

Los otros beneficios de ser un papá comprometido ¹

Kate Fogarty y Garret D. Evans²

Resumen

La mayoría de las personas están de acuerdo en que tener un papá comprometido beneficia a los hijos. Muchos de nosotros hemos leído el periódico o hemos visto programas de televisión que hablan claro de los beneficios que trae ser un papá comprometido a criar a su hijo ofreciendo amor, apoyo y bienestar. También podemos estar de acuerdo en que los papás ayudan a enseñarle valores a los niños y lecciones para resolver problemas cuando los enfrentan. Los papás también sirven como modelo en la vida de los niños que les afectará en qué tan bien se van a comportar con los compañeros u otros adultos fuera del hogar.

Antes de que piense- “espere un minuto, ¿y las mamás qué?” – Ahora no es que se pregunte de quién es más importante: los papás o las mamás. El punto es que teniendo a ambos comprometidos aporta beneficios obvios y no tan obvios para el niño, la familia y hasta para los mismos padres.

En los últimos veinte años, la mayoría de las mamás entraron a trabajar, aumentando así la participación de los papás en la vida de los hijos. La participación del papá está motivada por el sentido de las habilidades como papá, confianza en sí mismo, apoyo social y de la comunidad y prácticas culturales (Pleck & Masciadrelli, 2004).

Beneficios para los hijos

Cuando hablamos de los beneficios de ser un papá comprometido, la mayoría de las veces nos enfocamos en los beneficios que los hijos reciben de esta relación. Es muy lógico que nos enfoquemos en los hijos. Después de todo, ser un papá comprometido significa estar activamente involucrado en casi todos los aspectos de la vida de su propio hijo (Marsiglio et al., 2000), desde interacción directa (juegos) y responsabilidad de cuidarlo para hacerse uno disponible a su hijo (Palkovitz, 2002).

También, los beneficios de tener un papá comprometido criando a los hijos son muy claros. Los estudios han estado investigando este tema por décadas. Por ejemplo, ¿Usted sabía que...?

- La interacción de los papás con los bebés (la participación en actividades cognoscitivas estimulantes, de calor emocional y cuidado físico) reducen la posibilidad de que los infantes sufran un retraso cognoscitivo.
- Un bebé desde los tres meses puede diferenciar entre su papá y su mamá. Lo puede notar por la manera en que cada uno le habla, y por sus diferentes olores.
- Estudios han demostrado que los niños con papás comprometidos (sensibles y receptivos a la paternidad) tienen mayor puntaje en exámenes cognitivos y en el

1. Este documento, FCS2137-Span, es uno de una serie de publicaciones del Departamento de Ciencias de la Familia, la Juventud y la Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativa de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida. (UF/IUFAS). Fecha de primera publicación: Diciembre 1999. Revisado abril 2014. Traducido mayo 2011 al español por Claudia Peñuela. Visite nuestro sitio web EDIS en <<http://edis.ifas.ufl.edu>>.

2. Kate Fogarty, profesora asistente, y Garret D. Evans, Psy.D., anterior profesor asistente en psicología, Departamento de Ciencias de la Familia, la Juventud y la Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativa de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida.

lenguaje, que aquellos con papás menos sensibles y no tan involucrados.

- Las habilidades cognitivas mejoradas se asocian con un logro educativo más alto. De hecho, los papás que se involucran en las actividades escolares y sus logros académicos, sin importar su propio nivel educativo, están incrementando las posibilidades de que su hijo se gradúe de secundaria, vaya a una escuela vocacional o hasta a la universidad.
- La participación de un papá en las actividades escolares de sus hijos, protege a los niños que están en riesgo de perder años o retirarse de la escuela.
- La participación positiva de los papás hace que disminuya los problemas de comportamiento de los niños (especialmente varones con temperamento difícil) y mejora la salud mental de las niñas.
- Los papás que se involucran más, tienden a criar hijos con mayor éxito en su carrera.
- Ser un papá comprometido protege a los hijos con factores de riesgo que supone daño (conducta problemática, depresión materna y dificultades económicas de la familia).
- La participación paterna está relacionada con bajos índices de problemas de comportamiento, incluyendo hiperactividad, así como disminución de violencia juvenil, delincuencia, y otros problemas con la ley.
- Ser un papá comprometido está relacionado con características positivas del hijo tales como empatía, autoestima, autocontrol, bienestar psicológico, competencia social, habilidades de la vida cotidiana y menos creencias de estereotipos.
- Los niños en hogares al cuidado de ellos, quienes tienen papás comprometidos son más propensos a reunirse con sus familias y reducir su estadía en esos hogares.
- Los niños que crecen en hogares con papás comprometidos tienden a tomar un rol positivo y activo al criar sus propias familias. Por ejemplo, los papás que se acuerdan de una relación amorosa y segura con ambos padres, están más involucrados en la vida de sus propios hijos y son más colaboradores con sus esposas.
- Ambos hombres y mujeres quienes recuerdan haber tenido papás amorosos y de apoyo tienen más alta satisfacción en la vida y autoestima.
- Programas educativos que involucran la participación de los papás trae como resultado cambios positivos en el comportamiento de los hijos.

(Facts gathered from: Bronte-Tinkew et al., 2008; Chang et al., 2008; Flouri, 2008; Lamb & Lewis, 2004; Lamb & Tamis-LeMonda, 2004; Pleck & Masciadrelli, 2004; Sarkadi et al., 2008)

Beneficios para los hijos que no viven con sus papás

A través de estas mismas líneas, la participación de los papás que no viven con sus hijos parece ser particularmente importante.

Sabía usted que los hijos que crecen sin sus papás en el hogar, pero que permanecen muy participativos en sus vidas: (Peters & Ehrenberg, 2008; King, 1994):

- reportan tener, mejores relaciones con sus papás como adultos jóvenes que sus compañeros que no crecieron con ese tipo de papás
- tienden a tener mejores calificaciones en la escuela que aquellos sin papás participativos
- parecen tener mejores habilidades sociales. Pueden hacer amigos con mayor facilidad y pueden manejar situaciones difíciles mejor
- tienden a tener menos problemas de comportamiento. De hecho, hasta sin vivir con el niño, ni la mamá del niño, los papás que estuvieron activamente involucrados en la vida del niño los ayudaron a estar fuera de problemas de comportamiento durante su adolescencia
- tienen menos problemas mentales cuando llegan a ser adultos (especialmente las hijas)

Beneficios para la familia

Los beneficios para la familia de tener un papá comprometido. Estos beneficios vienen de relaciones cariñosas entre miembros de la familia, no sólo entre los padres y los hijos, sino también entre esposos, pareja o familia. Estar involucrado en el cuidado, no sólo del hijo, sino de la familia puede traer más armonía y menos discusiones. Las familias tienden a disfrutar juntos el tiempo.

¿Sabía usted que ser un papá comprometido está relacionado con estos beneficios?

- mejor comunicación entre los papás y los miembros de la familia
- un mejor sentido de responsabilidad con la familia
- menos conflictos con los adolescentes

Y los programas de entrenamiento para ser padres (como los ofrecidos por la Cooperativa de extensión) que incluye ambos padres resulto en mayores cambios positivos de comportamiento (para ambos padres e hijos) que programas en que no incluyen a los papás (Lundahl et al. 2008).

Beneficios para los papás

Finalmente, ser un papá comprometido les trae muchos beneficios a los mismos papás. Cuando los papás construyen relaciones firmes con sus hijos y otros en la familia, ellos reciben apoyo y cariño de regreso. Los estudios han mostrado que las relaciones familiares saludables proveen el apoyo más fuerte e importante que una persona puede tener, así la persona sea un niño o un adulto.

Estar involucrado en las vidas de los miembros de las familias ayuda también a los papás.

- disfrutan de una relación segura con sus hijos
- manejan bien situaciones estresantes de cada día
- se sienten que pueden depender más de los demás
- se sienten más a gusto con su ocupación y sienten que lo pueden hacer mejor
- se sienten confidentes de que tienen mucho para ofrecer en cuanto a sus habilidades laborales, habilidades como padres y relaciones sociales. (Pleck & Asciadrelli, 2004)

Por supuesto, los papás pueden sentirse incómodos al principio, por ejemplo, al unirse a una asociación de padres y maestros, donde los papás son minoría. Los papás pueden sentirse que están “muy ocupados” para meterse en algunos aspectos de la vida de sus hijos. Pero, los beneficios pesan más que cualquier excusa posible. Por último, como un descargo de responsabilidad, ser padre implica enormes costos en compromiso, tiempo y dinero, etc. Algunos hombres (y mujeres) luchan por aceptar este costo. Cuando papás potenciales no están dispuestos a pagar el costo, ellos deberían reconsiderar ser padres ya que esto lastima al hijo y puede herir al otro padre.

Los beneficios mencionados son en realidad unos pocos de todos los encontrados en los estudios de familia con papás comprometidos. Muchos de los beneficios pueden verse obvios, pero no todos. Si usted se fija en su propio compromiso en su familia, usted se dará cuenta que ha estado disfrutando de varios de estos beneficios aquí listados sin siquiera haberlo notado. Muchas veces ser un papá comprometido tiene dificultades y establece prioridades. No se olvide de parar a mirar alrededor una sola vez para ver todo lo que está recibiendo a cambio.

Referencias

- Almeida, D. & Galambos, N. (1991). Examining father involvement and the quality of father-adolescent relations. *Journal of Research on Adolescence*, 1, 155-172.
- Badalament, J. (2008). Engaging modern dads in schools. *Independent School*, 67. [Online] <http://modernkids.net/storage/Engaging%20Dads%20In%20Schools.pdf> [4 December 2012].
- Bernadett-Shapiro, S., Ehrensaft, D., & Shapiro, S. (1996). Father participation in childcare and the development of empathy in sons: An empirical study. *Family Therapy*, 23, 77-93.
- Blum, R.W., Beuhring, T., Shew, M.L., Bearinger, L.H., Sieving, R.E., & Resnick, M.D. (2000). The effects of race/ethnicity, income, and family structure on adolescent risk behaviors. *American Journal of Public Health*, 90, 1879-1884.
- Bronte-Tinkew, J., Carrano, J., Horowitz, A., & Kinukawa, A. (2008). Involvement among resident fathers and links to infant cognitive outcomes. *Journal of Family Issues*, 29, 1211-1244.
- Chang, J.J., Halpern, C.T. & Kaufman, J.S. (2008). Maternal depressive symptoms, father's involvement, and the trajectories of child problem behaviors in a US national sample. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 47, 470-472.
- Coakley, T. (2008). Examining African-American fathers' involvement in permanency planning: An effort to reduce racial disproportionality in the child welfare system. *Children & Youth Services Review*, 30, 407-417.
- Flouri, E. (2008). Fathering and adolescents' psychological adjustment: The role of father's involvement, residence, and biology status. *Child: Care, Health & Development*, 34, 152-161.
- Flouri, E., & Buchanan, A. (2002). The role of father involvement in children's later mental health. *Journal of Adolescence*, 26, 63-78.
- Gadsden, V., & Aisha, R. (2003). Fathers' role in children's academic achievement and early literacy. *ERIC Digest Document ED482051*. Champaign, IL: ERIC Clearinghouse on Elementary & Early Childhood Education.

- Hossain, Z., & Roopnarine J. (1994). African-American fathers' involvement with infants: Relationship to their functioning, style, support, education, and income. *Infant Behavior & Development* 17, 175-184.
- Jain, A., Belsky, J., & Crnic, K. (1996). Beyond fathering behaviors: Types of dads. *Journal of Family Psychology*, 10, 431-442.
- King, V. (1994). Nonresident father involvement and child well-being: Can dads make a difference? *Journal of Family Issues*, 15, 78-96.
- Lamb, M.E., & Lewis, C. (2004). The development and significance of father-child relationships in two-parent families. In M.E. Lamb (Ed.), *The Role of the Father in Child Development, 4th Edition* (pp.272-306). Hoboken, NJ: Wiley.
- Lamb, M.E., & Tamis-Lemonda, C.S. (2004). The role of the father: An introduction. In M.E. Lamb (Ed.), *The Role of the Father in Child Development, 4th Edition* (pp. 1-31). Hoboken, NJ: Wiley.
- Lundahl, B.W., Tollefson, D., Risser, H., & Lovejoy, M. C. (2008). A meta-analysis of father involvement in parent training. *Research on Social Work Practice*, 18, 97-106.
- Marsiglio, W., Day, R.D., & Lamb, M.E. (2000). Exploring fatherhood diversity: Implications for conceptualizing father involvement. *Marriage and Family Review*, 29, 269-293.
- McBride, B., Schoppe-Sullivan, S.J., & Ho, M.H. (2005). The mediating role of fathers' school involvement on student achievement. *Applied Developmental Psychology*, 26, 201-216.
- Palkovitz, R. (2002). Involved fathering and child development: Advancing our understanding of good fathering. In C.S. Tamis-LeMonda & N. Cabrera (Eds.), *Handbook of father involvement: Multidisciplinary perspectives*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum (pp. 119-140).
- Parke, R.D., McDowell, D.J., Kim, M., Killian, C., Dennis, J., Flyr, M.L., & Wild, M.N. (2002). Fathers' contributions to children's peer relationships. In C.S. Tamis-LeMonda & N. Cabrera (Eds.), *Handbook of father involvement: Multidisciplinary perspectives*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum (pp. 141-167).
- Peters, B., & Ehrenberg, M.F. (2008). The influence of parental separation and divorce on father-child relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 49, 78-109.
- Pleck, J.H., & Masciadrelli, B.P. (2004). Paternal involvement by U.S. residential fathers: Levels, sources and consequences. In M.E. Lamb (Ed.), *The Role of the Father in Child Development, 4th Edition* (pp. 222-271). Hoboken, NJ: Wiley.
- Sarkadi, A., Kristiansson, R., Oberklaid, F., & Bremberg, S. (2008). Fathers' involvement and children's developmental outcomes: A systematic review of longitudinal studies. *Acta Paediatrica*, 97, 153-158.
- William, E., Radin, N., & Allegro, T. (1992). Sex role attitudes of adolescents reared primarily by their fathers: An 11-year follow-up. *Merrill Palmer Quarterly*, 38, 457-476.