

ALGUNAS REFLEXIONES PARA EL DÍA DEL PADRE

Autor: Esteban Nolla Hernández

FISAC

En 1929, Sigmund Freud, publicó un importante texto llamado «El malestar en la cultura», donde escribió:

«No puedo pensar en ninguna necesidad en la infancia tan fuerte como la necesidad de la protección de un padre»

Ser papá implica grandes retos y grandes responsabilidades. No siempre es sencillo pues conlleva profundos cambios y nos expone a situaciones nuevas, pero siempre es una oportunidad para crecer, para aprender de nosotros mismos, para transformarnos y estar en condiciones de ofrecer una influencia positiva en la vida de nuestro@s hij@s y parejas.

1. **Los buenos padres no nacen, se hacen:** La paternidad es una actividad que puede ir mejorando con el tiempo; a pesar de lo que se pueda pensar, no es algo que se haga bien naturalmente o por instinto. No siempre es posible tener el mejor criterio o tomar las mejores decisiones, pero lo importante es estar abierto a aprender y de ser necesario, a cambiar el rumbo; no permitiendo que cosas como el orgullo o la lucha por el poder estansen el sano desarrollo de las relaciones o hagan perder de vista que lo más importante es mostrar afecto, empatía, apoyo y ser alguien en quien se quiere confiar.
2. **Existen diferentes estilos de crianza:** Cada persona aborda la paternidad de un modo distinto. Hay quienes tienden a ser autoritarios, quienes tienden a ser más permisivos o quienes transitan de un lado a otro. En realidad ningún estilo es necesariamente negativo. Existen ocasiones en las que es necesario ser firme y otras en las que lo mejor es dejar ser. Lo fundamental es saber reconocer en qué momento es más apropiado actuar de una u otra manera y con qué intensidad. En realidad la paternidad puede ser dinámica y mutable si uno se lo permite, y no se limita a ejercer siempre la misma función, restringiendo la convivencia a pautas preestablecidas.
3. **Procura tener una buena comunicación:** Para promoverla es útil tener una actitud ecuánime durante las conversaciones. Suele dar mejores resultados hacer preguntas que dar órdenes o hacer juicios, y ofrecer distintas soluciones a los conflictos, en lugar de ser intransigente. De este modo facilitas la expresión de inquietudes, dudas o afectos. Si tu hij@ hubiera bebido alcohol y estuviera en problemas, siempre es mejor que tenga la confianza de hablar contigo y solicitar tu apoyo, en lugar de pensar “Mi papá me va a matar”, debido a una actitud desproporcionadamente severa. Una vez resuelto el asunto, podrás establecer una consecuencia adecuada que promueva el crecimiento.

4. **Enseña con el ejemplo y se congruente:** Nada juega más en contra de las reglas de la casa, que quien las establece no las cumpla. Si buscas un comportamiento responsable y moderado hacia el consumo de alcohol o cualquier otra cosa, comienza por ponerlo en práctica tú mismo. De otro modo, caerás en el clásico “has lo que digo, pero no lo que hago” reduciendo tu credibilidad.

5. **Infórmate para poder orientar con seguridad:** Ser papás no nos hace expertos en todo, y con el alcohol no es la excepción. Cuando llegue el momento de hablar sobre el tema, asegúrate de tener bastante información al respecto para poder sostener una conversación abierta y sin prejuicios, argumentando de manera propositiva. Esto elevará la posibilidad de que tu hij@ confíe en lo que dices y no llegue a pensar que buscas prohibirle cosas sólo porque desconoces el asunto. (Visita www.alcoholinformate.org.mx).

Si deciden consumir bebidas con alcohol en este día del padre, háganlo con responsabilidad y moderación y recuerda...

Se el padre que hubieras deseado tener

TE LO DECIMOS COMO AMIGOS,

FISAC