

para saber más...

El cambio de ser esposo a ser padre

En otro momento os hablamos de lo que suponía pasar de ser hijo a ser esposo. Igualmente, vivir la transición evolutiva de ser un matrimonio sin hijos a ser un matrimonio con hijos supone un cambio difícil principalmente porque entra en juego la afectividad que acompaña a la paternidad y a la maternidad. La afectividad afecta de modo especial a nuestra relación matrimonial puesto que **los sentimientos juegan un papel especial y nos hacemos muchas preguntas con respecto a lo que sentimos como padres primerizos**. ¿Seré capaz de amar a mi hijo? ¿Cómo se ama a un hijo?, ¿Seré capaz de ser un buen padre o una buena madre? ¿qué será de nosotros como matrimonio?... ¡Qué vergüenza cuando vayamos con el carricoche por la calle!.. ¿Cuándo se lo decimos a nuestros familiares y amigos?... ¿Es el momento de tener un hijo?.... Son preguntas y afirmaciones muy comunes que seguro que con alguna de ellas os identificaréis.

Las estadísticas dicen que la mayor parte de los matrimonios, en los dos primeros años, es cuando deciden buscar un embarazo. Por este motivo queremos dar una respuesta a los que os encontráis en este momento o bien os habéis decidido ya.

Queremos aprovechar a dar **ánimo a aquellos matrimonios que estáis buscando un embarazo y no lo conseguís**. Más adelante os hablaremos de la paternidad responsable y de la fertilidad natural. (La Iglesia os acompaña en el conocimiento de la fertilidad a través de los Métodos Naturales de Reconocimiento de la Fertilidad. En la Diócesis de Toledo la Fundación COF los enseña y acompaña a parejas que buscan embarazo).

Inevitablemente **de ser esposos a ser padres supone un cambio en la dinámica de funcionamiento**. Existe la falsa creencia de que el hijo supondrá renunciar a la conyugalidad. Será necesario un cambio en la organización, las funciones, los tiempos... pero eso no significa renunciar a tu esposo/a.

El sentimiento de paternidad es diferente al de maternidad. La madre tiene una vivencia más inmediata, directa, biológica. Se anticipa más a lo que va a ocurrir, se pregunta más el futuro, viviendo mayores incertidumbres que el padre. El padre tiene una vivencia más intelectual, menos directa, de su paternidad hasta que el hijo no es una realidad visible y tangible. Por este motivo pueden surgir dificultades en el esposo por no entender que la esposa tiene otra vivencia más directa y tiene que hacer un esfuerzo mayor por ponerse en lugar de su esposa, desde la expresión de incertidumbres hasta en los aspectos que tienen que ver con su autoconcepto o su imagen personal.

Integrar la novedad del hijo, la novedad de ser padres, supone anticiparse a la inclusión del hijo en todo el sistema familiar. Esto incluye a una nueva forma de comportamiento de las familias de origen de cada uno de los esposos, los abuelos, los tíos... principalmente los abuelos. Aquí hay que darse tiempo a ir valorando hasta donde va a llegar la flexibilidad y hasta donde van a llegar los límites. Existe el peligro de no delimitar las interacciones con los abuelos, que siendo un apoyo esencial en la crianza de los hijos, pues transmiten seguridad, experiencia y valores, pueden influir en la autoridad de los padres. Igualmente es necesario marcar con claridad los límites que garanticen los espacios de intimidad para el matrimonio. Un ejemplo de posible conflicto y de necesidad de delimitar los tiempos puede ser la presencia diaria de los abuelos durante un tiempo indeterminado en casa y lleguéis a la noche sin haber compartido tiempo y ternura con vuestro hijo y entre vosotros.

Aunque la madre, durante un largo periodo de tiempo es el agente principal de cubrir las necesidades más primarias del recién nacido (lactancia, alimentación, ternura, cuidados...), se da la **falsa creencia de que la madre es la que ejerce la única función principal de apego del recién nacido. También es necesario ese apego por parte del padre.** Es importante que el padre no se distancie y tenga un papel activo tanto en el contacto físico con el hijo, desde lo ordinario del día a día (el baño, llevarlo a dormir, el cambio de pañal...y otros muchos momentos de perder el tiempo mirando) como en no perder la autoridad en las pequeñas normas que ya se pueden ir dando (por ejemplo, en adquirir rutinas).

Es necesario ser conscientes que **ser padres implica ser los primeros educadores de vuestros hijos... desde el primer momento.** Los hijos son educados desde su nacimiento. Tenéis que hacer un esfuerzo por comenzar a educar a vuestro hijo, juntos. Ya desde el principio es necesario llegar a un acuerdo en los criterios y estar unidos. Algunos ejemplos que necesitan ya una unidad de criterios son: Hasta cuándo va a dormir en la misma habitación con nosotros... Si no come, qué vamos a hacer... Si tiene una rabieta cómo vamos a actuar... Cómo vamos a dormirlo, meciéndolo o dejándole que tranquilamente se acostumbre a dormir solo... (Más adelante, en otro tema os daremos algunas herramientas).

La experiencia de ser padres enriquece vuestro crecimiento personal y familiar. Esta experiencia os obliga a sumar a vuestro matrimonio, creciendo como padres y creciendo como esposos. Existe el **peligro de creer que es el momento de dar todo el afecto al hijo y despreocuparse del esposo/a.** Dar todo el afecto al hijo es compatible con dar todo el afecto a la esposa/o. El amor que un hijo necesita es diferente al que necesitan los esposos. El amor no se desgasta sino que crece exponencialmente.

Ni siquiera vuestro hijo os tiene que quitar la posibilidad de dedicaros un tiempo en exclusividad el uno al otro. Buscad no tener ninguna interferencia y si os tenéis que ir fuera de casa, sin vuestro hijo una tarde, un día, unas horas o incluso una noche... no dudéis en hacerlo. Recordad que tenéis que seguir creciendo como esposos y que vuestro hijo dependerá de la entrega que hagáis el uno al otro en vuestro matrimonio. Sólo en la dedicación del uno al otro podréis expresaros vuestro amor y como seguir cuidando “al fruto de vuestro amor”.

El aprendizaje del cuidado de los hijos se va construyendo a lo largo del tiempo. No os obsesionéis con querer saberlo todo antes de que éste nazca. Dentro de éste aprendizaje sí que tenéis que valorar qué padre/madre queréis para vuestro hijo. Quizá tenéis que cambiar vuestra forma de ser o vuestra conducta y mejorar otros rasgos personales. Por ejemplo: Desde los valores a inculcar (quizá no necesite tantas ropitas y ya hay que ir tomando conciencia de que hay cosas que no son necesarias) hasta conductas no deseadas (mejorar las reacciones y darse tiempo para pensar antes de actuar)...

Por último, **aceptar sin complejos vuestras limitaciones y creer que sois modelos y los principales y primeros educadores de vuestros hijos. Poned a los pies de María**, la madre de Jesús, estas limitaciones, para que os ayude a vislumbrar como cuidar de vuestro hijo y de vuestro matrimonio.

*La Delegación de Familia y Vida de la Diócesis de Toledo os ayuda, a través del **Proyecto San José**, a ser mejor padre y esposo. El próximo viernes, 10 de noviembre de 2017, en Talavera (Parroquia del Sagrado Corazón de Jesús), y el sábado, 11 de noviembre, en Toledo (Parroquia San José Obrero), a las 9 de la noche, tenemos un encuentro en el que **“ellos” estáis invitados** a la charla y a conocer el proyecto, que creemos que os va a hacer mucho bien para ser mejor esposo, padre, amigo... **Toda la información actualizada del proyecto San José en este enlace:***

<http://www.delegaciondefamiliayvida.com/areas/iglesia-domestica/proyecto-san-jose>

*O bien podéis pedir información por **email**: proyectosanjose@architoledo.org*

