

ROSA MARTINEZ SANCHEZ,
PSICÓLOGA

¿Cómo y dónde aprender a ser padres?

Ambos padres son figuras fundamentales en la familia, responsables de guiar, proteger y sustentar a los hijos, por ello la estructura familiar influye significativamente en la salud mental de sus miembros, así como en la estabilidad social.

En el contexto actual esta función se ha ido complejizado, debido a los cambios sociales, como la incorporación de la mujer al mercado laboral y la crisis de autoridad. Esto último ha generado conflictos y dificultades para mantener el orden y la disciplina en el hogar.

En consideración a lo recientemente expuesto, la siguiente pregunta adquiere gran relevancia; ¿Cómo y dónde aprender a desempeñar estos roles? Actualmente existe urgencia en cuanto a implementar escuelas para padres. Las cuales son programas de formación dirigidos a los progenitores y consisten en actividades, que tienen por objetivo asesorarlos en el desempeño de estos roles.

Algunas temáticas que deberían implementarse en las escuelas para padres, son las siguientes:

- ¿Qué son los roles parentales? Es decir, aquí se debería tratar cuales son las funciones y responsabilidades que los padres deben asumir para educar a sus hijos. Entre los cuales se encuentran: garantiza las necesidades materiales y de seguridad del hogar; brindar afecto, apoyo emocional y seguridad, fundamental para la autoestima y bienestar del niño; transmitir valores, normas y conocimientos a los niños y jóvenes, para que puedan transformarse en personas útiles y productivas para la sociedad.

- ¿Cuáles son los estilos parentales y sus consecuencias? Entre los cuales está: el autoritario, el que se caracteriza por ser estricto, con reglas rígidas. Estilo que puede generar obediencia, pero limita la autonomía. El otro es el permisivo, que caracteriza por ser flexible y con pocos límites; fomenta la libertad, el que dificulta el respeto a las normas y la disciplina. Por otra parte, el equilibrado el cual combina afecto y límites claros. El que ayuda a la seguridad emocional y la autonomía. Al igual que el respeto a las normas.

- Otra temática podría ser: las etapas de desarrollo y las características de los niños y adolescente. Por ejemplo: la niñez se caracteriza por la entrada a la educación formal, donde los niños adquieren conocimientos y habilidades cognitivas. En la adolescencia, se experimenta una rápida transformación física y emocional a medida que se preparan para la adultez. Igualmente se produce un crecimiento acelerado, cambios hormonales y el desarrollo de la sexualidad, comienzan a cuestionar su identidad y establecer el sentido de sí mismos, además de independencia y autonomía.

- A la par habría que tratar: ¿Cuáles son los principales problemas en la salud mental que surgen en niños y adolescentes?, ¿Cómo detectarlos? y ¿Qué hacer? Por ejemplos: hiperactividad, impulsividad, problemas de control de la ira, conducta desafiante, problemas de la conducta alimentaria, consumo de sustancias, ideación suicida, conflictos familiares, problemas con la escuela, problemas con los compañeros, etc.

Las escuelas para padres, deberían impartirse en establecimientos educacionales, en juntas de vecinos, clubes deportivos, etc. Es decir, en diferentes instancias sociales, lo cual permitiría que los padres pudiesen contar con mayores herramientas, para la formación de hijos más sanos y socialmente adaptados. Además, estos podrían estar mejor preparados, para ayudar a tiempo a aquellos niños y jóvenes que pudiesen estar padeciendo, algún tipo de problema en su salud mental.