Paternidades en **Movimiento**

Involucrando a los papás en la Educación de sus Hijos/as desde la Equidad de Género

Roberto Garda Salas

INSTITUTO JALISCIENSE DE LAS MUJERES

Hombres por la Equidad a.c.

Indesol
Instituto Nacional de Desarrollo Social

PAIMEF

Paternidades en **Movimiento**

A las mamás y papás
que se involucran
con sus hijas e hijos;

por esas horas de alegría
que compartimos
con ellas y ellos.

Por los momentos
de ansiedad y preocupación.

Por saber soltar y
acompañar cuando es necesario.

Roberto Garda Salas.

Índice

Introducción 5

I. La perspectiva de género: una mirada dinámica 7

II. Por una Paternidad en Movimiento 13

III. Temas centrales para mejorar el ejercicio de la Paternidad 21

IV. Algunos Ejercicios para Papás 33

Introducción

Este material va dirigido a mujeres y hombres que están interesados en reflexionar sobre la paternidad. A las mujeres les puede permitir establecer un diálogo con su pareja para mejorar las prácticas de crianza de la pareja, y, sobre todo, les permite aclarar por qué los hombres reaccionan como lo hacen **ante** determinados conflictos con los hijos e hijas pero, sobre todo, establecer un frente común que oriente a las hijas e hijos. Por otro lado, a los hombres les brinda temas y sugerencias para hacerlos reflexionar sobre el ejercicio de la paternidad, además de motivarlos a involucrarse activamente en los problemas de sus hijos/as, y de esa forma crecer al lado de ellos y ellas.

Asimismo, este material va dirigido a trabajadores comunitarios, psicólogos/as, médicos/as, trabajadores/as sociales, y en general personas que trabajan con hombres y mujeres desde la perspectiva de género, quienes deseen tener un marco de referencia más amplio y conocer algunas técnicas para reflexionar sobre la paternidad con otras personas en la comunidad. Aunque los ejercicios que aquí se brindan son sencillos por estar pensados para ser leídos directamente del manual por los hombres, es posible encontrar ideas que permitan crear técnicas para mejorar el trabajo con ellos.

En el punto "La perspectiva de género: una mirada dinámica" se explica qué es la perspectiva de género y cómo influye en la práctica de ser papá, asimismo se define qué se entiende por paternidad tradicional y por qué los hombres recurren a ella. En la segunda parte, "Por una paternidad en movimiento", se explica cómo los hombres transitan entre las **prácticas** tradicionales de ser papás y las nuevas, que tienden hacia la equidad. Se sugiere que todos los papás circulan entre unas y otras, y que el cambio consiste en hacer consciencia para ejercer más prácticas equitativas. La tercera parte, denominada "Temas centrales para **mejorar** el ejercicio de la paternidad" brinda una serie de temas que abordan diversos aspectos del ejercicio de la paternidad. Con base en ellos esperamos que los **papás** puedan tener una visión más amplia sobre los factores que **influyen** en el ejercicio de su paternidad. Finalmente en la cuarta parte se brindan ejercicios para los papás, la idea es brindarles una guía para que

puedan reflexionar sobre el ejercicio de su paternidad, ubicar los puntos que les preocupan y plantearse alternativas reales y acordes a sus recursos y contextos.

Reflexiones para Papás y Mamás

I. La perspectiva de género: una mirada dinámica

La perspectiva de género son ideas y prácticas de las personas que devienen en relaciones desiguales entre mujeres y hombres. Por ejemplo, consideramos que los hombres y las mujeres han tenido aprendizajes sociales diferenciados que los ubican de manera desigual en la sociedad. Las mujeres han recibido una educación dirigida al cuidado del cuerpo, a la maternidad y el cuidado de la familia; los hombres una educación ausente de sentimientos, donde la dureza, fuerza y violencia son sinónimos de virilidad y los prepara para desarrollarse en el ámbito público. Esta educación genera creencias sobre los roles masculinos y femeninos, y las personas se comportan de acuerdo a ellos en la escuela, las familias, y en los espacios de trabajo.

De esta manera, las mujeres y los hombres asumen roles diferentes porque son educados diferente. A la larga, esta educación se justifica porque se señala que mujeres y hombres tienen órganos sexuales distintos: las mujeres vagina, y los hombres pene. Gradualmente la educación diferenciada se va convirtiendo en trato desigual en la sociedad, y se crean mandatos que les indican cosas desiguales a ambos, los cuales terminan por reproducirse en la sociedad, especialmente en la familia.

Los papás se ven afectados/as por estos mandatos sociales. Y el desempeño de ambos se torna diferenciado y desigual en la casa.

Por ejemplo de los papás se piensa:

- *Que deben ser duros y fuertes, y por ello algunos papás* **tratan** *con rudeza a sus hijos*

- *Que ellos deben ser los proveedores del hogar, y por eso se la pasan trabajando horas en la calle, alejándose de muchas problemáticas domésticas en donde también se requiere su presencia.*

- *Que los papás deben ser los jefes de la familia, por ello* **usan** *el poder con autoritarismo*

- *También se dice que los hombres, y los papás en particular, no deben expresar los sentimientos, y ello hace que sean poco afectivos al acercarse a los hijos e hijas.*

Por otro lado, también estos mandatos afectan la relación con las mujeres. Se dice que ellas:

- *Son débiles y frágiles, y por eso cuando hay conflictos en el hogar llegan a pedir la autoridad del padre para reforzar la suya.*

- *Que la responsabilidad de la mujer es la casa, y por ello aunque tenga un trabajo remunerado, se les exige que realicen labores domésticas.*

- *También se indica que "ellas deben cuidar el bienestar de la familia", y se les encarga casi la totalidad de la crianza de los hijos/as: los problemas emocionales, la escuela, la nutrición, los valores, etc. Les son asignados como responsabilidad.*

Así, por tener cuerpos y órganos sexuales diferentes, se educa diferente a mujeres y hombres, y se les enseña a ser mamás y papás diferentes. ¿Qué consecuencias tiene esto? Que a las mamás se les carga la responsabilidad de las hijas e hijos, y ellas tienen un involucramiento profundo con ellos, terminan por descuidar su desarrollo profesional por la doble jornada que realizan. Por otro lado, los hombres se acercan poco afectivamente a los hijos, su presencia es la de ser proveedor, y se aleja del hogar. Por esto último no están presentes en muchas actividades importantes de los hijos e hijas.

Así, las consecuencias para los hombres y el ejercicio de la paternidad son graves, a nivel de ideas, los padres enseñan a sus hijos "cosas de hombres", los educan como duros, insensibles y en algunos casos con la creencia de que la violencia es parte de la masculinidad. Asimismo, a nivel afectivo, los padres expresan pocas emociones hacia sus hijos e hijas, debido a lo cual éstos tienen sentimientos ambiguos de cercanía pero de alejamiento hacia los padres. A nivel de habilidades para la crianza los padres no saben qué enseñarles a las hijas sobre el noviazgo, la reproducción y las emociones, y los hijos llegan a entrar en competencia con este, momentos de cercanía se combinan con momentos de alejamiento y enojo. Los papás ante estos cambios en los y las hijos/as se sienten inhábiles, y usualmente usan el enojo, la violencia y el autoritarismo con los muchachos. Así, la imagen del padre inicialmente cercana en la infancia, en la adolescencia y juventud se aleja. A veces con resentimientos en los y las hijos/as, y con un sentimiento de soledad en los hombres. Ante esto, muchos papás deciden refugiarse en el trabajo, cierran la comunicación con sus hijos, y la brecha generacional crece.

II. Por una Paternidad en Movimiento

Preguntémonos, ¿Todos los hombres ejercen una paternidad basada en las ideas tradicionales? Consideramos que no, y para comprender el ejercicio de la paternidad es importante diferenciar entre las ideas que tienen los padres y las prácticas que realizan en su vida cotidiana. Las ideas tradicionales sostienen que los hombres no deben ser afectivos, y deben de aplicar las normas y el castigo en casa; así como ser los exclusivos proveedores. Sin embargo, en la práctica muchos hombres realizan actos diferentes.

Por ejemplo, veamos el siguiente mandato social: "Los hombres deben dictar las normas en la casa y castigar a quienes no las obedezcan". Pensemos en algunos papás, y veremos que efectivamente ellos dicen qué hacer en la casa, y castigan a quienes no hacen caso. Llegan a ejercer castigos físicos, emocionales, económicos e incluso sexuales. Así, estos papás esperan, mediante el castigo que sus hijos/as se comporten de otra forma, el papá no negocia, y con ello buscan que se active otro mandato social: "los hijos deben obedecer a los padres". Esta es una forma de ejercer la paternidad que llamaremos tradicional y autoritaria, y está relacionada con los mandatos de la masculinidad, pues sin saberlo este hombre castiga a sus hijos no solo para que hagan lo que él dice, sino que también lo hace para demostrar que "es muy hombre".

De este modo muchas de las prácticas de la paternidad tradicional en realidad están vinculadas con una idea machista de ser hombre, con una forma conservadora de masculinidad. Pero, ¿Por qué una forma conservadora de masculinidad? Porque quien ejerce ese tipo de paternidad desea conservar el poder, sin negociarlo ni compartirlo en la familia, y particularmente con los hijos/as. Por eso es conservadora, porque desea preservar el poder sobre la familia, sin negociarlo con los demás miembros de la casa.

Ahora pensemos en papás que no siguen el mandato de ejercer la autoridad de esta manera: estos deciden dejar toda la responsabilidad a las mamás, ellos usualmente no dictan normas, ni ejercen castigos. Así, estos papás se ausentan de la normatividad que los hijos/as requieren. A veces son buenos amigos, son incluso muy afectivos, pero evitan el conflicto con sus hijos/as. Evaden ejercer la autoridad. La idea que tienen de ser papás no es la del

castigo, creen que hay que apoyar en todo a los hijos/as sin cuestionar lo que ellos/ellas dicen. Esta paternidad es el otro extremo de la autoritaria, delega absolutamente todo, y no interviene en la vida de los hijos/as. La llegan a ejercer hombres con trabajos de todo el día o quienes viajan constantemente. Esta paternidad en realidad también es conservadora pues lleva implícito el dejar la responsabilidad a las mujeres, y los hombres sólo aparecen cuando el trabajo les deja tiempo libre y usualmente en esos ratos ellos "no desean hablar de problemas" sino de cosas "agradables". Así terminan por no orientar a los hijos y en la práctica, aunque haya momentos agradables, consideramos que la falta de guía y el no poner límites es un abandono de los papás. Así, ambos estilos de ser papás son tradicionales y reproducen mandatos de la masculinidad.

Como podemos ver ambas formas de ejercer la paternidad son tradicionales, pero diferentes, unos papás actúan pero lo hacen controlando a los hijos/as; y los otros también lo hacen pero abandonándolos. Ambas visiones de ser papás se fundamentan en las mismas ideas de la masculinidad, pues terminan violentando y dañando a los hijos/as.

¿Cómo salir de esta paternidad tradicional y que, o bien es autoritaria, o abandona? Problematicemos más, y consideremos que los papás a veces pueden ejercer el autoritarismo y en otros casos el abandono. Por ejemplo, pueden ser muy autoritarios con los hijos adolescentes, y simplemente ignorar a los más pequeños/as. Esto es interesante porque entonces podemos decir que un mismo papá ejerce de diferentes formas la paternidad, y no sólo de una forma. Lo anterior nos abre no sólo dos opciones, sino varias: un papá no puede únicamente ejercer

prácticas muy autoritarias, o tampoco sólo ejercer prácticas de abandono; también puede ser un papá que abraza en algunas ocasiones, o que en otros momentos supo decir lo correcto y reorientó la vida de su hijo, o también en otra ocasión supo ser compañero y dio "posiblemente" un grato regalo a la familia.

Entonces, los papás no solo ejercen la paternidad de una forma, lo hacen de diversas maneras, al hacerlo pueden inclinarse más a unas prácticas tradicionales o a otras más equitativas, o con un hijo/a puede ser más autoritario y con otro/a más equitativo. O "para complicar más las cosas" en la infancia y adolescencia tal **vez** determinado papá ejerció prácticas muy autoritarias y con el tiempo ejerció prácticas más equitativas. De esta forma la idea central es: los papás ejercen de acuerdo al conflicto, con quién se tenga, su edad y ciclo de vida, y otros factores, diversas prácticas que si bien nos permiten reconocer el ejercicio de una paternidad violenta, también nos permiten observar una paternidad equitativa.

Podemos ver que muchos papás no son sólo papás autoritarios o ausentes, también algunos de estos papás realizan actos de apoyo a sus hijos e incluso de algún grado de cercanía. Por tanto, algunos papás serán más autoritarios y tendrán mínimas expresiones de sentimientos, apoyo, y cercanía con sus hijos/as, y otros tendrán casi nulas expresiones de violencia con sus hijos/as, y muchas prácticas de apoyo y afecto. Nosotros consideramos que los hombres circulan entre ambas posibilidades, de acuerdo a la flexibilidad "o no" de sus creencias de género, a la edad de las hijas/os, su edad, clase social, la presión de otros hombres o las tradiciones de la comunidad, las vivencias que tuvieron con sus propios padres, etc. Así, no podemos decir que hay "papás violentos" o "papás ausentes", más bien hay papás que practican diversas formas de actuar ante determinados conflictos: unos se ausentan y violentan, y ante otros conflictos se acercan y conversan.

Por esto podemos decir que los papás practican de forma a veces contradictoria su paternidad. Por ejemplo, ante un conflicto con la hija pueden ser muy autoritarios, pero ante el mismo conflicto con otra hija puede ser más flexible. O un papá puede rechazar la idea de castigar a sus hijos, pero puede tomar la decisión de hacerlo porque considera que hay problemas de alcoholismo.

Así, un mismo padre puede manejar de forma contradictoria sus ideas y prácticas de crianza ante sus hijos/as. Esto es: las ideas de la sociedad son usualmente estáticas con respecto a la paternidad (los papás siempre deben ser duros, castigar, etc.) pero las prácticas de los papás son dinámicas y contradictorias. Los papás están actuando constantemente entre diversas creencias y prácticas, siempre están en movimiento, y por ello no podemos decir que los papás "son" de una forma, más bien digamos que los papás "piensan" y toman decisiones ("hacen") y al hacerlo siempre dejan un aprendizaje a sus hijos/as.

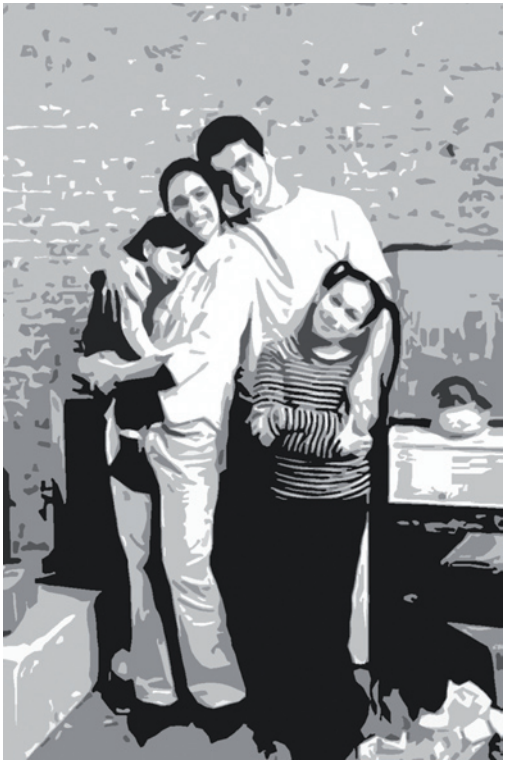
Así, reconozcamos que los hombres reflexionan y piensan su paternidad independientemente de los mandatos sociales. Entonces el actuar de los papás a veces refleja los mandatos sociales y en otras ocasiones las creencias personales que tienen sobre ellos mismos y la situación. ¿Por qué es importante reconocer estas contradicciones? ¿Acaso no es más fácil decir que queremos que los "papás violentos" dejen de serlo, y queremos "papás equitativos" o igualitarios? No sugerimos ver así a la paternidad porque creemos que no corresponde a la realidad: hay papás que son violentos con unos hijos y con otros no; o que en algunos conflictos ejercen maltrato, pero ante otros son profundamente tolerantes. O ante un mismo hijo o hija, en unos momentos se comporta muy equitativo, y en otras ocasiones no. Por tanto, hay que ver la complejidad del ejercicio de la paternidad para poder discernir las posibilidades de cambio en los hombres.

Pensemos un poco en nuestra experiencia. ¿Mi papá me trataba igual que a mi hermana, que a mi hermano? ¿En qué sí, y en qué consistían las diferencias? ¿Porqué creo que era igual con todos/as, y porqué diferente con cada quién? ¿Trataba igual a mis hermanos/as mayores/menores del mismo sexo y porqué tuvimos sentimientos diferentes hacia él? Así, si reflexionamos, veremos que los papás no son de una forma, sus posturas e incluso sus ideas cambian de acuerdo a diversos factores que varían con el tiempo.

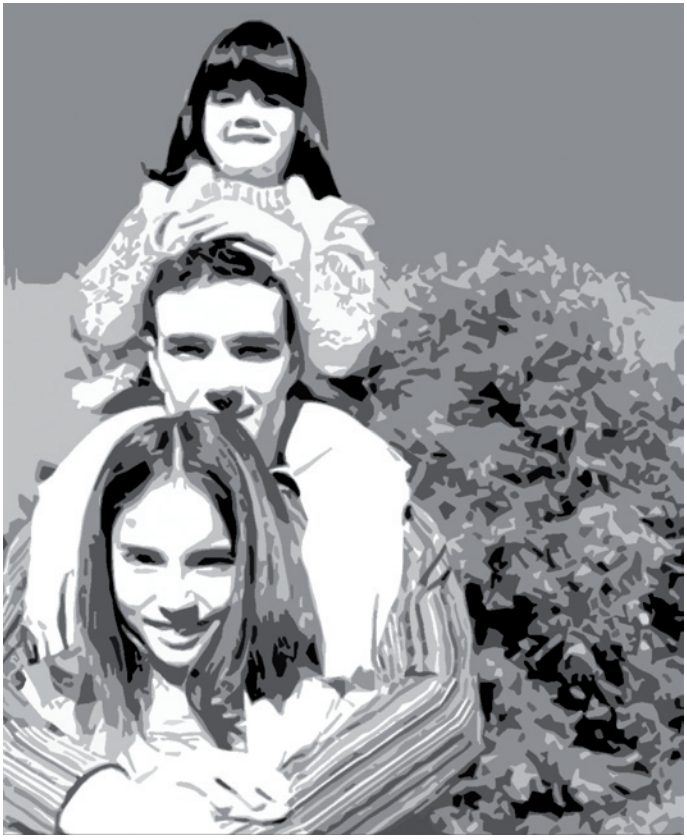
Pero sobre todo esto nos lleva a la cuestión del cambio de los papás, de los hombres. Todos los hombres saben que pueden cambiar sus prácticas de autoritarismo y violencia hacia sus hijos/as. Y lo saben porque también ven sus prácticas

de equidad y afecto hacia los mismos. Si eres papá la cuestión es que reflexiones por qué no has tenido la voluntad, la inquietud o la necesidad de detener tus prácticas de violencia, y porqué no realizas con más frecuencia las equitativas. Al final te brindamos un ejercicio para que explores los obstáculos para hacer estos cambios. Por otro lado, para quienes trabajamos con hombres la cuestión es de métodos: ¿Cuáles son las metodologías adecuadas para que los hombres vean de forma atractiva el cambio? ¿Qué temas desarrollamos? ¿Qué técnicas creamos?

Esto es ver la paternidad en movimiento, con las contradicciones entre ideas sociales y pensamientos personales; con la aceptación de algunos hombres de reproducir los mandatos tradicionales de ser papás, y –ante otras circunstancias– ver al mismo hombre cambiar sus ideas y realiza prácticas diferentes. Si reconocemos esto, podremos reconocer que los papás más conservadores y tradicionales también pueden ejercer prácticas equitativas y amorosas con sus hijos/as, y reflexionar que quizás lo único que requieren son ideas nuevas que cuestionen las ideas aprendidas desde la infancia. Y que los papás más equitativos no están exentos de ejercer violencia y que, en sociedades machistas, la lucha por mantener prácticas de equidad debiera darse todo el tiempo.



III. Temas centrales para mejorar el ejercicio de la Paternidad



La idea de este manual es brindar a los papás diversos ámbitos donde puedan reflexionar el ejercicio de su paternidad, y que cada uno explore las posibilidades de modificar ideas, conductas o sentimientos para que puedan construir una paternidad más cercana a las hijas e hijos. Pero, ¿Cómo llegar a esto? ¿Por dónde iniciar el proceso reflexivo de los papás? No creemos que haya un solo aspecto por el cual iniciar: cada papá de acuerdo a su experiencia reflexionará sobre algún aspecto que sea para él relevante. Pero aquí proponemos ver a la paternidad desde la experiencia de los papás reconociendo los diversos conflictos y contextos en los que esta se **desarrolla**. Por ello es importante que los papás observen que sus prácticas de paternidad surgen de dos aspectos importantes: las creencias que tienen sobre la familia, las y los hijos, los roles de género, y de ellos mismos como hombres y el ser papás; y por otro lado los sentimientos que tienen hacia su familia y los integrantes de ella, y los sentimientos que tienen debido al desarrollo social, los logros y fracasos que han tenido en su vida. Ambos aspectos, creencias y sentimientos, influyen en su comportamiento como papás.

De esta forma, las creencias y los sentimientos influyen en las prácticas de los papás. Estos tres aspectos son centrales: Si un papá tiene ideas tradicionales sobre el ejercicio de su autoridad, suprimirá la expresión emocional hacia sus hijos, y ejercitará prácticas de maltrato de forma más frecuente. Si un papá tiene ideas más flexibles sobre el ejercicio de la autoridad, ejercitará más la expresión de sus sentimientos, y éstos serán de mayor afecto y cariño. La propuesta de este manual es brindar temas que permitan a los papás reflexionar sobre estos tres aspectos con base en los temas antes señalados, de esa forma podrán comprender de forma más amplia porqué ejercen su paternidad como lo hacen, y cómo pueden mejorar ciertas prácticas con miras a cambiar sus ideas y sentimientos.

Pero ¿Por dónde empezar? A continuación veamos algunos temas que les sugerimos a los papás. Estos temas son guías para que los papás reflexionen y mejoren sus prácticas de paternidad. Más adelante ofrecemos ejercicios para comprender cómo se relacionan con su experiencia emocional.

Los Mandatos Sociales

En primer lugar es importante reflexionar sobre los mandatos sociales que existen en torno a la paternidad. Estos indican que el hombre al ser el papá debe dictar las normas en la casa, debe ejercer el castigo y debe ser exclusivamente el proveedor. Asimismo, indican que no puede expresar sus sentimientos ni mostrarse vulnerable. Recordemos que estos son mandatos muy relacionados con las creencias de ser hombre. Es importante reflexionar con los papás en torno a los mandatos sociales que han asimilado. Que piensen, por ejemplo sobre ¿Qué otras alternativas tienen además de ejercer una paternidad tradicional? ¿Ante que problemas debieran ser inflexibles, y ante cuales no?

Otro aspecto de los mandatos sociales son los aprendizajes que tienen los papás de sus propios padres ¿Qué les agrada de la paternidad de su padre, y qué no desean repetir? De esta forma, los hombres podrán identificar aquellos elementos sociales que les han influido en el ejercicio de su paternidad. Habría que sugerir que identifiquen qué influye en su relación con sus hijas, qué en la relación con sus hijos, y qué están repitiendo y que no. Así, los hombres conscientemente decidirán que aprendizajes desean repetir con sus hijos/as, y cuáles no. El trabajar con la experiencia de paternidad de cada hombre es central, pues consideramos que los mensajes más significativos que tienen los hombres en torno a su paternidad son trasmitidos por el padre.

Sexo y Prácticas de Género

Otro elemento que influye en el ejercicio de la paternidad es el sexo de los hijos/as, y las prácticas de género que desarrollan los padres. Es importante que los papás se den cuenta de cómo dan un trato diferenciado a sus hijas y a sus hijos. Aunque este trato diferenciado puede variar de una familia a otra, o de un hermano/a a otro/a, usualmente los papás dan tratos a los varones que los educa en el ámbito público, les permiten correr riesgos con alcohol, drogas, y otras actividades de riesgo, y se les educa para no tener ningún contacto con su vida emocional. Por otro lado, a las mujeres se les educa para estudiar, pero principalmente para casarse, cuidarse para los hombres, y se centra su educación en el cuidado del cuerpo y de su sexualidad, siendo la actividad sexual fuertemente castigada. La consecuencia de esto es que los hijos varones terminan por ser insensibles y estar en **constante** riesgo, y terminan por naturalizar la violencia contra las mujeres. Y en el caso de las hijas, terminan por no desarrollar una carrera profesional que les permita abrirse camino en la vida, embarazarse a temprana edad y dedicarse al cuidado de la familia. En ambos casos, usualmente las relaciones que establecen de pareja terminan en divorcios por ejercer él la violencia, y por sentirse ella profundamente insatisfecha con su vida emocional e incluso sexual.

Edad y Ciclos de Vida

Otro aspecto importante en el ejercicio de la paternidad es la edad de los hijos/as y los ciclos de vida del papá. Un padre que inicia la experiencia con un bebé/a usualmente tiene dudas, problemas y preguntas diferentes a quienes tienen hijos adolescentes, y a quienes ya tienen hijos adultos/as. A su vez, un padre con hijos/as mayores es un padre con necesidades distintas a los anteriores. En la etapa adulta se vuelve a negociar todo el trato con los hijos/as y la adultez a su vez tiene etapas diferentes: las y los hijas/os al terminar algún estudio o profesión, al casarse y tener nietos/as, al llegar la vejez, etc. Los padres debieran revisar sus ideas conforme los hijos/as van creciendo. La idea central es hasta dónde pueden dirigir las formas de pensar y actuar de éstos, y hasta dónde pueden influir en ellos/ellas. Usualmente los hijos/as no hacen las cosas que se esperaban de ellos. Afortunadamente, los hijos se desenvuelven diferente a los padres: algunos/as hacen mejor las cosas que el papá, y en otros casos no. La cuestión es si existe un lazo afectivo y de comunicación a pesar de lo que las y los hijos hicieron.

Pero ¿Quién es el principal responsable de mantener ese vínculo afectivo, el padre o los/las hijos/as? Consideramos que los papás tienen esa responsabilidad, porque ellos también han tenido cambios que han afectado la relación con sus propios padres. Los papás usualmente ignoran el peso de su opinión, y la fuerza de sus comentarios en los hijos/as. Esto ocasiona que se expresen opiniones de forma ligera lo cual viven a veces los hijos/as como descalificaciones y maltrato. O en otros casos, el papá simplemente no expresa opiniones sobre aquellas cosas que sí son significativas para los hijos/as. Con ello los padres se quedan en una visión vieja de los hijos: “el niño“ o “la niña“, “la pequeña“ o “el pequeño“ o “el joven“ o “la joven“. Así los hijos cambian, pero la percepción de los padres sobre ellos/as, no. Y en ocasiones esto puede generar conflictos de valores, de creencias y de interpretación de sucesos. A veces para los papas son manifestaciones de afecto pero lo hijos no lo sienten así. En este sentido se sugiere que los papás caminen a la par del crecimiento de sus hijos, acompañarlos y saber cerrar etapas. No aferrarse al niño que fue, sino acompañar al

joven que ahora es. Saber convivir con la adulta, y dejar atrás a la joven tímida o insolente que fue.

Así, un tema importante para los papás es saber cerrar etapas y abrir otras nuevas, realizar ritos de transición no solo de los hijos/as, sino también de ellos pues al paralelo de los cambios de los hijos/as están los cambios personales. A esto le llamaremos acompañar a las y los hijos/as en sus crecimientos, que los papás comprendan que los y las hijas cambiarán, y que ellos pueden mantener una cercanía si comprenden las nuevas necesidades de los hijos/as en cada etapa. Así los hijos/as devuelven a los papás la dinámica de la vida: ésta cambia, nunca se mantiene estática, pero los padres en ocasiones "al estar tan ocupados en el trabajo" llegan a olvidarse no sólo de los hijos/as sino de sus propias necesidades, de sus sueños y de sus planes. Así, los cambios en los hijos pueden ser un motor que impulse a los padres no sólo a acompañarlos sino también a ver sus pendientes, sus cambios, sus dudas como personas, en el espejo de sus hijos e hijas.

Los Sentimientos

Los sentimientos sobre nuestros hijos/as también nos influyen en el ejercicio de la paternidad. A veces al pensar de determinada forma sobre nuestros hijos/as los papás experimentan emociones que los guían en su forma de actuar. Los sentimientos de enojo hacia nuestra hija, o los de alegría ante sus logros, les permiten lejanía o acercamiento. Los sentimientos surgen de lo que pensamos de ellos, y de lo que ellos y ellas mismos/as hacen. Para ser un papá cercano siempre es importante tener plena conciencia de estos elementos, pues nada hay más importante para los hijos/as como el sentimiento que les trasmitimos.

Pero al permitir que los papás abran sus ideas, historias, dudas y esperanzas veremos no solo al padre que se muestra monolítico y duro, sino comprenderemos que éste hombre en realidad no sabe cómo ejercer su paternidad, que en realidad está improvisando, que pregunta poco porque tiene miedo de que sus hijos/as vean que no sabe. Así, al reconocer que la paternidad vulnera a los hombres porque éstos no fueron ni preparados ni educados para ejercerla, los humanizamos y permitimos que salgan de su rol tradicional que indica que todo lo saben, que todo lo tienen controlado, y que son inexpresivos.

En esto radica la reflexión sobre la experiencia emocional de los papás: que sepan reconocer su vulnerabilidad, sus errores y aprendan a tener fortaleza “no violencia“ para acompañar a sus hijos/as, porque éstos/as representan justo lo que ellos más aman y más temen. Así el miedo de ser papás, el cual fundamenta la paternidad tradicional se traduce en un potente motor que les permite convivir al lado de sus hijos: sus alegrías, aciertos, errores, tonterías, y su crecimiento. Así, ser papá en movimiento no implica otra cosa que saber acompañar a los hijos/as no solo en el momento en que lo son, sino también saber cuándo estos dejan de serlo, y pasan a ser no solo otro/a adulto/a, sino otra persona que tomará sus riesgos, sus dudas, que sufrirá aunque uno como papá no lo desee. Aprender a ser un papá así es reconocer que la paternidad es por un tiempo finito, y que llegado el momento uno dejará de ejercerla por amor al hijo/a.

Las Consecuencias de Nuestros Actos

Las consecuencias de nuestros actos también influyen en nuestros hijos/as. Es importante estar atentos a las consecuencias del ejercicio de nuestra paternidad. ¿Qué consecuencias tiene el que los papás estuvieran o no con los hijos/as durante su infancia? ¿Fueron adecuados o no los juegos que tuvieron los papás con los hijos? El tiempo que les dedicaba, los bienes y normas sociales que les enseñó ¿Fueron o no suficientes? ¿Qué consecuencias tiene que los haya metido en determinada escuela? ¿Estuve o no con ellos/ellas en su adolescencia, y cómo estuve: acompañando, limitando o fui demasiado flexible? Por ejemplo, posiblemente el dar mucha libertad a los hijos/as implicó que entraran en riesgo. Por ello, este papá decide establecer más control aunque él crea que la libertad es lo fundamental. O por el contrario, un papá que controla mucho puede ver que su hija se deprime por falta de amigos, entonces decide dar más permisos para ir a fiestas. Entonces los hijos/as también marcan la pauta de la paternidad.

Los papás pueden ver las consecuencias de sus actos al estar cerca de sus hijos, al mirar los logros de estos y sus limitaciones. Pero hay que comprender que no todo es consecuencias de las decisiones que toman los papás: en la edad más infantil sí hay mucha influencia, en la adolescencia la influencia disminuye pero sigue pendiente. Y en la etapa adulta los papás podemos sugerir, pero las decisiones más importantes son las de los mismos hijos/as. Así, el que los papás estén atentos a los hijos/as también retroalimenta la paternidad. Esa **retroalimentación usualmente no es verbal, comúnmente es producto de lo que los hijos hacen** y dejan de hacer, de cómo se muestran emocionalmente y se comportan con las y los demás. El reto para los papás es no vivir las consecuencias con culpa, reconocer sus esfuerzos y sumar más apoyo en caso de que los hijos estén en riesgo. Después de todo, para muchos hijos/as los papás son y serán una de sus principales influencias a lo largo de toda su vida. El que los papás reconozcamos esto, es importante para identificar el poder de la influencia que el papá puede tener sobre los hijos/as.

Los Riesgos y Contextos

Finalmente, un elemento importante a ser tomado en cuenta es el riesgo y los contextos en los cuales se desarrolla la interacción con los hijos/as. No es lo mismo un conflicto en el hogar, que uno en la calle o la escuela, o incluso uno estando de vacaciones. La diferencia es el grado de control que hay de las situaciones, y los niveles de riesgo que surgen. Esto es importante porque a medida que los hijos/as ellas crecen y tienen mayores grados de libertad, aumentan los riesgos y deseamos que sus actos de responsabilidad también lo hagan. Pero la conciencia de actuar con responsabilidad sólo puede surgir si hay tanto una voz cercana que haga ver los riesgos, como un acto de responsabilidad de parte de las hijas e hijos. Así, la libertad aumentará los riesgos, y por ellos es más importante la labor de las y los papás para acompañar en la construcción de la responsabilidad. Usualmente son las mamás quienes están presentes en el momento de los riesgos, y ellas regulan las actividades de las y los hijos. De hecho, son habilidades emocionales y de manejo de autoridad las que entran en juego en cada situación con las hijos e hijas, y ello varía de acuerdo a cada situación: enfermedades, experiencias emocionales fuertes en las niñas y niños, situaciones de conflictos escolares, o problemas entre hermanos/as o con amigos, entre un sinnúmero de vivencias en que las y los hijos se encuentran involucrados. El ejercer la autoridad y los afectos en cada situación, es un recurso que usualmente los hombres no ejercitan o lo hacen poco, y esa solidaridad y presencia es labor de la madre. Ese "medir" cada situación y responder de acuerdo al contexto es el resultado tanto de la educación de género como de habilidades personales. Las mujeres usualmente reaccionan de forma flexible ante cada situación, y los hombres de forma única. Ellas ponen límites, o ceden, o hablan y/o negocian en cada situación, y lo hacen de acuerdo a los riesgos y oportunidades que observan. Usualmente conforme a esto las mamás guían a los hijos e hijas y los educan a pensar complejamente los problemas. Por otro lado, los papás al estar alejados de esa educación que los vincula al mundo familiar y

emocional, usualmente no ven los riesgos para las hijas e hijos –o ven menos– y llegan a magnificar oportunidades. Los papás por educación hablan poco, casi no negocian, y deciden unilateralmente. Las consecuencias son que los hijos se sienten más cercanos a la madre, y más alejados de los padres.

IV. Algunos Ejercicios para Papás

Ahora hagamos algunos ejercicios, de esa forma podremos aclarar varios factores que afectan en el ejercicio de la paternidad, y exploraremos las posibilidades de cambio que tengo como hombre –o que veo en mi pareja o los hombres con los que trabajo–. Los ejercicios que a continuación te presentamos son principalmente escritos, y son de dos tipos:

- *Los ejercicios centrados en la lectura de este manual.- La idea central de estos ejercicios es generar una reflexión sobre el ejercicio de la paternidad con base en los temas que este manual desarrolla, con el propósito de ampliar nuestra perspectiva de la paternidad.*

- *Los ejercicios para construir alternativas con los hijos/as.- Con este ejercicio podrás identificar cuáles son los factores que intervienen en el o los conflictos con tu hijo/a, y podrás generar una alternativa que resulte viable y de acuerdo con tus recursos.*

Para el desarrollo adecuado de estos ejercicios te sugerimos tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- *Busca realizarlos cuando tengas tiempo para reflexionar, no los realices de prisa ni cuando tengas otras actividades. Un breve tiempo dedicado a pensar en problemas y soluciones con tus hijos vale más la pena que el estar pensando todo el día de forma dispersa.*

- *Te sugerimos comprar un cuaderno o un libro para apuntar tus reflexiones, usa este cuaderno de forma constante y te acostumbrarás a escribir sobre aquello que te preocupa. Guárdalo en un lugar seguro, recuerda que es parte de tu intimidad y tus reflexiones.*

- *Escribe sin preocuparte por la ortografía, la redacción ni la puntuación. No estás elaborando un ensayo, estás escribiendo para aclarar y encontrar soluciones a tus preocupaciones. El escribirlas es el medio, no el fin.*

- *Comparte tus reflexiones con quien tengas confianza. Sobre todo en el momento en que vayas a tomar una decisión importante o trascedente, nunca tomes decisiones desde el enojo, siempre hazlo cuando hayas estimado las consecuencias, pero no por ser prudente dejes de actuar.*

- *Al buscar encontrar soluciones en problemas con los hijos/as toma en cuenta la relación con tu pareja o la mamá de tus hijos/as. Antes de hacer algo conversa con ella tus reflexiones, y busquen hacer un frente común. Esta comunicación puede fortalecerlos como padres ante los hijos/as.*

- *Al escribir posiblemente sientas que hay problemas o sentimientos que te rebasen y no puedes manejar. Entonces es el momento de pedir ayuda. En las Instituciones que publicamos este manual podrás encontrar profesionistas que pueden apoyarte para solucionar tus problemas. Lo ideal es que desarrolles de forma paralela las reflexiones con este manual con el apoyo de un terapeuta, psicólogo o consejero que coincida con las ideas que aquí te brindamos. Al final de este manual te brindamos una lista de las Instituciones que te pueden apoyar.*

- *La opción de la violencia no es viable en estos ejercicios: ni imponer, ni lastimar ni hacer daño a la otra persona sirven. Pero sí es válido enojarse y expresar la tristeza o el temor ante determinadas situaciones. La paciencia, la constancia, el afecto, la comunicación y la confianza son lo más útil, en lugar de la violencia.*

- *Invita a otros hombres para que también reflexionen sobre su paternidad, comparte este material, pide otro a quien te lo dio.*

Ejercicios centrados en la lectura de este manual

Este es un ejercicio sencillo. Revisa un apartado de este manual, y reflexiónalo detenidamente. Por ejemplo, sobre la primera sección denominada "La perspectiva de género: una mirada dinámica" puedes reflexionar: ¿Qué tanto estoy reproduciendo las creencias y actos que menciona la lectura? ¿Cómo me siento con ello? Y ¿Qué consecuencias hay para mi persona y mi familia al continuar reproduciendo actitudes machistas? ¿Qué alternativas tengo al machismo, y qué relación tiene con mi situación económica, de pareja o de familia?

En torno a la segunda parte, denominada Por una paternidad en movimiento puedes reflexionar lo siguiente: ¿Cómo estoy ejerciendo mi paternidad? ¿Qué aspectos me agradan de esta y cuáles no? ¿Educo diferente a mis hijos y a mis hijas, en qué sí y en qué no? ¿Cómo ha sido mi paternidad en la infancia de mis hijos/as, y cómo ha cambiado ahora que son mayores? ¿Cómo era la paternidad de mi papá, qué me agradaba y qué no? ¿Era mi papá el mismo con mis hermanos /as que conmigo, en que se parecía y en qué se diferenciaba?

Finalmente sobre la tercera sección "Temas centrales para mejorar el ejercicio de la paternidad" puedes reflexionar con base en estas preguntas: ¿Cuáles son las creencias sociales más comunes en el ejercicio de mi paternidad? ¿Cuáles son mis creencias personales? ¿Cuáles

son mis sentimientos más frecuentes hacia mis hijos/as, y cómo puedo mejorarlos? ¿Qué diferencias tienen mis hijos e hijas, y cómo puedo mejorar el trato hacia ellos y ellas? ¿Cómo persona he cumplido mis metas en mi vida, de que forma el hacerlo o no afecta mi imagen ante mi hijo/a? ¿Soy un modelo para mis hijos/as? ¿Cuáles son las consecuencias de educar a mi hija/o como lo hago, para él o ella, para mí y la familia? ¿Cuáles son los riesgos más frecuentes de mis hijos/as, qué hago ante ellos?

Te sugerimos que elijas y/o reescribas alguna sección de este manual y pongas preguntas para reflexionar. Puedes hacerlo en un momento de tranquilidad, cuando tomes un café, o cuando puedas escribir en un cuaderno que destines para esto. Lo importante es que te des la oportunidad de aclarar la relación con tus hijos/as, y que esta lectura y estas preguntas te permitan profundizar en tu reflexión. No pretendas encontrar respuestas ni inmediata ni fácilmente, solo amplía la visión de tu paternidad. El que lo hagas ya es una ganancia para ti, y tus hijos/as.

Ejercicios para construir alternativas con los hijos/as

Estos **ejercicios** buscan auxiliarte mediante una guía de reflexión en la construcción de problemas con tus hijos e hijas. Mediante su desarrollo permiten aclarar determinados problemas y/o preocupaciones que sean especialmente importantes en la relación con ellos/as. Se busca identificar una situación de malestar o tensión, para pasar a otra de claridad y **asertividad**.

Estos ejercicios van dirigidos principalmente a hombres, pues buscamos que ellos se involucren más y mejor en sus prácticas de paternidad. Pero pueden adaptarse a mujeres para mejorar sus prácticas de maternidad, aunque reconocemos que el ejercicio de la maternidad es muy diferente al de la paternidad, pues surge de construcciones sociales distintas.

Este ejercicio tiene dos partes, en la primera aclaramos el problema y lo definimos. Te sugerimos responder la mayoría de las preguntas. La idea es que tengas una visión amplia de la problemática. En un segundo lugar, en la segunda parte comienzas a construir diversas alternativas, también lo haces con base en diversos elementos. No te abrumes con tanta información, pues la idea es construir alternativas que den solución a los problemas de largo plazo, y no sólo que solucionen un conflicto inmediato y de corto plazo. Asimismo, recuerda que si sientes que no puedes

manejar determinada situación y/o determinados sentimientos es un buen momento para pedir ayuda a alguna de las Instituciones que te brindamos al final.

Primera parte: definir la situación

1. *Definir de forma breve el problema, escribe o piensa el problema o aquello que te preocupa con tu hijo o hija.*

2. *¿Qué género y qué edad tiene tu hijo/a, qué dice la sociedad y tu familia sobre el problema y sus causas?*

3. *¿Qué consecuencias habría de continuar como van las cosas? ¿Qué consecuencia para ella, o para él, para ti y tu familia? ¿Qué consecuencias habría para la relación con tus hijos/as?*

4. *¿Cómo te sientes si siguen las cosas como van? ¿Cómo se siente tu pareja, tu hija o hijo si se continúa así?*

5. *¿Qué riesgos hay para tus hijos/as de continuar las cosas como van? ¿Son leves, graves o muy graves? ¿Hay riesgos para tu pareja y tu persona?*

6. *Explora el contexto: ¿Cuál es el contexto en el cual está el problema: la familia, la escuela y los amigos/as? ¿Cómo reacciona la comunidad ante este tipo de problema:*

los vecinos, el barrio, la comunidad, y eso te fortalece o te debilita para encontrar una solución?

Segunda parte:
construir posibles soluciones

1. *Define cuales serían tres escenarios de tu hijo/a: la mejor situación, la intermedia, y la peor.*

2. *¿Qué diría la sociedad en cada solución? ¿En cada escenario que creencias estás teniendo, se mantienen iguales a las de la sociedad o son diferentes?*

3. *¿Cómo te sientes en cada situación, y tu pareja? ¿Cómo se sentiría tu hija o hijo?*

4. *¿Qué consecuencias tiene cada una de esas situaciones para tu hijo/a? ¿Qué consecuencias tiene para ti, tu pareja y la relación con tus hijos/as?*

5. *¿Qué riesgos hay de solucionar las cosas de esa forma en cada escenario? ¿Cuál es el escenario con más riesgos y cuál es el que tiene menos para tu hijo o hija? ¿Qué límites tienes que poner para evitar estos riesgos? ¿Qué consecuencias hay si no se respetan esos límites? ¿Cómo queda tu pareja en cada escenario?*

6. *Explora el contexto: ¿Cómo reaccionará la familia, la escuela y los amigos/as en cada situación? ¿Cómo reaccionará la comunidad: se fortalece tu posición, o se debilita? A largo plazo ¿Cómo dejas a tu hijo/a en la comunidad, y tú cómo quedas?*

7. *Toma una decisión: ¿Porqué opción decidirás? ¿Qué necesitas hacer para optar por ese escenario? ¿Cuándo vas a comenzar?*

Instituto Jalisciense de las Mujeres
Miguel Blanco No. 883
Zona Centro
Guadalajara, Jalisco
Tel: (33) 3658-3170 / ext. 102

Hombres por la Equidad
Centro de Intervención con Hombres e Investigación sobre Género y Masculinidades, A.C.
Nicolás San Juan No. 525-9
Colonia Del Valle. México D. F.
C.P. 03100. Tel/Fax: (0155)1107-7797
www.hombresporlaequidad.org.mx
hxe@hombresporlaequidad.org.mx