijos

pueden aprender de sus propios errores acabarán convenciéndoles, antes o después, lo cual les será muy útil en su vida de adultos.

Hacer por los niños cosas que ellos son capaces de hacer por sí mismos sin obtener nada a cambio conduce a la culpa y al resentimiento



en una relación. Pedir algo a cambio no significa que se sea un padre egoísta. Al contrario, se está mostrando al niño que así funciona el mundo real.

Ser padre/madre es un papel temporal que se desempeña durante un período determinado de la vida. Debemos asegurarnos de que no se convierta en una tarea permanente y tan ardua que nos haga olvidar, y nos impida hacer, el resto de cosas que conforman nuestra existencia y nuestros deseos y necesidades.

Principio 5: La autoestima de los padres es muy importante

Si los padres no tienen una autoestima alta, su hijo tampoco la tendrá. Pero... ¿Qué es la autoestima? "La autoestima es la experiencia de moverse por la vida con un sentimiento de auto aceptación, confianza y seguridad en sí mismo, bienestar y satisfacción".

La autoestima es una experiencia de bienestar y satisfacción, un estado interior de sentimientos positivos y el estado emocional del cual emerge la seguridad en sí mismo. La mejor manera de aumentar la autoestima es buscar más experiencias que produzcan bienestar y satisfacción. Para los padres significa aumentar la satisfacción que se obtiene de la labor de padres y de la vida de familia en general.

Cómo detectar una baja autoestima.

Podrá saber si tiene una baja autoestima como padre/madre si en general experimenta algunos de los casos de la siguiente lista demasiado a menudo:

- Se deprime fácilmente cuando está en casa, incluso cuando los demás parecen sentirse bien.
- Evita hacer cosas con toda la familia por las molestias que conlleva.
- Usted y su esposo/a no están de acuerdo en temas que conciernen a los niños, así que evita discutirlos incluso aunque necesite hablar de ellos con alguien.
- Está involucrado/a en más luchas de poder de las que desearía.
- Tiene la impresión de que sus hijos manejan su vida y fantasea con escaparse de su familia o algo peor.
- A menudo no sabe cómo manejar a los niños. Cuando intenta solucionar problemas complejos, se siente incompetente. No quiere que nadie adivine que no sabe lo que está haciendo.
- Tiene la impresión de que todos los demás (profesores, médicos, padres, etc.) saben más sobre cómo educar a los niños que usted mismo.
- Siempre siente la necesidad de controlar a sus hijos por miedo a que se le vayan de las manos.
- Se deprime o enfada cuando los niños le dicen algo ofensivo, en lugar de mantener la compostura.
- Desearía un día libre pero parece incapaz de conseguirlo. Nunca es el momento adecuado.
- Nadie en la familia parece hacer bien las cosas y usted se ve obligado a hacer cosas que desearía que hicieran otros.
- La lista de responsabilidades como padre/madre se le hace cada vez más larga, pero usted carece de motivación para cumplir con su deber. Tiene la impresión de que le están exprimiendo.

Sugerencias para aumentar la autoestima como padre/madre.

- Pase tiempo a solas con cada uno de sus hijos siempre que pueda, además de experiencias con todos los miembros de la

familia juntos. Aumentará su satisfacción en la vida familiar.

- Pase tiempo todas las semanas a solas con su esposo/a, sin niños ni otras distracciones. Es imprescindible disponer y salvaguardar este tiempo sagrado para Vdes.
- Permita que la casa esté un poco desordenada durante el día, mientras todos estén cumpliendo con sus obligaciones, pero exija que luego participen de la limpieza por las tardes/noches. Al fin y al cabo, la casa es de todos.
- Aprenda a planificar para no desaprovechar las oportunidades satisfactorias por la aparición de acontecimientos imprevistos. Una buena planificación es imprescindible en las familias con poco tiempo libre.
- Establezca tradiciones familiares cada semana, mes o año. Esto es especialmente importante si los parientes viven a cierta distancia o si los hijos viven fuera de casa.
- Si le gusta la música, tenga un casete portátil con auriculares para poder escuchar "su" música sin molestar a nadie.
- Si no tiene amigos, hágalos. A largo plazo, no se puede depender de la familia para satisfacer todas las necesidades sociales.
- Divida sus metas en etapas, para que avance todos los días en la dirección adecuada.
- Si prefiere no enfrentarse a miembros de la familia verbalmente, sobre algo que le molesta, déjeles notas. Las notas se convertirán en una fuente interesante de discusión.
- Desarrolle su propia lista de cosas que puede hacer para aumentar su autoestima.
- Aprenda a decir "no". Muchos padres no saben, sobre todo si los niños están exigiendo continuamente. Pero no siempre se les puede dar lo que quieren.

La autoestima está fuertemente potenciada por los sentimientos de satisfacción que uno experimenta dentro de la familia.

Principio 6: Aprenda a pedir disculpas

Los padres deben saber admitir los errores y las ofensas que puedan inflingir a sus hijos, ya que estos saben perfectamente cuándo sus padres tienen razón y cuándo se han equivocado. Si los padres no lo reconocen, empezarán a dudar de sus propias percepciones y a actuar sin confianza en sí mismos, lo que puede acarrearles bastantes problemas después.

Negarse a pedir disculpas cuando uno se ha equivocado refleja una actitud paterna errónea e inmadura. No vale disculparse si se utiliza como un truco para suavizar las cosas. Debe ser un acto sincero y de reconocimiento que uno no es perfecto.

Disculparse puede enseñar a los hijos muchas lecciones importantes, al tiempo que ayuda a mantener con ellos una actitud abierta, sincera y realista.

Lo que su hijo puede aprender con su actitud de pedir disculpas.

- Aprenden que Vd. no tiene por qué tener siempre razón y que, aunque estén equivocados, siguen siendo buenos padres.
- Aprenden que hay que admitir un error antes de poder corregirlo, y que corregir errores es importante.
- Descubren que pedir disculpas es difícil, y que hay que ser fuerte para hacerlo.
- Ven una muestra de sinceridad, que tal vez no vean en otra parte.
- Aprenden que una buena familia repara los perjudiciales sentimientos que se producen entre sus miembros.
- Aprenden la virtud de perdonar a los demás cuando pierdan temporalmente el control.
- Aprenden que la disculpa es una forma de reconocer que otra persona es digna de respeto.
- Aprenden que no es necesario alimentar rencores porque uno se siente culpable por algo que ha hecho. Todo el mundo empieza a odiar a la persona hacia la que alberga un sentimiento de culpa.

Pedir disculpas a los niños cuando se les ha

ofendido o tratado mal es el mejor método para mostrarles que son dignos de respeto y es una forma directa y activa de enseñarles a comportarse.

Los *buenos* padres tratan a sus hijos con más respeto que los padres *normales*, y es probable que sus hijos consigan más preparación

para desenvolverse en este mundo tan complejo.

Piense en lo que hubiera sentido como hijo si sus padres hubiesen pedido disculpas por sus errores u ofensas, en especial por las que todavía no se les ha perdonado. No cometa el mismo error con sus hijos.

A modo de reflexión

El mundo necesita muchas cosas para convertirse en un lugar cada vez más seguro y respetuoso donde vivir y educar a los niños. Necesita paz en el planeta, una distribución más equitativa de la riqueza y de los recursos naturales, y más respeto y solidaridad hacia los demás. El mundo también necesita más padres que eduquen cada vez mejor a sus hijos, para que las siguientes generaciones estén mejor preparadas que la anterior y así poder convertir este mundo en un lugar cada vez más habitable.

2.3.4. El placer de ser padres

Cuando pensamos en la paternidad lo hacemos sobre todo en términos de obligaciones y problemas. Esto se debe a que la mayoría de los padres se creen en el deber de vigilar en todo momento a sus hijos, su alimentación, su ropa, sus juguetes, sus tareas, sus modales, etc. O de apartarlos de los peligros del fuego, de un atropello, de un envenenamiento, de caer por la escalera o desde una ventana.

No existe ningún remedio mágico para que los padres superen su preocupación constante por la conducta y la seguridad de sus hijos, ya que en eso consiste actuar como padres. Aunque no debemos olvidar que el grado de preocupación varía en cada familia.

Antes de sugerir algunos consejos prácticos, debemos tener en cuenta lo siguiente:



- El principal factor para que el carácter del niño se desarrolle bien es su deseo profundo de crecer para ser como sus padres, a los que admira y quiere. Cuanto más se le reprenda, menor será su deseo de imitar. Pero esto no quiere decir que se le permita portarse mal. Para conseguir que un niño se comporte adecuadamente muchas veces basta con evitar la observación constante de lo que hace, los consejos, las directrices, las prohibiciones y las riñas automáticas, con frecuencia innecesarias.
- El bebé o el niño pequeño sabe instintivamente que debe gozar de una cierta libertad para tomar sus pequeñas decisiones (jugar con un juguete como le apetezca, rechazar un alimento, etc.). Siente que no debe consentir que sus padres le controlen demasiado, ni física ni psicológicamente, y muchas veces reacciona de la única manera posible que le queda: rebelándose y/o protestando a su manera.



El ser padres es una experiencia única que puede generar, además de una enorme felicidad, cierta preocupación e incluso miedo por si no se sabe abordar adecuadamente. La excesiva preocupación de los padres aparece claramente si comparamos el modo de criar el primer y segundo hijo durante sus primeros años de vida. Con el primer hijo suele sentirse abrumado por la atención que despierta. Con

el segundo hijo los padres han aprendido que un niño es resistente y "duradero", a pesar de su pequeñez. Descubren que cada niño tiene sus peculiaridades, su manera de ser, y, lo más importante, han aprendido de su primer hijo que son competentes como padres y que, normalmente, hacen lo que conviene hacer. Esto les hace confiar en sí mismos y actuar de forma más relajada con el segundo hijo.

Sugerencias

- Reviva junto con su hijo las dichas de su propia niñez a través de compartir cada nueva experiencia para él.
- Visite con su hijo parques, zoológicos y museos, vayan al circo, organice excursiones al campo, ríos y playas.
- Léale a su hijo cuentos en voz alta.
- Trabaje con su hijo en alguna afición: carpintería, costura, construcción de maquetas, pesca, pintura, dibujo, cocina, etc.
- Trabaje junto con su hijo en las tareas de la casa.
- Converse con su hijo, escúchele con atención. Descubrirá lo mágico de su mundo.

Guías prácticas:

Recuerde junto con su hijo las dichas de su propia niñez a través de cada nueva experiencia con él.

Hay tantas cosas que un niño tiene que ir descubriendo que no todas se las podemos compartir. Muchas las experimenta por sí y el mismo. Viéndole podemos recordar nuestra propia infancia. Cuando acaricie usted a un perro delante de su hijo de 18 meses, le verá primero echarse con precaución hacia atrás, alargar fascinado la mano para tocarle, sonreír respondiendo a la actitud amistosa del animal y sentirse orgulloso de su valentía. Comparta con su hijo/a experiencias como éstas, que él/ella tenga la oportunidad de sentirle cerca, de sentir su apoyo y protección. Es muy importante para él.

Visite con su hijo parques, zoológicos y museos, vayan al circo, organice excursiones al campo, ríos y playas.

No es necesario planear excursiones complicadas para que el niño quede encantado y para que los padres disfruten de sus reacciones. A veces basta con hacerlo de forma natural y

espontánea y utilizar el entorno en el que vive. El observar a un gusano o a un insecto en el patio o en el parque puede proporcionar una gran diversión durante media hora.



Léale a su hijo cuentos en voz alta.

No olvide el sencillo placer, tanto para él como para usted, de leerle en voz alta. Los cuentos fascinan a los niños de todas las edades y de todos los caracteres. Las bibliotecas rebosan de libros infantiles. Todo lo que tiene que hacer es acostumbrarse a leer en voz alta. Pero no olvide que para pasarlo bien con su hijo



tiene que dejar de lado por el momento otras obligaciones y dedicarle toda su atención. Aparque de vez en cuando sus preocupaciones y dedíquese a su trabajo de padre. Permítale que le haga preguntas. Repítale una página si así lo desea o léale todo el libro por segunda vez. Ese es el camino para que saque del cuento lo que quiere y para que ambos se mantengan en armonía.

Trabaje con su hijo en alguna afición: carpintería, costura, construcción de maquetas, pesca, pintura, dibujo, cocina, etc.

Compartir una afición puede ser fuente de amistad muy satisfactoria. Es una manera más de ir construyendo el vínculo afectivo entre Ud. y su hijo. Pero no caiga en el error de fijarle metas muy altas, ejercer un control estricto o mostrarse excesivamente crítico. Comprenda que su hijo está aprendiendo y descubriéndose a sí mismo. Sea comprensivo y tolerante con su "torpeza" y dificultades y anímele en lo que hace. Lo importante ahora es el hacer, no el resultado.

Trabaje junto a su hijo en las tareas de la casa.

De este modo, incluso las tareas más rutinarias pueden ser agradables para padres e hijos. Pero no olvide que los niños prestan atención



a las cosas únicamente durante un tiempo limitado, por lo que conviene repetir aquello que desea que aprenda. Hágale vivir con frecuencia experiencias que puedan enseñarle comportamientos que quiere que aprenda. Se podrá esperar más de ellos a medida que vayan haciéndose mayores.

Converse con su hijo, escúchele con atención. Descubrirá lo mágico de su mundo.

La conversación entre padres e hijos puede ser tan placentera como entre dos personas de la misma edad. El hecho de que no siempre resulte tan divertida está en que los padres se dedican con frecuencia a ordenar, dirigir y reprender, mientras que los hijos se dedican a pedir y a lamentarse.

El mejor modo de mantener una conversación agradable es ponerse en sintonía con el otro, escuchando atentamente y con simpatía, mirándole a los ojos y reflejando en la cara su humor, sea cual sea, placentero, indignado o admirativo. Luego, cuando le llegue el turno de hablar, haga referencia a sus observaciones, demostrando que reacciona a ellas en pensamiento y sentimiento y así, escuchando con empatía, se entreteje una conversación entre dos personas que sienten que se comprenden.

No olvide que uno de los aspectos más agradables de la niñez es la originalidad y sencillez de las cosas que dicen los niños, especialmente durante los años preescolares. Preste atención a esos tesoros de perspicacia y no reprenda a sus hijos por utilizar un lenguaje no convencional. Recuerde que está empezando a construir su lenguaje y la comprensión del mundo que le rodea.

- Un buen método para comunicarse con sus hijos, que usted puede poner en práctica, es ver con ellos algunos de los programas infantiles de la televisión. De esta forma:
 - En primer lugar: Se enterará de lo que ven sus hijos y podrá prohibirles los programas violentos o inadecuados para su edad.
 - En segundo lugar: Encontrarán más fácil entablar una conversación natural, sin críticas, sobre los programas y los temas que se tratan en ellos. Los niños aprovecharán

la ocasión para hacerles preguntas que no tienen lo bastante claras y ustedes como padres disfrutarán al poder aclarárselas.

2.4. QUÉ ES EJERCER DE PADRES

El trabajo de padres dijimos que es uno de los más complejos y difíciles de ejercer. Es una función de ambos progenitores: del padre y de la madre. Algunos padres, bien por falta de tiempo o por desconocimiento de cuales son sus roles como padre, se limita su ejercicio de padre a lo mínimo, cuando no consideran que cumpliendo con el deber del sustento económico de la familia han cumplido sus funciones. Y esto no es así. Las funciones de padre o madre van más allá de satisfacer las necesidades básicas del hijo, aún cuando sean muy importantes. Además, la incorporación de la mujer al mundo laboral ha cambiado esta situación.



Cuando su hijo se incorpora a la familia, algunos padres, como invitados de piedra de esta historia, esperan a que crezca el hijo para poder llevarlo al fútbol o a que crezca la hija con la que se puede presumir.

Claro que no siempre la culpa es del padre. A veces, es la propia madre que, en su afán de "madre", acapara al niño para sí como si tuviera que justificar de ese modo su existencia en este mundo: "Anda, dame al niño. ¡Mira cómo lo coges! Si es que no tienes ni idea, en cuanto lo coges se pone a llorar."

Pasan los meses y el hijo se convierte en un perfecto desconocido para el padre. El paso de los meses se ha llevado la primera sonrisa del

niño, los primeros balbuceos y canturreos, los primeros dientes, las primeras palabras, los primeros pasos... Y algunos padres, como siempre están tan ocupados y llegan tan tarde a casa, se lo han perdido. Algunos padres ignoran casi todo lo referente a su hijo.

El padre ignora que su hijo tiene que vacunarse a los tres meses, a los cinco, a los siete, a los quince, a los dieciocho, a los seis años y a los catorce. Lo mismo ignora la temperatura del agua para el baño y cómo darle el puré de verduras o cómo cambiarle el pañal o cómo acunarle y cantarle para que se duerma. También ignora lo que hace su hijo/a en la guardería. Y en el colegio. Y por culpa de esa ignorancia se está perdiendo una de las cosas más apasionantes que hay: *ver crecer y desarrollarse una vida: la de su hijo.*

Mientras, la madre se enfrenta cada día a nuevos retos, nuevas dificultades. Porque el niño ya anda y arrasa con todo lo que encuentra a su alcance. Pero también le crece la inteligencia. Y la madre revive su infancia de nuevo. Y aprende a ver con ojos de niño. Y aprende a desarrollar la imaginación. Y cada día aumenta su capacidad de comprensión y entrega. Sin embargo, disminuye su salud y su interés o promoción profesional, incluso, a veces, su autoestima.

Muchos padres tienen su tiempo perfectamente programado. En cambio, las madres tienen que arreglárselas como puedan para recoger al niño de la guardería, para quedarse con él en casa si está enfermo, para ir a ver la función de Navidad y la de fin de curso. Tiene que llevarlo de cumpleaños, al dentista, al pediatra o a cualquier emergencia que surja.

Así que aunque las madres se empeñen en decirles a sus hijas que tienen los mismos derechos que los hombres y a sus hijos que tienen las mismas obligaciones que las mujeres, algunos niños saben que eso no es verdad porque ven a su padre en su "rol de padre" y a su madre en su "rol de madre".

Afortunadamente, esto está cambiando, en parte debido a la incorporación de la mujer al mundo laboral, en parte a que desde diversos frentes se le está concienciando al padre de lo importante y amplia que es su función, lo que hace que experimente y disfrute de la enriquecedora experiencia de ejercer de padre.

2.4.1. Roles tradicionales frente a roles actuales

Se entiende por "rol" el conjunto de ciertas características o papeles que representamos en función de la situación que vivimos: niño, adolescente, adulto, padre, estudiante, trabajador, etc.

Los roles familiares son el conjunto de actividades necesarias para cumplir las funciones de la familia, que realiza cada miembro de la misma. Es decir, el papel que se desempeña dentro del grupo familiar.

La mayoría de las tareas o funciones podrían ser llevadas a cabo por cualquiera de los miembros del grupo familiar, pero debido a influencias culturales, se espera que alguna de ellas la cumpla un miembro de la familia en particular. Así han surgido los roles tradicionales de esposo, esposa, padre, madre, hijo, hermano...

Además, algunas tareas se han asignado históricamente al sexo, sin que esta circunstancia haya sido siempre relevante (sí para amamantar, no para alimentar), pero así se han ido conformando los roles masculino y femenino.

Hoy en día los roles tienden a ser flexibles. Por ejemplo, ya no es sólo la madre la que se dedica al cuidado de los hijos pequeños, el padre también interviene; de este modo el niño recibe una estimulación más rica y variada y se favorece el desarrollo de la independencia y la exploración.

De este modo, la flexibilidad de roles supone consecuencias positivas y tiende a favorecer una interacción adecuada en las relaciones padres-hijos y de pareja. No obstante, aunque conviene que los roles sean flexibles, no lo son



siempre ya que hay algunos característicos de la idiosincrasia de cada género.

El estilo de relación de una pareja no sólo depende del afecto que se profesen y del tipo de comunicación sino también del reparto de roles.

En una sociedad que cada vez tiende más a la igualdad de sexos en lo que al reparto de trabajo o desempeño de funciones se refiere, la mujer ha ido asumiendo nuevos papeles (sostenimiento económico de la familia) pero parece que algunos le estuvieran reservados exclusivamente a ella cuando no tiene por qué ser así (ej.: crianza de los hijos o mantenimiento del hogar).

Aunque existe un reconocimiento de la igualdad legal del hombre y la mujer, no podemos decir lo mismo de la equiparación social. Por ejemplo; aunque la participación del varón en el hogar y la crianza de los hijos es cada vez mayor, a los varones se les suele asignar tareas domésticas:

- Esporádicas (reparaciones)
- Secundarias (cuidado de animales de compañía)
- Vinculadas al espacio público (compra, pasear al niño).

Mientras, se le siguen reservando a la mujer las tareas domésticas:

- Pesadas
- Vinculadas al espacio privado (la casa)

Cuando aparecen nuevas obligaciones (como la paternidad), la pareja debe acordar el reparto de funciones, y necesitará reorganizar su tiempo para seguir cumpliendo con las tareas que realizaba antes de que apareciera la nueva situación.

Nuestro entorno social está cambiando en relación a la paternidad y muchas parejas están ya adaptándose a él.

Así se insiste:

- Que muchas funciones sean compartidas por la pareja: "educar a los hijos es cosa del padre y de la madre".
- Que la pareja pueda intercambiar las tareas; la delicada situación laboral de hoy en día siempre permite decidir quien trabajará fuera de casa o si lo podrán hacer los dos.

RECUERDE

En el reparto de los roles padre/madre:

1. Hay que definir las tareas y funciones.
2. Hay que llegar a un acuerdo justo a la hora de distribuir las tareas.
3. Las tareas pueden ser asignadas a una persona o compartidas por la pareja (a veces conviene precisar cómo se compartirán o qué tiempo dedicará cada uno).
4. Los cambios en la situación familiar (paternidad, acceso de la mujer al trabajo, etc.) harán necesaria una redefinición de roles (distribuir las tareas).
5. Debemos ser conscientes de nuestro papel y desempeñarlo responsablemente.



Algunos roles paternos característicos

Rol de padre

Se entiende por "rol" de padre el conjunto de ciertas características propias o que suele desempeñar el padre. El papel que representa

o interpreta el padre y que de alguna manera lo determina.

De entre las muchas características que tradicionalmente definen el rol de padre podemos recordar las siguientes:

- *El padre coco*: "Ya te puedes preparar cuando venga tu padre, se te va a caer el pelo".
- *El Papá Noel*: Reparte regalos y golosinas para compensar su ausencia.
- *El padre "autoridad"*: Que da los permisos y el dinero: "Pregúntaselo a tu padre".
- *El perfecto desconocido*: "No le digas eso a papá".
- *El padre inalcanzable*: "No molestes a tu padre".
- *El hombre invisible*: O padre ausente, siempre está trabajando.
- *El padre oposición*: "No, no y no".
- *El padre "abuelo cebolleta"*: "Yo a tu edad..., en mi época...".
- *El dictador*: "Aquí el único que manda soy yo".
- *En el huésped de hotel*: Las faenas de casa no son cosas de los hombres, son cosas de mujeres.

En definitiva, un elemento extraño que no acaba de encajar en la familia. Es un padre que supuestamente trabaja por el bienestar de la misma. Sin embargo, ese mismo trabajo le

impide disfrutar de ella. Y cuando quiere hacerlo es ya tarde. Los hijos han crecido y no necesitan a un padre que, de pronto, descubre que su trabajo, amigos y aficiones que han

sido siempre algo muy importante para él, ahora se han convertido en algo secundario y que lo verdaderamente importante son sus hijos.

Entonces, los hijos tienen ya hecha su vida y difícilmente soportarán que su padre se les cuelgue del brazo para empezar a vivir a través de ellos.

Ese padre ausente se ha perdido algo esencial. Se ha perdido volver a vivir esa etapa llena de magia que es la infancia. Se ha perdido convertirse en héroe de sus hijos pequeños y en amigo y confidente cuando crecen. Ha renunciado a la ternura, a la incapacidad para disfrutar de las cosas cotidianas, a un desarrollo integral, al compartir con sus hijos los pequeños (y los grandes) momentos de su vida.



Afortunadamente, las cosas están cambiando mucho en este terreno. Hoy es menos frecuente encontrar estos tipos de padres entre los padres actuales. Esto se debe a dos razones:

- Por un lado, la sociedad necesita que la mujer se incorpore al trabajo, hecho que se está produciendo cada vez con más frecuencia.
- Y por otro, son cada vez más los padres que asumen el papel de padre no como una horrible carga, sino como un goce y con satisfacción. Estos padres disfrutan viendo crecer a sus hijos, tomando parte activa en su crianza y educación y colaborando en los trabajos de la casa.

A pesar de ello, el peso de la casa y la educación de los hijos siguen recayendo sobre la

mujer. La mayoría de los padres piensan que es terreno de ella. Y además, todavía les cuesta reconocer su participación públicamente: como si se avergonzaran de hacer algo "contra natura" y es que el peso de la educación recibida es todavía muy grande en ese sentido. A ellos no les han educado para las labores del hogar, ni para ciertas tareas a realizar con los niños.

No se debe olvidar que la verdadera oportunidad de igualdades significa no dejarse llevar por los prejuicios relacionados con el sexo. De este modo la educación de los hijos y las tareas del hogar han de ser una labor compartida por ambos cónyuges. Si usted como padre da ejemplo de ello, sus hijos crecerán en una mayor igualdad.

Hay que reconocer que muchos padres ya están asumiendo su rol de una manera responsable, comprometida y compartida con respecto a la madre, lo que representa un beneficio tanto para él mismo como para la madre y el hijo.

Sugerencias

- Supere la idea tradicional sobre el rol masculino que ha aprendido de su padre.
- Anime a su esposo a colaborar de forma completa.

Si usted como padre supera la idea tradicional sobre el rol masculino que ha aprendido de su padre, logrará estar más cerca de su hijo y compartirá con la madre la responsabilidad de su cuidado.

Para ello, aconsejamos a las madres que animen a su esposo a colaborar de forma completa y a que les dejen cometer errores y desarrollar su propio estilo y evitar luchas de poder. Ante todo no debe olvidar lo siguiente:

"Si quiere que él participe tiene que dejar que exprese sus propias opiniones e ideas. De hecho está invadiendo un terreno tradicionalmente suyo y ello supone una amenaza. Deberá hacer un esfuerzo conjunto para reconciliar ambos estilos de crianza y gestión doméstica."

(Wardle)

Rol de madre

Por "rol" de madre se entiende el conjunto de características típicas que ha desempeñado la madre.

Aunque tipificar no es bueno para vivir creemos importante ofrecer a las madres la ocasión de reconocer algunos perfiles. Por si todavía estamos a tiempo (y siempre lo estamos) de mejorar nuestro perfil personal a continuación veremos algunos tipos de madres:

Mostramos cuatro prototipos de caracteres (según Le Gall) que nos pueden servir de puntos de referencia para extraer los dos tipos de madres que presentamos después:



- *Las madres posesivas:* con las notas dominantes de autoritarismo, intransigencia, búsqueda de éxito, explotadoras de los demás en provecho propio, que imponen todo, desde los puntos de vista hasta los gustos...
- *Las madres tiránicas:* dominadoras como reacción de autodefensa o autoafirmación: lo que necesitan es un dominio total sobre el hijo, no tanto el éxito del hijo o que el éxito del hijo se deba a ellas.
- *Las madres quisquillosas:* desconfiadas, escrupulosas, inquisidoras, infatigables, incapaces de confianza abierta y franca, arruinadoras de todo diálogo por convertir todo intento de diálogo en un interrogatorio inacabable y valorativo, y casi siempre amenazador.
- *Las madres blandas:* súper protectoras, sin frontera entre los caprichos y el mimo, incapaces e incapacitadoras para el sufrimiento y el esfuerzo.

Estos tipos característicos no cubren todos los tipos de madres, pero nos servirán de punto de referencia para las dos que ahora presentamos, señalando lo más representativo de cada uno.

Dos tipos de Madres

1. Las Madres angustiadas

Son madres angustiadas, preocupadas, intranquilas, temerosas. Son personas agobiadas que presentan a sus hijos una imagen agitada, insegura, llena de inestabilidad. Que en vez de mecer la paz de sus sueños infantiles, tiemblan, pronostican siempre posibles desgracias y llenan el sendero de la vida de señales de peligro.

Madres preocupadas por la salud del hijo hasta el exceso. Cualquier síntoma es alarmante, cualquier medida de protección insuficiente. Auténticas madres-farmacia, satélites y tortura de los médicos más complacientes.

Madres angustiadas por los resultados escolares de los hijos: por sus fracasos reales o por su falta de brillantez.

2. Las Madres maduras

Por otra parte están las madres maduras. Son madres que han superado definitivamente su infancia. Con una vida rica en experiencias, y mostrando serenidad en las diversas circunstancias de la vida. Confían en que sus hijos también sabrán ir viviendo con serenidad, y comprenden que los errores también forman parte de la aventura del aprendizaje.

Aprendieron a tomar decisiones personales válidas, y por eso no van a decidir por sus hijos, sino que saben esperar, respetar y comprender las decisiones de los hijos, contando con los comportamientos inmaduros, las reacciones obcecadas y las explosiones apasionadas y equivocadas.

Madres que tienen cada día la preocupación de crear el clima feliz y en el que cada uno sea el mismo, preocupándose eso más que el que todo esté en orden y que todo el mundo sea razonable.

Madres que descubrieron lo que era querer y que han comprendido que sólo el amor merece la pena.

Madres que entregaron la vida, aplauden la libertad, acompañan en los éxitos y en los fra-

casos, que comprenden sin juzgar y quieren sin pedir nada a cambio.

Su personalidad realizada no necesita extraer de la vida de sus hijos compensaciones para sus propios vacíos. Son felices siendo madres de los hijos que tienen, no de los que soñaron haber tenido.

Madres que no necesitan ni documentos ni medallas de la madre. Porque los ojos, las manos, la vida y las palabras de sus hijos son su monumento. Y se consideran definitivamente compensadas cuando cualquiera de sus hijos nos dice al presentárnosla: "Esta es mi madre".

2.4.2. El dilema de toda futura madre: ¿trabajar o no?

Si usted va a ser madre dentro de poco y la decisión de trabajar no depende únicamente de criterios económico, ¿qué elementos deberá tener en cuenta a la hora de decidir trabajar o no?

Toda mujer que se plantea esta disyuntiva debería reflexionar con calma sobre los puntos siguientes:

- La situación económica de la familia.
- Sus propios deseos de trabajar.
- Lo que es mejor para el bebé.
- La facilidad para hallar un centro adecuado para el pequeño.
- El efecto que puede tener en su carrera y en su futuro dejar de trabajar unos años.

Además es aconsejable considerar las siguientes opciones si ambos progenitores trabajan:

- ¿Es posible que uno de los dos tenga un horario flexible o media jornada laboral?
- ¿Puede compartir el trabajo o pedir excedencia por maternidad?
- ¿Cree que estas medidas pueden representar algún problema o limitación para su futura vida laboral?
- ¿Puede seguir con el trabajo que realiza ahora y ser una buena madre?
- ¿Podrá sobrellevarlo y ser feliz quedándose todo el día en casa con el bebé?
- ¿Puede reducir su marido el trabajo y compartir el cuidado del niño?

- ¿Puede dejar de trabajar, y no afectarle en el futuro, y encargarse del bebé a tiempo pleno?

Si usted es madre o lo va a ser pronto deberá basar su decisión sobre el trabajo en sus circunstancias particulares. Usted debe organizar su dinámica familiar, su vida laboral, si la tiene o desea tenerla, y estructurar con su marido las necesidades de su hijo y de la familia.

2.5. LA IMPORTANCIA DE LA RELACIÓN PADRE/MADRE PARA LA EDUCACIÓN DEL NIÑO

El desarrollo emocional de los niños queda mucho mejor cubierto cuando tienen padre y madre. La mayoría de los niños pueden afrontar mucho mejor sus emociones si disponen de diferentes adultos con los que relacionarse e identificarse.

Las relaciones que mantengan entre sí de los padres también son importantes para los hijos porque le enseñan al niño que las personas tienen que aprender a compartir. Los niños tienen que aprender que no pueden poseer para él en exclusiva a la persona con la que se quieren relacionar, aunque sólo sea porque esa persona ya está unida a alguien más. Todo aquel que haya tenido hijos sabrá la rivalidad real que puede surgir entre éstos y uno de los miembros de la pareja, sobre todo cuando son bebés. Pero los padres necesitan trabajar juntos para mostrar con una sola voz que forman una pareja y que ese lazo tiene una gran importancia para ellos y para la estabilidad de



la familia. Los niños tienen que ver y sentir que el lazo afectivo y de buena relación que une a sus padres es una importante alianza que aparece en la relación familiar. Los padres deben comprender que gracias al mantenimiento de ese lazo el niño podrá sentirse feliz y llevar una vida hogareña estable.

Una relación triangular, además de ofrecer una mayor serie de posibilidades al niño, le ofrecerá una mejor oportunidad de aprender el valor de la diversidad. Si un niño tiene como progenitor a un solo miembro de la pareja, se verá limitado a lo que este pueda ofrecerle. La presencia de un segundo adulto, además de duplicar la oferta, hará que por medio del ejemplo y la negociación, el otro progenitor tenga la oportunidad de cambiar de posición, lo que, a su vez, enseñará mucho al niño.

También habrá momentos en que las capacidades y habilidades emocionales de uno de los miembros de la pareja serán más adecuadas que las del otro para algunos desarrollos del niño, y en otros casos, a la inversa. Así el niño tendrá lo mejor de cada progenitor (y el niño se enriquece con la aportación de los dos). Pero hay que tener cuidado, ya que esto también puede ser objeto de abuso cuando el pequeño descubre que si hace las cosas de una determinada forma, enfrentará a la madre con el padre y así manipulará la situación según le convenga. Más de una pareja de padres no se dan cuenta de que su hijo está desarrollando este sutil juego delante de ellos mismos y solo se dan cuenta cuando se lo dicen desde fuera. Todo lo que saben es que las cosas van mal entre los dos, como padres o como pareja y entre ellos y el niño.

En lo que hemos comentado, hemos supuesto que la relación entre los padres es dinámica, comprometida y responsable. Pero puede ocurrir lo contrario.

Tener hijos pequeños es, en la actualidad, un período de prueba para la mayoría de la gente, y la situación puede convertirse en algo muy difícil a menos que la pareja mantenga buenas relaciones.

Las fisuras o desencuentros surgidas entre los padres van acompañadas por noches de insomnio, rabieta del niño, desacuerdos a la hora de educarlo, intrusión de parientes cercanos, problemas de relación, dificultades en el

hogar, etc. Las grietas que se taparon con éxito antes de la llegada del niño pueden hacerse ahora mayores.

Lo que se quiere poner de manifiesto en este punto es la necesidad de que los dos padres estén de acuerdo, tengan puntos de vista comunes (aunque sea a través de negociaciones y pactos por la sana aceptación de las diferencias) y se comprometan a respetar y mantener los acuerdos educativos tomados respecto al hijo.

Si los padres mantienen una actitud educativa común (aun respetando sus diferencias) es más difícil que el niño aprenda hábitos inadecuados como: la manipulación y el chantaje emocional; así como será más fácil el desarrollo de aspectos de la personalidad como: la responsabilidad, la constancia, la tolerancia a la frustración, el esfuerzo, y los valores, etc.

Un solo miembro de la pareja como progenitor tiene mayores dificultades, pero no por ello han de ser insuperables. Un adulto solo, con un gran espíritu de sacrificio y muy consciente de la realidad, puede aportar todo



aquello que normalmente habrían aportado los dos; pero resulta una tarea más compleja, difícil y agotadora. Si este es su caso, trate de conseguir la ayuda de otros adultos, quizá de los abuelos, o incluso de otros parientes cercanos. Los amigos también pueden ser valiosísimos. Mientras el niño disponga de más de un adulto al que tomar como referencia y con el que relacionarse, las cosas pueden salir muy bien y resultar muy gratificante y enriquecedor, emocional y relacionalmente, para el niño/a.

Bibliografía

Cómo ser padres hoy. Dr. Benjamin Spock. Ed. Martínez Roca. 1990.

Crecer seguro. Cómo aprender desde los primeros años. Melitta Cutright. Ed. Medici. 1994.

Cómo ser mejores padres. Reynold Bean. Ed. Debate. 1993.

Enseñar a vivir. Dr. Andrew Stanway. Ed. Martínez Roca. 1989.

La Familia en la Sociedad del siglo XXI, Libro de ponencias. Ed. FAD. Madrid, 2003.

Niños felices. V. Brenstein, R. Vargas. Ed. RBA. 2001.

Revista Padres y Maestros (P. M.) n.º 192-193. Nov./dic. 1993.

La felicidad de nuestros hijos. W.W. Dyer. Ed. Grijalbo Mondadori. Barcelona, 2000.

Ser padre: aprende a ser un padre de siglo XXI. J.F. González. Ed. Edimat Libros. Madrid. 2003.