

## **PADRES QUE TRABAJAN**

***La integración plena de la mujer en el mundo laboral ha traído aparejado cambios sustanciales en la vida de las familias. La participación activa de los dos cónyuges en el trabajo fuera de casa, ha producido un impacto no sólo económico sino también en el tiempo de dedicación a los hijos...***

Adolfo Mizrahi - psicoterapeuta

Antiguamente, los roles paternos eran (en la mayoría de los casos) distribuidos de forma tipificada. El padre era el proveedor y la madre se ocupaba del hogar y la crianza de los hijos.

A medida que la mujer fue entrando en el mercado laboral, el hombre se vio desplazada como único proveedor de la familia y debió compensarlo asumiendo con su mujer el cuidado de la casa y los hijos. Lamentablemente no se da esta "conversión-compensación" en todos los casos sino todo lo contrario y la mujer ve incrementado su esfuerzo, ya que además del trabajo fuera, realiza las tareas del hogar y el cuidado de los hijos. Esta situación se vuelve más trágica cuando los padres se separan y el cuidado de los niños queda a cargo de la mujer, que debe trabajar más horas para compensar el dinero que el marido ya no aporta. En este caso la mujer llega cansada al hogar y debe gestionar la educación y la dosis de cariño que los hijos necesitan; ella sola, poniendo toda su energía al servicio de los hijos y olvidándose de su propio bienestar.

Cuando los dos padres trabajan, están fuera del hogar durante muchas horas y el cuidado de los hijos queda a cargo de otras personas como los abuelos y otros familiares o instituciones como la guardería o la escuela.

Un estudio realizado recientemente por investigadores de la Universidad de California hizo un seguimiento a padres de niños de edad pre-escolar después que las madres comenzaran a participar en la vida laboral. Demostró la importancia de apartar tiempo en el horario cotidiano para que los padres puedan dedicarse a sus hijos.

Las especialistas precisan que es importante tener siempre en mente que la necesidad de ganarse el sustento no debe privar a los padres del contacto afectivo con sus hijos.

Apuntan estos especialistas, que el aspecto más importante del tiempo que pasan juntos padres e hijos es evitar el estrés que genera el apresuramiento y que impide prestar atención o responder a las señales sutiles de los hijos y concentrarse en disfrutar de su compañía.

Los niños son pequeños genios, en ocasiones, difícilmente comprendidos por los padres, cuando estos están estresados.

Es de estimar que es menos importante la cantidad de tiempo que los padres dedican a sus hijos que la calidad con que los padres se relacionan con ellos. Un padre puede estar horas en casa y dejar a su hijo en el corral o frente el televisor para que no moleste con ruidos o preguntas de difícil respuesta; o por el contrario, puede estar poco tiempo con sus hijos pero con una intensidad y amor profundo que llena el espacio afectivo y desarrollo mental del niño.

Padres e hijos pueden realizar actividades juntos, como leer libros, jugar a juegos o hacer ejercicios, conversar, jugar en el parque, asistir a eventos escolares en las

tardes, preparar las comidas y compartirlas en familia, limpiar la casa o el patio o hasta pasar la mañana de un sábado o domingo relajados. La mayoría de los padres que trabajan necesitan ayuda para el cuidado de sus niños y la solicitan a sus propios padres o los envían para su cuidado a los jardines de infantes, escuelas, hogar de algún familiar o canguros.

En todos los casos es importante tener en cuenta el tipo de empatía que se genera entre el cuidador y el niño. En el caso de instituciones, la relación cantidad de niños por cada adulto.

Los bebés y los niños pequeños necesitan amor de una misma persona. Es inconveniente que la persona que cuida a su hijo sea rotativa.

El bebé se puede confundir si cambia de persona cuidadora muy a menudo. Esta persona debe ser alguien a la que el padre quiera y en el que confíe. Cualquier lugar donde se encuentren los bebés debe ser siempre limpio y seguro. El mejor lugar para el cuidado de su niño puede ser difícil de encontrar, ***ipero vale la pena encontrarlo!***

Las personas que mejor cuidan de los niños hacen mucho uso del lenguaje. Ellos leen, cantan, y hablan con los niños y, jugando con ellos, les ofrecen oportunidades para que los niños traten y experimenten con cosas nuevas.

Los niños pequeños necesitan jugar mucho para desarrollar su capacidad y sociabilidad. Ellos necesitan subirse a las cosas, jugar, salpicar o chapotear en el agua y correr con cuidado.

Los niños necesitan saber que sus padres y las personas que cuidan de ellos los quieren. Esto les ayuda a aprender a controlar sus sentimientos. Tienen que tener la certeza que si los padres se alejan, por poco tiempo y a distintas distancias, igualmente los siguen protegiendo.

Hay veces que los padres sienten culpa por trabajar y estar fuera de casa sin atender suficientemente a los niños. En estos casos, aunque los niños vayan a una magnífica guardería, igual perciben la culpa que sienten sus padres y se vuelven exigentes pudiendo transformarse en verdaderos dictadores, insaciables, centralizando la atención en casa y demandando constantemente.

Para evitar situaciones como esta, cuando llegan a casa, los padres necesitan relajarse, poner algo de orden, preparar la cena o hacer algunas llamadas telefónicas. Los niños deben respetar este tiempo que los padres necesitan de al menos media a una hora. A partir de la cual, los padres, ya tranquilos y organizados, pueden dedicarse de lleno a los niños compartiendo el afecto que necesitan y percibir las sutilezas de diálogo de los niños y sus demandas paternas, de protección y seguridad.

Es importante para el niño el contacto corporal, como los juegos físicos, caricias, besos y abrazos para desarrollar, además de inteligencia, que ya lo hacen y lo seguirán haciendo en las instituciones, la inteligencia emocional que es y será muy importante en su desarrollo y éxito social.