

## ***Paternidad en cápsulas***

**Por Jorge A. Oriza Vargas © (83- 2011)**

Si bien en artículos anteriores<sup>1</sup> ya aporté algunas ideas sobre la paternidad, creo que la importancia del tema nos permite abordarlo una y otra vez, puesto que muchos de los problemas que vivimos en la época actual, como la violencia y la corrupción que intensamente han penetrado en nuestra sociedad, se derivan precisamente de la pobre y distorsionada educación que hoy en día reciben nuestros niños y jóvenes.

En esta ocasión, no quisiera iniciar idealizando el concepto de la paternidad, para ubicarlo exclusivamente en la familia nuclear, como fruto del matrimonio, civil o religioso. Creo que podemos extender los alcances de nuestras reflexiones, también a la gran cantidad de madres y padres solteros, viudos o divorciados, pues en principio, una de las premisas más importantes que acostumbro establecer cuando hablo de paternidad, les aplica a todos los padres y madres, independientemente de su condición civil. Esta premisa es: los hijos serán *hijos de calidad* (educados en valores, preparados y desarrollados de manera integral, sanos, etc.), si tienen padres de calidad. Este es un razonamiento de sentido común, pero explica de manera muy fácil, la gran responsabilidad de ser padres, y como los resultados de hacerlo bien, se derivan de manera proporcional, de la conducta y de la calidad humana de los padres. Analicemos algunos aspectos que considero importantes para ser buenos padres.

1. Consciencia personal. El primer paso para ser un buen padre o una buena madre, es ser consciente de la gran responsabilidad que esto implica, particularmente en la sociedad contemporánea. Muchas personas, llegan a la paternidad, por accidente; porque “no se cuidaron” o por diversas circunstancias que no tienen que ver con el haber planificado ser padres. Otras personas, se casan o su “juntan” pero no son conscientes de las diversas responsabilidades del matrimonio o de la vida en pareja, y menos, si viene un hijo, serán conscientes de lo que la paternidad implica. Así, el primer paso para ser un buen padre o una buena madre, es de consciencia personal; tiene que ver con uno mismo y con nuestra propia madurez como individuos. Ser conscientes de las responsabilidades que se derivan del proceso biológico de tener un hijo: es decir, su sano crecimiento y desarrollo –integral; que considere los aspectos físicos, emocionales (psicoafectivos) y cognitivos o intelectuales (desarrollo de la inteligencia y adquisición de conocimientos). Sin la consciencia personal de todo lo que implica hacerse responsable de la educación y desarrollo de un niño, difícilmente se atienden sus diversas necesidades, desde que nace hasta que crece y se “*entrega*”<sup>2</sup> a la sociedad.
2. Inteligencia emocional. La misma consciencia personal, implicará ser consciente de la necesidad de actuar con madurez o con inteligencia emocional en todos los actos del ejercicio de la paternidad. Hay también mucho que decir al respecto, pero en pocas palabras, un padre o una madre, que no controlan sus emociones, seguramente

---

<sup>1</sup> Ver Cápsulas ADEF 35 y 74

<sup>2</sup> “Entregar” a la sociedad, individuos de calidad, es parte de la *responsabilidad social* de ser padre. Este tema lo tratamos en el libro: *La Inteligencia Emocional en el Matrimonio*, Editorial Trillas, 2004, Cap. 3, p.58

“contagian”<sup>3</sup> a sus hijos de sus asaltos y desplantes emocionales. Todos los procesos emocionales, ya sean de alegría, de tristeza, pero también de enojo, de ira o de violencia, son fáciles de transmitirse a los hijos, y si son frecuentes, pueden generar individuos afectados emocionalmente; no se digan los casos de violencia intrafamiliar. Por eso los padres deben preocuparse por crecer en inteligencia emocional, pues es indispensable actuar con autodominio, y sobre todo, ser empáticos con sus hijos<sup>4</sup>. En este aspecto, vale la pena subrayar que si las emociones se contagian, los padres deben esmerarse por contagiar emociones y sentimientos positivos a sus hijos; por ejemplo, el amor es un sentimiento que el hijo recibe y aprende de y desde sus padres. Una persona aprende a amar desde su hogar; o aprende a *no amar* o a odiar, o a ser rencoroso o vengativo, también desde su hogar. Por eso, padres con inteligencia emocional, formarán hijos con inteligencia emocional, pero al revés, y con mayor frecuencia se da este efecto, cuando se carece de inteligencia emocional.

3. Generación y formación de actitudes y buenos hábitos, en base a valores fundamentales. Desde la *carta a mi hijo*<sup>5</sup> subrayé la importancia de formar buenas actitudes y valores en los hijos, a partir de los propios valores y actitudes de los padres. Los hijos aprenderán a ser responsables, a partir de que los padres lo sean; pero también, a partir de que los padres los formen en la responsabilidad desde pequeños (sus compromisos en la escuela, en el hogar, o en el juego, con sus amigos, etc.). Las personas responsables, se forman desde el hogar. Pero también muchas de las actitudes que tanto demanda nuestra sociedad, se forman a partir del ejemplo de los padres: la honestidad, la tolerancia, la prudencia, la amistad y la lealtad, son necesarias para las buenas relaciones humanas y sólo se aprenden con el ejemplo de los padres. Lo mismo podríamos decir de la apertura a la verdad, del hábito del orden y la limpieza; pero también del hábito de pensar y analizar las cosas antes de actuar; posiciones ante la vida que tanto se necesita desarrollar en nuestros niños y jóvenes, y que tienen su base estructural desde el ejemplo de los padres.

Podríamos seguir abundando en este tema, sin embargo, sería más importante recibir sus puntos de vista. Hasta la próxima cápsula.

Jaov'

**Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: [foriza@prodigy.net.mx](mailto:foriza@prodigy.net.mx)**

**NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes.**

---

<sup>3</sup> Goleman Daniel, *Inteligencia Social*, Editorial Granica Vergara, 2006, p. 26 y siguientes (contagio emocional).

<sup>4</sup> Ver mismo libro, pero en las cápsulas ADEF Nos. 2, 5, 15, 18 y otras más, abundamos sobre este tema.

<sup>5</sup> Oriza Vargas Jorge, “Carta a mi hijo” (ganadora del primer lugar en el Certamen del mismo nombre, periódico *Novedades*, 1989), citada como anexo 2 en el libro de este autor: *La Inteligencia Emocional en el Matrimonio*, Editorial Trillas, 2004.