

Introducción

Mi padre pertenecía a la vieja escuela. Mi madre era la que se ocupaba de los asuntos de casa y él seguía sus instrucciones. Ella se encargaba de cocinar, limpiar, criar a los hijos y de cualquier otra tarea que se presentara. Él iba a trabajar todos los días —de las nueve de la mañana a las cinco de la tarde— y le entregaba el talón de la nómina a mi madre. Cuando yo tenía algún problema, mamá era la primera en consolarme. Papá permanecía en un segundo plano y siempre se podía contar con él, pero rara vez iniciaba actividades o conversaciones. Era un hombre bueno y anteponía las necesidades de los demás a las suyas propias, pero no me proporcionó un modelo de rol de un padre fuerte y emocionalmente expresivo. Desde luego, asistía a los acontecimientos deportivos, me llevaba con mis amigos de un lado a otro y siempre estaba dispuesto a ayudar cuando se lo pedía. Sin embargo, en cierto plano, me molestaba su condición indefinible. Yo quería más, pero no tenía idea de cómo pedirlo.

En ciertos momentos, mi padre me avergonzaba. Era un hombre sin educación, vestía ropa vieja y tenía un vulgar sentido del humor. Yo no poseía demasiadas cosas cuando niño, y a menudo tenía envidia de las que tenían algunos amigos, como mejores guantes de béisbol, mejores pagas, ropa elegante y una salida semanal a cenar. Nunca me quejé, pero en una ocasión mi padre se dio cuenta de mi tristeza. Cuando iba al quinto curso, dos de mis

mejores amigos fueron a Florida con sus padres para las vacaciones de Navidad. Yo nunca había viajado en avión. Me invitaron para que los acompañara, pero tuve que declinar la invitación porque el viaje era demasiado caro. Sabiendo que quería ir, mi padre me puso una mano en el hombro y dijo:

—Lo siento, quisiera... —no acabó la frase porque estaba demasiado ahogado por la emoción y porque vio que yo lloraba. Sin embargo, yo sabía lo que él sentía por mí y, de alguna manera, aquello mitigó mi decepción.

Después, cuando tuve un hijo y una hija, entendí un aspecto diferente de papá. Mi madre había fallecido antes de que nacieran mis hijos, de manera que él volvía a estar solo. A los setenta años, se arrastraba por el suelo con sus nietos, riendo, jugando y pasándose en grande. En una ocasión le pregunté si había hecho lo mismo conmigo cuando era pequeño.

—Claro que sí —dijo—. Te encantaba luchar conmigo.

—¿Hablábamos mucho? —pregunté.

—Sobre todo, jugábamos, pero tú siempre supiste que yo estaría a tu lado si me necesitabas.

Tenía razón. Mi padre era un hombre de pocas palabras, pero siempre las pronunciaba en los momentos oportunos. En una ocasión, cuando fui eliminado en el transcurso de un partido de la liga infantil de béisbol, él me recordó que al gran Mickey Mantle le había ocurrido lo mismo el año anterior y que nadie se había reído de él. Años después, se mudó a Florida. Papá recordó aquella vez que no había tenido el dinero suficiente para mi viaje, y bromeó:

—Ahora puedes venir a Florida cuando quieras y no tienes que pagar hotel.

Reí entonces, y puedo reír ahora, quince años después de la muerte de mi padre. Sin embargo, mi corazón todavía lo añora. Me habría gustado tener el valor de decirle: «Papá, si acabo

siendo un hombre igual de bueno que tú, me consideraré afortunado».

Confesaré desde el comienzo que no soy un padre perfecto. Mi padre tampoco lo era. Y, desde luego, no espero que nadie de los que están leyendo este libro lo sea. Sin embargo, también quisiera decir que no hay que trabajar veinticuatro horas al día, todos los días de la semana, para ser mejor padre. Sólo se requiere un poco de trabajo suplementario. Como muchos padres en el mundo de hoy, yo me perdía algunos de los partidos de mi hijo, trabajaba hasta tarde varias noches de la semana y desperdiçé oportunidades para enseñarle algunas lecciones sobre la vida. Desde luego, el hecho de ser psicólogo infantil era una ventaja pero, aun así, había veces en que sentía que no era tan buen padre como podría haberlo sido. Había sentimientos que no expresaba y, en ocasiones, no tomaba en cuenta los consejos de mi mujer, o me mostraba demasiado indulgente y no fijaba límites adecuados a su conducta. Sin embargo, puedo mirar retrospectivamente hacia aquellos años difíciles y gratos, y me digo a mí mismo que lo hice lo mejor que pude. Creo que mis hijos estarían de acuerdo. Nadie me enseñó a ser un padre activo y participativo, y por aquel entonces no existían los libros sobre las relaciones entre padres e hijos —a pesar de que había algunos muy buenos padres— que me enseñaran a establecer un equilibrio entre mi profesión y mi familia, qué sentimientos compartir y qué sentimientos guardarme, o los secretos para hacer las paces con mi propio padre.

De modo que improvisé. Y me las arreglaba. Volvía a casa del trabajo a toda prisa, intentaba hacerme un hueco para acontecimientos especiales, me apuntaba a trabajos voluntarios en el colegio y tuve más de una conversación engorrosa con mi hijo.

Lo bueno es que aprendí de mis experiencias y mis errores como padre, y aprendí de mis clientes a lo largo de los años. Tú también puedes. Hoy, como padre, te encuentras ante un terreno de juego completamente nuevo. Las expectativas que la sociedad y nuestras propias familias tienen de los padres han cambiado. Se supone que debes participar activamente, expresar tus sentimientos y saber equilibrar el trabajo y la familia, como si fueras una mezcla de Superman y Superpapá. Son muchos los hombres que procuran ser el mejor padre posible frente a estas expectativas, a veces abrumadoras. Algunos lo consiguen, pero muchos otros saben que no lo logran del todo. Algunos tuvieron buenos modelos de rol, otros juraron que lo harían diferente a como lo hicieron sus padres, pero otros están sometidos a difíciles actos de malabarismo donde cada día es una aventura debido a las exigencias de múltiples tareas.

Puedes ser un gran padre sin tener que ser un superpapá. Puedes aprender dónde hay que ceder, a expresar tus sentimientos de una manera diferente, y a reclutar a tu mujer o a tu pareja como tu más firme aliado. Sé que puedes hacerlo porque he ayudado a otros padres y madres a conseguirlo y a estar más cerca de sus hijos. Treinta años de práctica como terapeuta con más de dos mil niños y familias me han enseñado los sí y los no de ser un buen padre, con qué fuerza las experiencias vitales pueden moldear una relación padre-hijo, y lo que los padres e hijos realmente necesitan para crear vínculos que duren toda una vida. Hay un lenguaje de los sentimientos que debemos aprender, y aunque sea incómodo para muchos hombres, pueden adquirir cierta fluidez asumiendo ciertos riesgos y manteniendo el rumbo.

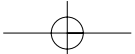
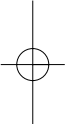
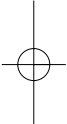
En las páginas siguientes, leerás historias de padres perdidos y luego encontrados, de hombres abrumados e indiferentes, de padres que harán cualquier cosa por sus hijos. En cada historia hay un trozo de vida, una lección, a veces una punzada de tristeza ante

Introducción

15

las oportunidades perdidas cuando se trata de conectar, a veces una pizca de humor. He escrito este libro para los millones de padres que evolucionan, y para las madres (y los hijos) que pasan horas intentando descifrar: «¿Qué piensa papá?» Estas madres e hijos me preguntan a menudo: «¿Por qué será que el hombre más importante en la vida de un niño también es el hombre al que más cuesta acercarse?»

Para ayudar a los padres a entenderse a sí mismos, he decidido escribir este libro.



1

Un padre no es una madre masculina

*Desde los padres a medias y los padres periféricos
a los padres aceptables y mejores*

Conocí a Kevin una fría tarde de otoño. Su mujer, Larissa, y su hijo de catorce años, Jason, habían llegado a mi despacho a las cuatro. Nos habíamos reunido para hablar de lo que le pasaba a Jason. El chico cursaba su primer año de instituto, se había vuelto muy temperamental, había dejado de hablar a su madre y a su padre y sus notas habían empeorado.

Jason parecía incómodo en mi despacho, e intentaba sentarse derecho en el mullido sillón de cuero negro. Llevaba una camiseta del cómico Borat y zapatillas para jugar a los bolos (dijo que le gustaba cómo le quedaban) y rara vez alzaba la mirada cuando yo le dirigía la palabra. Hablé un poco con él acerca de los estudios y los amigos. Las más de las veces, Larissa, una mujer delgada que vestía un conjunto con un jersey de color rosa claro, respondía por él.

Kevin llegó quince minutos tarde. Entró a toda prisa, sin alien-to y todavía vestido de traje. Venía del trabajo.

—Lo siento —dijo—. Había una reunión en el despacho, y se prolongó y tuve que disculparme para venir aquí y, bueno, he llegado. Lo siento.

Larissa y Jason no se inmutaron con su explicación. Kevin trabajaba de asesor fiscal en una gran empresa, y a menudo llegaba

tarde. No era raro que no llegara a cenar. Y cuando llegaba a casa, estaba agotado. Larissa también trabajaba como abogada, pero tenía horarios flexibles. Ella y Jason pasaban la mayor parte del tiempo en casa solos.

—Estamos acostumbrados a que no esté en casa —dijo ella.

Ese comentario puso a Kevin a la defensiva. Se lanzó a dar una explicación sobre lo mucho que trabajaba para asegurarse de que su familia tuviera una vida cómoda —«la bonita casa, el barrio seguro, las megavacaciones y los ahorros para la educación universitaria de Jason»—. Dijo que sabía que Larissa quería esas cosas tanto como él. Él estaba dispuesto a hacer el sacrificio.

Sugerí que quizá fuera difícil para él relajarse y dedicar tiempo a su familia. Kevin suspiró.

—Intento ir a todos los partidos de baloncesto que puedo —dijo Kevin—, pero un día tiene las horas que tiene.

Intentar ir a los partidos de baloncesto, me informó Larissa, significaba que en toda la temporada sólo había asistido a uno. Desde luego, Kevin quería ir y, debido a eso, pensaba que había asistido a muchos más. Sin embargo, la verdad era que estaba atrapado entre el trabajo y la familia.

Yo me sentía de la misma manera cuando mis hijos eran pequeños. Salía hacia el despacho por la mañana y mi hijo se aferraba a mis piernas. Volvía a casa a toda prisa a leerle un cuento en la cama y a veces lo encontraba ya dormido. Me iba a dormir con un nudo en el estómago. Sentía un desgarró, como si mi amor por mi hijo estuviera reñido con el imperativo de mis obligaciones.

—Kevin es un buen hombre —dijo Larissa—. Yo intento apoyarlo, pero él no está en casa el tiempo suficiente. Soy yo la que acabo haciendo casi todo para Jason. Le cubro las espaldas a Kevin, e intento ser la madre y el padre de Jason. Y no es fácil ser un...

—... una madre sola —dijo Kevin, y se ruborizó—. Eso es lo que dice a veces, que se siente como si estuviera sola.

Jason se miró los pies y dijo que estaba acostumbrado a oír a sus padres discutir a propósito del escaso tiempo que su padre le dedicaba. Le pregunté cómo se sentía con esas discusiones.

—¿Puedo escuchar mi iPod mientras habláis de esto? —me preguntó. Sus padres cruzaron una mirada.

Kevin le dijo a su hijo que le gustaría pasar más tiempo con él, que se sentía como si siempre se estuviera disculpando. Dijo que estaría en casa si pudiera, y que «intento hacerlo lo mejor que puedo».

Distanciándose de los viejos estereotipos sobre los padres

Hace unos cuarenta o cincuenta años, los padres guardaban silencio en lo que concernía a los asuntos de familia. La madre se ocupaba de despertar a los hijos, vestirlos para ir al colegio, prepararles el bocadillo y ocuparse de bañarlos por la noche. Eran las madres las que consolaban a sus hijos cuando los eliminaban en un partido de béisbol, y quienes les decían que fueran iguales a sus padres. La tarea de los hijos consistía en entender qué significaba ser padre observando al suyo desde lejos, siguiéndolo por el campo de golf o mirándolo preparar la carne en una barbacoa. Estos «papás de las cavernas» llegaban a casa del trabajo, se sentaban delante de la tele o a leer un periódico y se servían un whisky o un martini. Estos padres empezaron a volverse obsoletos a medida que las mujeres entraron progresivamente en el mercado laboral y las tasas de divorcio comenzaron a aumentar, lo cual obligaba a los padres a participar cada vez más en las rutinas de sus hijos.

Los papás de las cavernas no solían adquirir buenos hábitos como padres porque sus mujeres se encargaban del aspecto emotivo, expresivo e intuitivo de cuidar de otros miembros de la familia, entre ellos sus propios hijos. Cada vez que el hijo tenía un pro-

blema, los papás de las cavernas le decían que «se aguantara», que se lo tomara «como un hombre» o que hablara «con mamá acerca de ello». Las madres permitían a los hijos llorar y expresar sus emociones. Los papás de las cavernas gruñían o gesticulaban para expresar sus sentimientos. Archie Bunker, en *All in the Family*, definió este prototipo para una generación de hombres. El Al Bundy de *Married with Children* lo definió para otra. A estos hombres se les solía considerar queridos, inofensivos y ridículos. Trabajaban duro, tenían sus opiniones intolerantes, pero estaban junto a su familia de la única manera que sabían. Sus mujeres y sus hijos solían inventarse disculpas para ellos.

Incluso hoy, muchos hijos ya adultos justificarán la conducta de su papá de las cavernas.

—Era un buen hombre —dijo un señor de cuarenta y cinco años de su padre, después de hablar durante treinta minutos de todos los aspectos en que su padre no estaba presente en su vida.

Le recordé que ser un buen hombre no significa ser un buen padre.

Las expectativas en torno a los padres han evolucionado a lo largo de los últimos siglos. Los padres en el siglo XVII educaban a sus hijos en los oficios e insistían en el respeto y la autoridad. En los cien años siguientes, los padres dejaron ese ropaje y se convirtieron en el mejor amigo de su hijo y en su tutor moral. En el siglo XIX, el padre volvió a adoptar un rol autoritario, pero a la vuelta del siglo XX se difundió la «domesticidad masculina» y, lo creas o no, los padres y las madres se ocupaban juntos de las cuestiones del hogar. Sin embargo, a mediados del siglo XX, el aumento del consumismo alejó a los hombres del rol doméstico y les volvió a otorgar un rol de «proveedor». A pesar del aumento de las familias con dobles ingresos en las últimas décadas, los padres siguen siendo el principal sustento. Las mujeres hoy en día ganan sólo setenta y cinco centavos por cada dólar que ganan los hombres.

Un padre no es una madre masculina

21

Los hombres que se centran en «proveer» tienden a criar hijos solitarios. Organizan fiestas de cumpleaños y compran guantes de béisbol, pagan viajes de vacaciones y cañas de pescar, pero no siempre dedican tiempo a sus hijos. Recuerdo la pareja padre-hijo en la clásica película de vacaciones de Navidad *Historia de Navidad*. Ralphie, un chico de doce años, sueña con tener un rifle de balines. Su madre, su maestro, incluso Papá Noel, todos le dicen que «se sacará un ojo». El padre de Ralphie le da la sorpresa con el rifle el día de Navidad, pero cuando Ralphie sale a probarlo, su padre no lo acompaña. No le da una lección a su hijo ni lo observa disparar. Ralphie se hiere al disparar el arma y su madre sale corriendo a consolarlo. El padre ya ha hecho lo que le corresponde.

La mayoría de los hijos de papás de las cavernas juraron que nunca serían como su padre. En las fantasías de estos chicos, sus padres eran tan simpáticos y sensibles como Ward Cleaver, Andy Griffith o Charles Ingalls. Aspiraban a ser el padre ideal, es decir, alguien que fuera el hombre de la casa, el que procuraba el sustento, el que daba consejos, era una figura paterna, un manitas y un modelo de rol. Su imaginación se inspiraba en el éxito de taquilla de 1978, *Superman*. Puede que hayan visto a sus padres en la figura de Al Bundy, pero se veían a sí mismos como Clark Kent, un modelo de rol que modificó su ideas acerca del hombre. Superman tenía una carrera exitosa como reportero y una vida amorosa apasionada. Podía salvar al mundo y podía hacerlo todo en un solo día.

Esta generación de hombres llegó a un consenso no dicho. No serían grandes padres. Así como las mujeres querían tenerlo todo —carrera profesional, vida amorosa y familia— y ser supermadres, estos hombres se proponían ser superpapás, padres míticos y perfectos.

Alan se daba cuenta de que se estaba distanciando de su hijo de doce años. Cada vez que llegaba a casa del trabajo, Alan encontraba a David, su hijo, en su habitación, con la puerta cerrada, jugando al Xbox o navegando por la red, con la música de fondo. Cuando llamaba a su puerta para saludarlo, apenas conseguía que David dijera «Hola», aunque ni se giraba para mirar a su padre. Así que el mes de febrero pasado Alan le dijo a su mujer, Mary, que quería llevar a David a esquiar. Sólo los dos. Sería la experiencia perfecta para crear vínculos entre padre e hijo.

El chico se mostró indiferente cuando Alan le planteó la cuestión. David preguntó si podía ir con un amigo.

—Desde luego que no —respondió Alan. La pregunta le dolió, pero fingió que no le afectaba. Le dijo a su hijo que eran unos días para estar los dos juntos. David aceptó a regañadientes. Durante la semana antes del viaje, Alan empezó a planificar y programar. Creó una hoja de cálculo con una lista de todas las cosas y los equipos que tenían que llevar, pagó los billetes por Internet y entró en la página de la estación de esquí para ver mapas de las pistas. Llamó al restaurante indicado para reservar mesa para una cena, y se aseguró de que sirvieran bistec, porque quería ofrecerle a su hijo un bistec succulento y jugoso después de un largo día esquiando. Imaginó el tipo de conversaciones que tendrían en el coche, charlas profundas y relevantes acerca de la vida, el tipo de conversación que Alan nunca había tenido con su padre.

El día que tenían que partir, Alan llegó a casa más tarde de lo habitual y le molestó darse cuenta de que saldrían con retraso. Empezó a cargar el coche y no dejaba de meterle prisas a David. Después de parar en una gasolinera para comer algo, estaban listos para coger la autopista hacia las cinco y media. Tenían unas cinco horas de trayecto por delante.

En cuanto empezaron a rodar, David encendió la radio del coche y se volvió insensible a todo lo demás. Alan intentó conversar

acerca de las pistas que bajarían (¿las negras de los expertos o las azules intermedias?) y dónde quería detenerse a cenar. A David no parecían interesarle demasiado esas decisiones. Bebía su gaseosa a sorbos y miraba por la ventana. Después se quedó dormido.

Empezó a nevar.

Cuando David se despertó, un manto blanco tapaba el camino. Alan quería tener una conversación profunda e íntima, pero no sabía por dónde empezar. En lugar de eso, empezó a hablar de todos los temas que le interesarían a David. Hablaron de lo mal que les iba en la liga a los Knicks, del videojuego preferido del chico y de lo que sus amigos hacían ese fin de semana. Alan se sintió algo decepcionado. Su conversación no era nada diferente de los intercambios tensos y forzados que tenían últimamente en casa.

Seguía nevando con más fuerza y Alan empezó a tener problemas para seguir el camino. Pararon en un McDonalds para comer algo rápido e ir al lavabo. Cuando volvieron a coger el coche, estaban a sólo dos horas de la estación de esquí. A partir de ahí, seguirían por un camino sinuoso de doble vía que pasaba por valles y montañas.

—Papá, hay mucha nieve en el camino.

Alan fingió que no le importaba. Los copos de nieve parecían motas de algodón, le dijo a David, pero no le dijo que caían tan tupido y rápido, directamente sobre el parabrisas, que tenía dificultades para ver el camino.

—Papá —dijo David finalmente—, ¿no crees que tendremos problemas?

—Claro que no —dijo Alan—. Este coche nos llevará a cualquier sitio. Por eso tu madre y yo lo compramos. —Sin embargo, Alan empezaba a ponerse nervioso. No superaba los cuarenta kilómetros por hora, pero sentía que el todoterreno apenas tenía asidero en el camino.

—Tengo miedo —confesó David.

Alan no respondió. La verdad era que tenía tanto miedo como David, pero no quería que se diera cuenta. Finalmente, al cabo de unos minutos de silencio, confesó:

—¿Sabes, David? Yo también tengo un poco de miedo.

Su hijo se despertó.

—¿Alguna vez habías estado tan asustado?

—Cuando tenía quince años —dijo Alan—, unos amigos y yo fuimos a nadar al río Hudson. A mí no me gustaba nadar tanto como a ellos, pero supuse que tenía que acompañarlos. La corriente empezó a arrastrarme cada vez más hacia dentro. No podía volver y pensé que era el final. Y de repente sentí que un brazo muy fuerte me cogía. Era mi amigo Bobby. El corazón me iba a mil. Pensé realmente que aquello era el final para mí.

—¿Por qué nunca me habías contado esto?

La pregunta dejó a Alan perplejo.

—Supongo que nunca he querido reconocer ante ti que he tenido miedo.

—Hay muchas veces en que he tenido miedo, pero no he dicho nada.

—¿Como cuándo? —preguntó el padre.

—Como cuando tuve que leer ese discurso en el colegio, o la mañana de mi partido de las eliminatorias de béisbol.

—¿Por qué no me contaste cómo te sentías?

—Porque pensé que dirías que era un débil.

Se oyó un fuerte ruido, como si algo crujiera bajo el peso del coche, y luego un golpe sordo. El todoterreno se detuvo. Alan bajó y echó una mirada. La capa de nieve era demasiado profunda y no se podía seguir.

—Estamos atascados. Vamos a tener que esperar a que venga la máquina quitanieves —avisó Alan. Eran las once de la noche.

Se dio cuenta de que su hijo estaba nervioso. Le dijo que echara el asiento hacia atrás y durmiera un poco. Alan recordó un

cuento de Tolstói que había leído en una ocasión, *El amo y el servidor*, el relato de un hombre rico y su criado cuyo caballo y carro quedan atascados en una tormenta de nieve. No saben cuándo llegará la ayuda, así que se acurrucan juntos para mantener el calor. A la mañana siguiente, el amo se despierta y encuentra al criado que ha muerto por congelación y que, con su cuerpo ha cubierto al amo para darle calor. Alan sabía que era ridículo pensar en términos tan dramáticos. Quería tanto a su hijo que sabía que haría cualquier cosa para asegurarse de que estuviera seguro durante la noche. Él haría lo mismo por su hijo si tuviera que hacerlo.

—Las máquinas quitanieves nos despertarán cuando lleguen —dijo Alan, para tranquilizarlo. La nieve siguió cubriendo las ventanas y los latigazos de viento silbaban en el bosque oscuro que los rodeaba. David parecía asustado, y Alan lo estrechó en sus brazos. El chico dejó descansar la cabeza en el hombro de su padre. Era la primera vez en años que él y David habían estado tan cerca físicamente. El chico se acurrucó junto a su padre en busca de apoyo y comodidad.

Mientras abrazaba a su hijo, Alan cerró los ojos y pensó en la última vez que se había sentido de esa manera como padre. David sólo tenía dos años. Todos los días, cuando volvía a casa del trabajo, David lo miraba con una ancha sonrisa y se acercaba corriendo a la puerta con sus piernas regordetas y le daba un abrazo. Era el sentimiento más intenso del mundo, y a Alan le daban ganas de ser el mejor padre de todos. Aquel recuerdo lo llenó de calidez, pero Alan se preguntó cómo había pasado de sentir un amor indescriptible por su hijo a sentirse irritado y separado de él. En ese momento, la respuesta no importaba. Alan abrazó con más fuerza a su hijo, como si no fuera a dejarlo ir. Quería que ese momento perdurara. Y perduró..., incluso después de que llegaron las máquinas quitanieves.

El padre a medias

Los padres de hoy en día jamás podrían ser tildados de hombres de las cavernas. Son personas abiertas. Definen la masculinidad de otra manera. Viven en un mundo transformado por los derechos de las mujeres y, por lo tanto, participan a la par en las tareas de la casa. Los padres contemporáneos llevan a los hijos a sus clases de piano y a sus entrenamientos de fútbol. Se sientan en la mesa de su hijo cuando asisten a las reuniones en el colegio, enseñan a sus hijos a montar en bicicleta, a pintar con los dedos y a pescar. Si un niño se hace daño, el padre le secará las lágrimas con la misma rapidez con que lo haría su madre.

Sin embargo, algo inesperado ocurre en el proceso de convertirse en padres excelentes. Estos padres se dan cuenta de que se quedan cortos en relación con sus expectativas, y con las expectativas de sus mujeres y sus hijos. ¿Por qué? Porque es imposible desempeñar bien todos los papeles. Sienten la presión de ser eficiente y tener éxito en el trabajo, de ser atentos con sus mujeres y de ser ciudadanos ejemplares en su comunidad. Lo más importante es que sienten la presión para que sean excelentes padres. El único problema es que sus padres no les dieron los instrumentos para ser padres excelentes. De modo que han mejorado, pero a menudo se sienten atascados.

A pesar de todos los cambios positivos en la condición de los padres actuales, el 56 por ciento de los padres consultados por el National Center for Fathering declararon que dedicaban menos tiempo a sus hijos que el que sus padres les habían dedicado a ellos. Según un estudio de Child Trend de 2001, es probable que los padres participen la mitad de lo que participan las madres en las actividades escolares de los hijos. Un estudio de 2004 señalaba que los padres con hijos pasan más tiempo en el despacho que los padres que tienen hijas (los investigadores especulan con la idea

de que los padres creen inconscientemente que es importante demostrar a un hijo el rol del hombre en la sociedad). Es triste, pero sólo el 37 por ciento de los hombres encuestados en un estudio reciente dijeron que estaban satisfechos con su capacidad de hablar con sus propios padres. En otro estudio nacional sobre las tendencias de los padres, sólo el 44 por ciento de los padres declaró que sabían qué ocurría en la vida de sus hijos.

Muchos padres se engañan pensando que cambiarán y que participarán más en la vida de sus hijos al año siguiente. Y luego, el año siguiente transcurre sin que se produzcan cambios.

Sin embargo, los padres modernos han andado un largo camino. Han dado un paso gigantesco más allá de los papás de las cavernas antiguos y, lo que es más importante, quieren participar más en el mundo de sus hijos. Pero, al igual que las madres, luchan por establecer un equilibrio entre trabajo y familia. Las madres suelen describir a sus maridos como si fueran de un lado a otro intentando hacer todo lo que hace falta, pero sin conseguir hacer nada bien. Sus familias suelen sentirse como si nunca lo tuvieran «entero». Sin embargo, un estudio reciente descubrió que el 74 por ciento de los padres prefieren un empleo «amistoso» con los padres que un empleo de vía rápida hacia el éxito, un dato que dice mucho de cómo los hombres quieren ser mejores padres.

Sin embargo, el estudio no decía nada acerca de cuántos padres tienen, efectivamente, empleos amistosos con los padres, y son pocos los que los tienen. Menos del 50 por ciento de los padres que vienen a mi consulta tienen trabajos que les permitan estar más disponibles para sus familias. Ante el alza de los precios en los últimos años, desde la vivienda hasta los combustibles, los padres están sometidos a una presión cada vez más fuerte para proveer. Los padres que quieren tener empleos que les permitan pasar más tiempo en casa, en realidad también quieren estar a la altura de sus vecinos. Algunos padres abordan el tiempo que dedicarían

a sus hijos como abordarían una reunión en el trabajo, es decir, si no está programado, no tendrá lugar.

Muchos padres se engañan creyendo que tener éxito o tener un gran trabajo fortalecerá su imagen a ojos de sus hijos o los inspirará para que tengan éxito. Sin embargo, esto no suele ser más que una racionalización de su propio deseo obsesivo de demostrar lo que valen, y del hecho de que se sienten más cómodos en el trabajo que en casa. Demasiados hombres confunden los regalos materiales con dar lo más preciado que pueden ofrecer, a saber, su tiempo. Compran ordenadores portátiles a sus hijos, o caros equipos deportivos, o coches, esperando que sus hijos no repararán en su ausencia o en su falta de atención. Pero los chicos no pasan esas cosas por alto, y añoran a sus padres. Piensan en ello como la «añoranza del padre». La añoranza del padre destiñe la existencia del hijo. Sus notas bajan. Se vuelve más susceptible de sufrir la influencia de sus compañeros. Puede que le vaya todo bien, y puede que con el tiempo se convierta en un hombre de mucho éxito, pero quizá se pase el resto de su vida analizando por qué no era lo bastante bueno para su padre, qué era más importante para éste que él. Y es probable que esa herencia influya en su relación con su propio hijo.

Ya que los padres hoy en día están tan obsesionados por el trabajo y por salir adelante, sólo son «padres a medias» para sus hijos. Son esos padres que vemos en los terrenos de juego más pendientes de conversar con los padres que de jugar con su hijo. Es el tipo de padre que durante los partidos de fútbol está absorto en su BlackBerry y no para de hablar por teléfono. Puede que no esté repantigado en el sofá tomando un whisky, pero no tendrá problemas para obligar a su hijo a ver el partido de los Patriots, en lugar de mirar *La edad del hielo* por enésima vez. Está físicamente presente para su hijo, pero no sabe exactamente qué hacer estando ahí. Son los «padres a medias».

Un padre a medias no se da cuenta de que cuando su hijo lo vea tecleando en una BlackBerry en un partido de baloncesto estará igual de resentido y dolido que si no hubiera ido.

—A veces mi hijo me mira a los ojos y me pregunta si estoy escuchándole —dice un padre de cuarenta y tres años—. Y yo digo «claro que sí», sabiendo perfectamente que ha vuelto a pillarme pensando en otra cosa.

El padre a medias es un hombre situado en el medio. Por un lado, está decidido a ser un buen padre, a estar disponible para su hijo y a participar activamente en su vida. Por otro lado, no sabe cómo portarse. Espera que con el tiempo adquirirá las destrezas del buen padre naturalmente y no sabe pedir ayuda. Algunos padres se sienten tan abrumados por lo lejos que están de su ideal de buen padre que dejan de intentarlo. Otros lo intentan con ahínco, pero no consiguen conectar con sus hijos, lo cual los lleva a renunciar totalmente a su rol de padre.

Uno de mis pacientes me contó hace poco una historia que ilustra a la perfección al padre a medias. Steve es el director general de una pequeña empresa. Su hijo, Matty, de siete años, quería aprender a montar en bici, así que una tarde fueron al parque. Matty dijo que estaba nervioso y Steve le aseguró que no dejaría que se cayera. Matty se subió a la bici y su padre sujetó el manillar para mantenerlo equilibrado. Cuando su padre intentaba soltarlo, Matty chillaba. No quería que su padre lo dejara ir.

Al cabo de media hora, Steve empezó a volverse impaciente con su hijo. En su opinión, éste se portaba como un bebé. Matty dijo que quería volver a casa, pero Steve insistió para que lo intentara unas cuantas veces más. En el intento siguiente, dejó ir la bici de Matty. El niño anduvo unos diez metros, y luego empezó a chillar y a llamar a su padre, pero era demasiado tarde. Se estrelló contra la acera y se hizo un rasguño en la pierna. Empezó a llorar ahí tendido en el suelo.