

EdP / Escuela de Padres

Colegio Dominicos – Valencia / Época V / curso 11-12
(presentación montaje: J.L.Sierra)



Tema 45:

Mejorar como padres

(Gloria Marsellach)

Hoy en día es muy difícil ser padres sobre todo un buenos padres. 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.

¿QUÉ ES EJERCER DE PADRES?

El trabajo de padres 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 funciones. económico de la familia han cumplido sus 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.

Rol de padre (algunos roles paternos característicos)

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.



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.**

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.

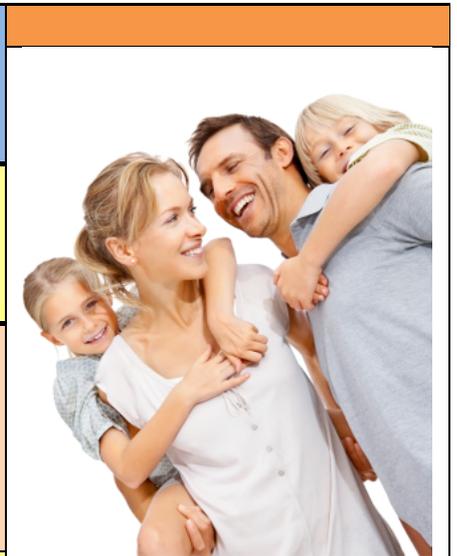
Así que aunque las madres se empeñen en decirles a sus hijas que tienen los mismos derechos que los hombres y a sus hijos que tienen las mismas obligaciones que las mujeres, algunos niños saben que eso no es verdad porque ven a su padre en su “rol de padre” y a su madre en su “rol de madre”.

Y 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



Dos principios educativos:

Principio 1:	No se empeñe en luchas de poder , en enfrentamientos de los que es probable que nadie salga victorioso.
Principio 2:	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.

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.

Características de las “Luchas de Poder”:

- 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

¿CÓMO RESOLVER LAS LUCHAS DE PODER?

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.

Sugerencias

- “¿Quieres hacerlo ahora o más tarde?”.
- “¿Como piensas hacerlo?”.
- “Si ahora no, ¿cuando?”.
- “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?” .

Haga preguntas en lugar de dar ordenes.

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

- “¿Prefieres pelearme conmigo o hacer lo que te he pedido?”.
- “¿Qué esperas conseguir peleandote 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?”.
- “¿Donde te gustar discutir esto, aquí o en la cocina?”.
- “Si no haces esto por mí, ¿Qué te gustaría que yo no hiciera por ti?”.

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.



ENSEÑAR A LOS NIÑOS A HACER LAS COSAS POR SI 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 constantes 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.



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.

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 creen 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 periodo 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.