

La familia ante la llegada de los hijos ¹

M.^a Victoria Hidalgo
Universidad de Sevilla
Susana Menéndez
Universidad de Huelva ²

1. El proceso de convertirse en padres

La experiencia de convertirse en padres en el seno de la familia es un hecho habitual en la vida de los adultos. A pesar del progresivo descenso de la natalidad que se ha producido en los últimos años, y del retraso en la edad a la que se tienen los hijos, las estadísticas nacionales e internacionales siguen poniendo de relieve que la mayoría de los hombres y las mujeres afrontan en algún momento de su vida la experiencia de convertirse en padres. Pero no por ser habitual es intrascendente: hay pocos acontecimientos a lo largo de la vida que sean tan significativos e impactantes para una persona y para una familia como el nacimiento de un hijo o una hija. De hecho, los estudios sociológicos ponen de manifiesto que el hecho de convertirse en padres es considerado por la mayoría de los adultos como una de las experiencias más relevantes y cruciales de su vida. El impacto que potencialmente tienen la maternidad y la paternidad sobre la propia trayectoria de vida, junto con el hecho de tratarse de un acontecimiento experimentado por la mayoría de las personas, hacen que desde la Psicología se aborde y se estudie el proceso de convertirse en madre y padre como una de las *transicio-*

1 La investigación que se describe en este artículo fue realizada en el marco de un convenio entre el Servicio Andaluz de Salud de la Junta de Andalucía y el Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

2 Dirección de las autoras: M. Victoria Hidalgo (victoria@Acica.es): Dpto. de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad de Sevilla. Avda. San Francisco Javier, s/n. 41005 Sevilla.

Susana Menéndez (menendez@Auhu.es): Dpto. de Psicología. Universidad de Huelva. Avda. de las Fuerzas Armadas, s/n. 21007 Huelva.

nes normativas más importantes que mujeres y hombres afrontan a lo largo de su ciclo vital.

La transición a la maternidad y la paternidad se inicia cuando una pareja recibe la noticia de que van a convertirse en padres. A partir de este momento comienza un período de duración variable, que conlleva cambios que afectan a distintos ámbitos, y que suponen, sobre todo, la adaptación a una situación que plantea importantes demandas y requiere la adopción de nuevos roles. Hombre y mujer se van a convertir en padre y madre, con las alteraciones del comportamiento, hábitos de vida, conocimientos y sentimientos que implica la nueva situación para cada uno de ellos. Algunos de estos cambios son más transitorios y otros tendrán efectos más permanentes; en todo caso, se considera que la transición termina cuando estos cambios se estabilizan y se alcanza un nuevo equilibrio tanto en el plano personal como en el familiar. Aunque existen importantes diferencias entre unas familias y otras en el tiempo que tardan en adaptarse a la nueva situación, hay un cierto acuerdo en situar el final de esta transición en torno a los dos años después del nacimiento del bebé.

Los primeros estudios sobre la transición a la paternidad se remontan a la década de 1950 y, con frecuencia, aportaron descripciones muy distintas de este período de la vida familiar. Así, mientras que algunos autores caracterizaron la transición a la paternidad y la maternidad como una auténtica «crisis», como una de las situaciones más difíciles que tiene que afrontar la familia, en otros casos se consideraba que la llegada de un hijo o una hija representaba —especialmente para la mujer— un paso positivo en el proceso de realización personal, y una etapa más en el ciclo de vida familiar.

El debate, a veces extremista y poco fundamentado, respecto a si la transición a la maternidad y la paternidad debe considerarse como una auténtica *crisis* o como una *etapa* más del ciclo familiar, ha dejado paso a descripciones más ajustadas sobre esta transición. Así, aunque los resultados de los estudios longitudinales más recientes, procedentes de la psicología evolutiva, no apoyan la idea de que el hecho de convertirse en madre y padre tenga que representar una crisis inevitable para la pareja, hay un importante consenso en no menospreciar la relevancia de este proceso. Las tareas relacionadas con el cuidado y la crianza de un bebé, los posibles cambios en las relaciones conyugales, la necesidad de compatibilizar distintos roles, los cambios de hábitos, las restricciones a la libertad personal, las repercusiones sobre la actividad profesional o los costes económicos son algunos de los aspectos que pueden resultar problemáticos, y que ayudan a entender el acceso a la paternidad como una transición *muy compleja y potencialmente estresante* para los nuevos padres (Cowan y Cowan, 2000). En cualquier caso, si es cierto que la llegada de un bebé requiere una profunda adaptación a

una nueva situación (no siempre fácil) con importantes cambios a nivel individual y familiar, no es menos cierto que la maternidad y la paternidad conllevan indudables satisfacciones y efectos positivos tanto a nivel personal como social. Los lazos emocionales que se crean como consecuencia del cuidado y el contacto íntimo y directo con el bebé, los sentimientos de desarrollo y realización personal, el sentido de cohesión familiar y el valor social que siguen teniendo los hijos, continúan siendo razones argumentadas por los adultos para decidirse a afrontar con ilusión la compleja tarea de convertirse en padres (Brooks, 1996).

La complejidad del proceso de convertirse en padres reside, en gran medida, en que sus efectos se dejan sentir a distintos niveles. En primer lugar, se trata de un acontecimiento que plantea muchas exigencias y supone importantes cambios a nivel personal, es decir, para la mujer y para el hombre que se convierten en madre y padre. En segundo lugar, el proceso de convertirse en padres también afecta a nivel familiar. La familia es un sistema social integrado por personas con sus respectivos roles y relaciones interdependientes; cualquier modificación de este sistema, y más si es de la importancia del nacimiento de un hijo, impacta sobre cada miembro individualmente y sobre el sistema como tal. En este sentido, el acceso a la paternidad se experimenta tanto en el ámbito personal como en el familiar; de hecho, la pareja y la familia como sistema tienen que afrontar la incorporación de un nuevo miembro, que triplica las relaciones diádicas que existían anteriormente (de la única díada hombre-mujer se pasa a tres: madre-padre, padre-hijo y madre-hijo), y que crea una relación triádica (madre-hijo-padre). Los procesos de cambio y adaptación, las nuevas exigencias y la redistribución de papeles y tareas que requiere la llegada de un bebé son, en este sentido, de una magnitud potencialmente considerable para el sistema familiar. Finalmente, las relaciones que la familia mantiene con el contexto social se verán también alteradas al verse incluidas en la cadena de cambios, redefiniciones y adaptaciones que implica la aventura de la paternidad, por lo que la familia extensa, los amigos, las instituciones y los factores culturales presentes en el entorno social también deben ser tenidos en cuenta para comprender esta importante transición evolutiva.

En suma, el proceso de convertirse en padre y madre constituye una importante *transición* tanto *personal* como *familiar* que, al igual que otras transiciones del ciclo familiar (la formación de la pareja o la llegada de los hijos a la adolescencia), representa un momento *potencialmente* propicio para que tengan lugar cambios importantes, cambios que pueden alterar tanto la conducta de las distintas personas que componen la familia, como las relaciones que existen entre ellas. Sin embargo, no debemos olvidar la considerable variabilidad que acompaña este complejo proceso, siendo difícil *prejuizar a priori* cuáles serán las consecuencias de la experiencia

de la paternidad para cada persona y para cada familia. En este sentido, a pesar de los muchos elementos comunes que permiten caracterizarla como una transición normativa, no representa un acontecimiento ni mucho menos uniforme para todas las personas; más bien al contrario, existe todo un conjunto de factores relacionados con la ecología del sistema familiar que tienen mucho que ver con la dirección que tome el proceso y con la forma en que se afronte y se resuelva esta transición por cada familia.

Explorar y acercarnos a lo que significa convertirse en padre y madre en nuestro contexto social actual ha sido el objetivo principal de un amplio estudio longitudinal que hemos realizado en el Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla; trabajo que se enmarca en la línea de las investigaciones que abordan el proceso que hemos definido como *transición a la paternidad* (Belsky y Rovine, 1990; Cowan y Cowan, 1992, 2000; Hidalgo, 1998; LaRossa, 1986). Este trabajo se ha realizado en el marco de un Convenio firmado entre el Servicio Andaluz de Salud y nuestro grupo de investigación para la *Cooperación en actividades de educación materno-infantil*, y nos ha permitido estudiar, entre otras cosas, cómo más de 150 familias de nuestro entorno social más cercano afrontan la experiencia de la paternidad. En concreto, los resultados que presentamos en estas páginas corresponden al estudio de 95 parejas que participaron en un programa de educación de padres mientras esperaban el nacimiento de sus hijos. El seguimiento longitudinal de las familias abarcó desde el principio del embarazo de la mujer (fase del estudio que denominamos Tiempo 1, T1) hasta el final del primer año de vida de los bebés (T2). A lo largo de este período se entrevistaron a los padres y madres en tres ocasiones con extensas entrevistas semiestructuradas elaboradas para cada ocasión: la Entrevista del Principio del Embarazo (EPE); la Entrevista del Final del Embarazo (EFE) y la Entrevista del Primer Año (EPA). Estas entrevistas incluían contenidos de muy distinto tipo: expectativas acerca de la paternidad y la maternidad, existencia de dudas, características de la relación entre los padres, fuentes de apoyo social, ... En definitiva, todos aquellos contenidos que nos permitían conocer los procesos y cambios que experimentaron hombres y mujeres al convertirse en padres, así como sus dificultades y sus necesidades de apoyo de cara al cuidado y educación de sus niños y niñas.

2. Procesos y cambios experimentados al convertirse en padres

En las páginas anteriores hemos definido el proceso de convertirse en padres como una transición personal y familiar; corresponde ahora preguntarnos qué supone realmente este proceso para los nuevos padres y para su contexto familiar. Siguiendo la

lógica expuesta en el apartado anterior, analizaremos en primer lugar algunas de las repercusiones de la maternidad y la paternidad a nivel personal, para pasar luego al ámbito de las relaciones entre los padres y a las relaciones de la familia con su entorno social.

2.1. Cambios individuales ligados a la maternidad y la paternidad

Los estudios que han seguido a mujeres y hombres a lo largo de todo el proceso de convertirse en padres evidencian que tal proceso influye de forma sustancial en el desarrollo adulto, y que suele conllevar para los nuevos padres un amplio y diverso abanico de cambios, que incluye desde cambios físicos hasta modificaciones en los conocimientos y en los sentimientos (Belsky, Ward y Rovine, 1986; La Rossa y La Rossa, 1986; Levy-Shiff, 1994). De hecho, el impacto de la maternidad y la paternidad es importante tanto sobre el desarrollo socio-personal y emocional como sobre el desarrollo cognitivo de madres y padres. Así, en el ámbito del desarrollo socio-emocional es de destacar la formación de la relación de apego que establecen los padres con el bebé, relación que es única y diferente a otras relaciones afectivas que se establecen en la vida adulta. En el plano cognitivo, la transición a la paternidad también implica un momento propicio para la formación y reorganización de ideas, actitudes y conocimientos relativos al mundo de los niños, su desarrollo y educación (Hidalgo, 1999). Por lo demás, aspectos como la identidad, la adopción de roles de género y, sobre todo, los hábitos cotidianos se verán casi irremediabilmente modificados tras el acceso a la paternidad (Belsky y Kelly, 1994; Michaels y Goldberg, 1989; Palkovitz y Sussman, 1988).

De todos estos aspectos que son relevantes durante la transición a la paternidad, la temática de las ideas y los conocimientos acerca del embarazo, el parto y la crianza y educación de los niños constituye uno de los contenidos que en nuestro estudio exploramos en mayor profundidad en la entrevista que realizamos a los hombres y mujeres al principio del embarazo. En conjunto, los resultados que presentamos en la Tabla 1 nos muestran un cierto desconocimiento en algunos hombres y mujeres de la muestra respecto a los contenidos explorados.

TABLA 1

CONOCIMIENTOS E IDEAS ACERCA DEL EMBARAZO, PARTO
Y CRIANZA DE LOS NIÑOS

CONOCIMIENTOS E IDEAS		T1
Alimentación de la madre en embarazo	Cambio en el tipo de dieta	69,4 %
	Cambios de cantidad	9,5 %
	No debe cambiar	20,4 %
	No sabe	0,7 %
Uso de medicamentos durante embarazo	No se deben usar, son peligrosos	74,8 %
	Pueden tomarse sin precauciones	1,4 %
	Matizaciones (depende del medicamento)	23,8 %
Momento de acudir al hospital para el parto	Motivos reales y concretos	63,9 %
	Motivos o causas insuficientes	25,2 %
	No sabe	10,9 %
¿Es importante coger al niño con frecuencia?	Cuanto menos, mejor	31,9 %
	Es bueno cogerlos con frecuencia	24,5 %
	Ni mucho ni poco	31,9 %
	Depende del niño o de la situación	11,7 %
¿Cómo se puede enseñar a controlar los esfínteres?	Referencia a paciencia, constancia, etc...	55,3 %
	Dando explicaciones	12,8 %
	Utilizando ejemplos, modelos, etc.	13,8 %
	Procedimientos generales o ignorar	10,7 %
	No sabe	7,4 %
¿Cuál debe ser el papel del padre durante el primer año?	Igual que la madre (incluye cuidados físicos)	45,7 %
	Animar a la madre, ayudarla	10,6 %
	Actividades específicas (no cuidados físicos)	20,2 %
	Actividades inespecíficas o generales	23,4 %

Después de presentar estos resultados y conocedores de la enorme complejidad de este proceso, no debe sorprender que los datos de nuestro estudio revelaran, asimismo, que al inicio de la transición a la paternidad, especialmente si se afronta esta experiencia por primera vez, hombres y mujeres se sienten bastante inseguros, planteándose un buen número de *dudas, incertidumbres y preocupaciones*. No es extraño que surjan desde el principio del

embarazo dudas y preocupaciones en los hombres y mujeres que se van a convertir en padres; desempeñar este nuevo papel requiere conocimientos y destrezas específicas (cómo calmar a un bebé cuando llora, qué hacer si tiene fiebre), asumir nuevas responsabilidades y redistribuir los papeles anteriores (¿cómo cuidar del bebé y continuar con la actividad laboral?). Ciertas dosis de inseguridad e inquietud ante esta situación, así como preocuparse por buscar y obtener conocimientos específicos sobre estos temas, parecen procesos totalmente comprensibles, por lo que puede entenderse que más del 55 % de las mujeres que entrevistamos al principio del embarazo se hubieran planteado algún tipo de duda acerca del nacimiento, la crianza y/o la educación de los niños. Sin embargo, más importante que el hecho de que los padres se planteen dudas o busquen conocimientos adecuados, nos parecen los resultados, recogidos en la Tabla 2, que revelan que hay un porcentaje importante de madres, en concreto el 27,6 %, que no llegan a resolver satisfactoriamente las dudas que se plantean. En el caso de las mujeres que sí consiguen resolver sus dudas, los familiares más cercanos así como las lecturas especializadas parecen ser las fuentes de apoyo más utilizadas por las madres de nuestro estudio.

TABLA 2

RESOLUCIÓN DE LAS DUDAS AL PRINCIPIO DEL EMBARAZO

RESOLUCIÓN DE DUDAS	PORCENTAJE DE MADRES
No puede o no sabe cómo resolverlas	27,6 %
Las ha resuelto con marido/familiares	29,7 %
Las ha resuelto con personal sanitario	10,6 %
Las ha resuelto a través de lecturas especializadas	14,8 %
Combinación de fuentes	17,3 %

Al tiempo que hombres y mujeres van planteándose (y a veces resolviendo) diversas preguntas e interrogantes relativos a la maternidad y la paternidad, los futuros padres van fraguando todo un conjunto de *expectativas* acerca de lo que supone convertirse en padres, expectativas que, en ocasiones, se alejan bastante de la realidad. Tal y como hemos descrito anteriormente, el hecho de convertirse en padre o madre supone un momento del ciclo vital en el que se expe-

rimentan importantes cambios y hay que afrontar todo un conjunto de nuevas y complejas tareas relacionadas con la crianza y educación de los hijos. En este sentido, parece lógico pensar que posiblemente una de las herramientas más valiosas para hacer frente a todo ello puede ser justamente una adecuada anticipación personal de estos cambios y necesidades. Así, si estas expectativas previas resultan acertadas, es decir, si más tarde se convierten en realidad, los nuevos padres pueden valerse en mayor o menor medida de las estrategias que hayan desarrollado para prepararse ante estos cambios. Por el contrario, si las expectativas no se corresponden con la realidad, la posible preparación previa a la llegada del bebé no resulta útil y, en paralelo, pueden aflorar sentimientos de insatisfacción como resultado de lo que Belsky (1985) denomina *expectativas violadas*.

Cuando los estudios sobre transición a la paternidad exploran lo anterior, los resultados obtenidos tienden a avalar estas reflexiones. Así, tanto en el terreno de las relaciones conyugales (Belsky, 1985; Belsky, Ward y Rovine, 1986), como en el de la distribución de las tareas domésticas (MacDermid, Huston y McHale, 1990; Ruble, Fleming, Hackel y Stangor, 1988), los datos longitudinales ponen de manifiesto que el hecho de sostener durante el embarazo unas expectativas acerca de la posible influencia de la llegada del bebé que más tarde pueden no corresponderse e incluso llegar a ser contradictorias con lo que ocurre en realidad, suele promover cambios y vivencias negativas en esos ámbitos.

En nuestro estudio, y teniendo en cuenta que las expectativas durante el embarazo han sido (como todas las dimensiones de índole cognitiva) relativamente poco explorados en la investigación sobre el proceso de transición a la paternidad, quisimos tomar en consideración la concordancia entre dichas expectativas y los cambios reales en diversos aspectos. Así, durante el T1 (principios del embarazo) indagamos cómo esperaban los futuros padres y madres que el bebé iba a influir en sus vidas, tanto en general como en cuestiones más específicas, concretamente en sus relaciones con la familia extensa y los amigos, en su autoconcepto, en la distribución de tareas domésticas, y en la relación conyugal. Posteriormente, en el T2, entrevistamos a los padres y madres acerca de los cambios que realmente habían experimentado durante esta transición.

Los resultados obtenidos aparecen reflejados en la Tabla 3. Como en ella puede apreciarse, en la mayor parte de las dimensiones se observa una notable correspondencia entre los valores promedio obtenidos en cada fase, de forma que la existencia y la dirección de los cambios anticipados durante el embarazo parece, en una primera aproximación, corresponderse con lo que sucede una vez que el bebé ya ha nacido. No obstante, si en los análisis damos un paso más allá de la información descriptiva promedio, la dirección de los datos es bien distinta. Así, si nos interesamos por averiguar

la mayor o menor relación entre las respuestas aportadas *por cada sujeto* en cada fase del estudio, es decir, si evaluamos el grado de correspondencia entre las expectativas sostenidas durante el embarazo y los cambios acaecidos tras el nacimiento del nuevo hijo/a (análisis que se recogen en la última columna de la tabla), sólo aparece una relación estadísticamente significativa en el caso de la influencia del bebé a nivel general o global en la vida ($p = .03$). Por el contrario, al tomar en consideración cada uno de los aspectos más específicos, en ninguno de ellos los resultados indican que exista una correspondencia significativa entre las expectativas previas y la influencia real de la llegada del bebé. Lo que estos datos indican es que los padres y madres de la muestra son capaces de anticipar el grado de influencia general que el nuevo hijo o hija va a tener en sus vidas (aquellos que esperan un cambio global tienden a experimentar dicho cambio, los que anticipan cambios en aspectos específicos también, y los que piensan que no va a haber cambios sustanciales tienden a continuar básicamente igual). No obstante, a la hora de predecir el posible impacto de la llegada del bebé en cuestiones específicas, los nuevos padres y madres no dan muestras de la misma pericia: al margen del contenido concreto de las expectativas mantenidas al principio del embarazo, estas expectativas, en general, no se corresponden con la realidad a la que se enfrentan estos padres y madres año y medio más tarde.

TABLA 3

EXPECTATIVAS ACERCA DE LA INFLUENCIA DE LA LLEGADA
DEL BEBÉ (T1) Y CAMBIOS REALES EXPERIMENTADOS
(T2) (* $P < .05$)

INFLUENCIA DE LA LLEGADA DEL BEBÉ		T1	T2	SIG.
En general	Cambio global y general de la vida	57,8 %	56,8 %	
	Cambio en aspectos específicos	23,1 %	36,9 %	
	No hay cambios	19 %	6,3 %	
Relaciones con la familia extensa	Intensificación de la relación	30,5 %	30,5 %	
	Mayor autonomía y menos relación	7 %	16,8 %	
	No cambian	62,5 %	52,6 %	
Relaciones con los amigos	Cambio cuantitativo (tiempo de contacto)	16,4 %	42,1 %	
	Cambio cualitativo (diferentes amigos)	9 %	14,7 %	
	No hay cambios	74,6 %	43,2 %	

TABLA 3 (Continuación)

INFLUENCIA DE LA LLEGADA DEL BEBÉ		T1	T2	SIG.
Relación conyugal	A mejor (mayor unión y comunicación)	28,9 %	36,2 %	
	A peor (más roces y discusiones)	12,6 %	29,8 %	
	No cambian	58,5 %	34 %	
Distribución de tareas domésticas	Aumentan las tareas realizadas por la mujer	—	8,5 %	
	Aumentan las tareas realizadas por el hombre	62,7 %	26,6 %	
	No hay cambios	37,3 %	64,9 %	
Autoconcepto	Cambio en la forma de percibirse a sí mismo	29,2 %	43,2 %	
	No hay cambio	70,8 %	56,8 %	

En concreto, es el ámbito de las relaciones entre los padres donde la disparidad entre expectativas y realidad es mayor. Tal y como se desprende de los datos de la Tabla anterior, el porcentaje de parejas que experimentaron más conflictos en su relación conyugal a raíz de convertirse en padres duplicó al porcentaje de sujetos que anticiparon tal cambio. En la misma línea de expectativas violadas, aunque casi el 63 % de los sujetos entrevistados suponían que tras el nacimiento del niño el padre se implicaría más en las tareas domésticas, tan sólo el 26,6 % de los sujetos entrevistados confirmaron un cambio en este sentido en la distribución de tareas. De las relaciones entre los padres durante la transición a la paternidad nos ocuparnos en mayor profundidad en el apartado siguiente.

Los datos presentados hasta aquí muestran, en conjunto, que convertirse en padre y madre implica afrontar un proceso complejo del que una buena parte de hombres y mujeres desconocen bastantes aspectos, un proceso que desde sus inicios desencadena dudas e incertidumbres y del que, con frecuencia, los futuros padres no saben anticipar cuánto y cómo va a llegar a influir en sus vidas. Siendo cierto todo lo anterior, no es menos cierto que, a pesar de todas esas dificultades, la mayoría de las mujeres y hombres que estudiamos (más del 90 % de los sujetos), un año después del nacimiento de sus hijos, hacían una valoración muy positiva de tal acontecimiento y de su nuevo papel como madres y padres.

2.2. Las relaciones entre los padres

En cuanto al impacto de la llegada de un nuevo hijo o hija no ya en el plano individual sino en el relacional, el ámbito al que más atención han prestado los estudiosos de esta temática ha sido el de las relaciones entre ambos progenitores. Se trata, sin duda, del «tema estrella» en la investigación interesada en el proceso de convertirse en padre o madre, y ello tanto por el elevado número de estudios que han explorado esta dimensión en este momento del ciclo vital y familiar, como por la contundencia y solidez de los resultados que se desprenden de dichos estudios.

En síntesis, una primera aproximación a los datos ofrecidos por las diferentes investigaciones perfila un cuadro de cambios negativos, cambios que, ciertamente, encajan bastante bien con la idea de crisis con la que se caracterizó inicialmente esta transición evolutiva. Así, la práctica totalidad de los estudios realizados coinciden en encontrar que, en paralelo a la llegada del bebé, la relación conyugal tiende a experimentar un cierto deterioro (Belsky y Rovine, 1990; Belsky *et al.*, 1985, 1986; Cowan, 1988; Cowan y Cowan, 1992, 2000; Cowan *et al.*, 1985; Feldman y Nash, 1984; La Rossa y La Rossa, 1986; Levy-Shiff, 1994, cit. en Schaffer, 1996; Moos *et al.*, 1986; Terry, McHugh y Noller, 1991; Wallace y Gotlib, 1990). Junto a lo anterior, las investigaciones también destacan una importante tradicionalización en el reparto de las tareas domésticas, es decir, tras el nacimiento de un nuevo hijo o hija tiende a aumentar la dedicación de las madres a este tipo de tareas, tendencia que se aprecia incluso en familias en las que, antes del embarazo, predominaba un reparto más equitativo (Belsky y Pensky, 1988; Cowan, 1988; Cowan y Cowan, 1992, 2000; Cowan *et al.*, 1985; La Rossa y La Rossa, 1986; McHale y Huston, 1985; Moos *et al.*, 1987; Terry *et al.*, 1991; White, Booth y Edwards, 1986). Finalmente, las investigaciones que exploran, durante el embarazo, los planes de ambos progenitores acerca de cómo creen que organizarán el cuidado y la crianza del bebé, encuentran que estos planes resultan excesivamente optimistas en comparación con el reparto real de este tipo de tareas una vez que el bebé ya ha nacido, reparto que suele recaer fundamentalmente en las madres (Cowan, 1988; Cowan y Cowan, 1992, 2000; Cowan *et al.*, 1985; Frodi, Lamb, Hwang y Frodi, 1983).

En definitiva, los datos aportados indican cómo el ámbito de las relaciones entre ambos padres durante la llegada de un nuevo hijo o hija parece estar caracterizado, como ya hemos señalado, por un cuadro de cambios ciertamente negativo. No obstante, estos resultados merecen algunos comentarios adicionales que matizan todo lo dicho anteriormente. En primer lugar, el decremento que se produce en los tres casos suele ser significativo pero de escasa magnitud, y, en segundo lugar, y también en las tres dimensiones, las puntuaciones obtenidas antes y después del nacimiento del bebé suelen correlacionar entre sí de forma significativa. Lo que estos resultados

reflejan es que la llegada del bebé suele efectivamente ir acompañada de cambios negativos, pero que estos cambios tienen lugar en el seno de una importante y significativa continuidad en cada hogar. Así, las parejas que disfrutaban de una buena relación conyugal durante el embarazo siguen destacando en este sentido tras convertirse en padres y madres, aunque sus niveles de satisfacción disminuyan, y las familias en las que antes del nacimiento del bebé existía un reparto más equitativo de las tareas domésticas continúan siendo, meses más tarde, las que presentan una distribución más igualitaria en comparación con el resto, aunque aumente la dedicación de las madres. Finalmente, los hogares en los que las expectativas de implicación paterna en el cuidado del bebé son más elevadas son también en los que la participación real del padre tras el embarazo es mayor, aunque, en general, por debajo de lo esperado.

Los resultados obtenidos en nuestra investigación encajan perfectamente con los comentarios anteriores. Tal y como puede apreciarse en la Tabla 4, los datos promedio reflejan un decremento en la calidad de la relación conyugal, así como un aumento de la carga para las madres, tanto en las tareas domésticas, como en las relativas al cuidado y la crianza del bebé³, tareas estas últimas en las que la implicación del padre resulta menor a la anticipada durante el embarazo. No obstante, el contraste entre las puntuaciones medias obtenidas en una fase y otra (presentado en la tabla en la tercera columna, valor estadístico «t») sólo resulta significativo en el caso de la calidad de la relación conyugal; paralelamente, en las tres dimensiones existe una correlación estadísticamente significativa entre los datos del T1 y el T2 (análisis recogidos en la tabla en la cuarta columna, valor estadístico «r»).

TABLA 4

EVOLUCIÓN DE LA RELACIÓN CONYUGAL
(**p < ,01, ***p < ,005, ****p < ,001)

	T1	T2	t	r
Calidad de la relación de pareja	14,03	13,45	**	****
Distribución de tareas domésticas	33,1	34,29		****
Distribución de tareas de cuidado del bebé	36,85	38		***

3 Debe aclararse que las puntuaciones referidas a estos dos aspectos relacionados con la distribución de tareas entre padre y madre reflejan una *mayor* participación del padre mientras *más bajo* sea el valor obtenido.

Los datos que hasta el momento hemos venido manejando nos han permitido hacernos una idea de los principales procesos y dimensiones intrafamiliares que se ven afectados con la llegada de un nuevo hijo o hija. No obstante, una de las conclusiones más diáfanas a las que ha llegado la psicología evolutiva de las últimas décadas es la estrecha conexión que existe entre lo que sucede dentro de una familia y las relaciones que la familia mantiene con otros contextos externos a ella. En este sentido, y para la temática que aquí nos ocupa, la investigación ha explorado fundamentalmente la relación entre los ajustes y procesos intrafamiliares implicados en la llegada de un nuevo hijo/a y dos ámbitos extrafamiliares: el trabajo fuera del hogar y la red social de apoyo.

2.3. La actividad laboral

Respecto al ámbito laboral y su relación con la dinámica familiar, la literatura refleja cómo existe en muchos casos una importante interferencia entre ambos mundos, de forma que debido a diferentes razones (extensión de la jornada laboral, horarios concretos en los que ésta se da, dificultad para obtener permisos o bajas por razones familiares, discriminación de cara a la obtención de ascensos entre personas con y sin hijos/as, etc.), los roles laborales y familiares con frecuencia resultan incompatibles entre sí (Menéndez e Hidalgo, 1997). Esta interferencia tiene, no obstante, distintas proporciones y diferentes consecuencias para hombres y mujeres, tanto en general como específicamente durante el proceso de convertirse en padre o madre.

En el caso de las mujeres, y a pesar de que las últimas décadas han contemplado su masivo y creciente acceso al mercado del trabajo extradoméstico, la llegada de un bebé supone, por término medio, un punto de inflexión en la faceta profesional de las mujeres, que con frecuencia abandonan (total o temporalmente) el mercado del trabajo o, cuanto menos, disminuyen su dedicación al mismo. Así, los datos procedentes de estudios realizados en nuestro país reflejan que el porcentaje de mujeres con hijos menores de 6 años que, habiendo trabajado fuera del hogar en algún momento de su vida, abandonan el mercado laboral debido al embarazo o para cuidar de los niños supera el 39 % (Iglesias de Ussel, 1994). Más recientemente, los datos recogidos y analizados por la Comisión Europea (2000) reflejan que las tasas de empleo entre la población femenina de 22-44 años con hijos menores de cinco años se sitúa en torno a 40 %, frente a la tasa de 67 % que alcanzan las mujeres de la misma edad pero sin hijos o hijas. Entre los hombres, por el contrario, la mayor o menor incompatibilidad entre los roles laborales y familiares tiende a resolverse con un aumento de la dedicación al trabajo. Las razones de este aumento son variadas: actitudes tradicionales hacia los roles de género, salarios más altos entre los tra-

bajadores masculinos, de forma que el sustento fundamental de la familia proviene del sueldo del padre, ... Si además tenemos en cuenta, como acertadamente apunta Lamb (Lamb, Pleck y Levine, 1987), que el acceso a la paternidad suele tener lugar en un momento del ciclo vital en el que la estabilidad laboral para bastantes sujetos es aún incierta, resulta comprensible que los hombres inviertan en su trabajo la mayor parte de su tiempo y sus energías, tiempo y energías que se restan de sus obligaciones familiares, las cuales tienden a ser asumidas mayoritariamente por su pareja femenina que, además, si trabajaba previamente fuera del hogar acostumbra, como hemos indicado, a abandonar su trabajo o disminuir su dedicación al mismo.

De nuevo los datos obtenidos en nuestro estudio confirman las conclusiones de otras investigaciones. En el caso de las madres de la muestra que, durante el embarazo, ejercían un trabajo remunerado fuera del hogar, el 18,2 % manifestó que pensaban dejar de trabajar tras el nacimiento del bebé, mientras que un 5,5 % anticipó un cambio significativo en su situación laboral (cambio a un contrato de media jornada, o a un trabajo distinto pero de menos horas, etc.). Estas intenciones fueron de hecho llevadas a la práctica: el porcentaje de madres con un trabajo extradoméstico pasó de un 36,2 % en el T1 a un 28,4 % en el T2.

En cuanto a los padres, tras la llegada del bebé un 67,3 % manifestó percibir que sus papeles como trabajadores y como padres frecuentemente interferían entre sí. Esta interferencia se achacó mayoritariamente a la extensión de la jornada laboral (68,6 % de los casos) y, en menor medida, a características del trabajo de tipo más cualitativo, como el cansancio, el estrés, los turnos cambiantes, etc. (31,4 %). Similares resultados se desprenden de los informes acerca de la interferencia entre las obligaciones del varón como padre y como trabajador pero desde el punto de vista de las madres: el 63,5 % de las mismas consideró que ambos roles resultaban con frecuencia incompatibles, lo cual se debía mayoritariamente, de nuevo, a la excesiva duración del horario laboral (57,6 % de los casos).

2.4. Apoyo social y fuentes de recursos

Aparte de su actividad laboral, hombres y mujeres mantienen diversas relaciones con el contexto social: con la familia extensa, con los amigos y en agrupaciones de distinto tipo; relaciones que afectan y se ven afectadas por la transición a la paternidad. En este sentido, igual que se modifican hábitos personales y familiares, la llegada del bebé puede ejercer ciertos efectos sobre las relaciones sociales habitualmente mantenidas por los padres, en algunos casos para intensificarlas (generalmente con la familia), y en otros disminuyéndolas (saliendo menos con los amigos, por ejemplo). Además,

las numerosas y a veces desconocidas tareas que requiere el cuidado del bebé, sobre todo si se trata del primer hijo, hacen de la transición a la paternidad un momento especialmente propenso para solicitar y recibir apoyo y ayuda de las personas más cercanas. En esta línea, la mayoría de los estudios ponen de relieve un incremento y estrechamiento de las relaciones entre los nuevos padres y sus familias de origen, al mismo tiempo que los padres buscan y reciben de distintas personas —familiares y amigos— tanto apoyo emocional como ayuda material. En ambos aspectos, estas consecuencias se observan en el caso de sujetos que se convierten en padres por primera vez, existiendo pocos cambios en este ámbito en las sucesivas transiciones a la paternidad (Belsky y Rovine, 1984; Cochran y Niego, 1995).

En cuanto a la *procedencia del apoyo social*, los resultados obtenidos en nuestro estudio (Tabla 5) muestran que, en nuestro contexto, los familiares más cercanos siguen aportando mucho del apoyo que las familias necesitan para afrontar la llegada de los hijos, y que en un porcentaje bastante similar también se recibe apoyo social de personas no familiares (amigos, profesionales, etc.). De nuevo, nos parece preocupante el dato de que algo más del 10 % de los padres y madres entrevistados no dispusieran de ningún tipo de apoyo social.

TABLA 5

PROCEDENCIA DEL APOYO SOCIAL

PROCEDENCIA DEL APOYO SOCIAL	PORCENTAJE DE SUJETOS
Familiares	32 %
No familiares	31,3 %
Combinación de familiares y no familiares	26,5 %
No dispone de apoyo social	10,2 %

Vamos a referirnos, por último, a un aspecto que nos parece de gran relevancia: *la disponibilidad de ayuda y fuentes de recursos* con los que padres y madres cuentan para el ejercicio de su paternidad. Al preguntar a los padres por la disponibilidad y valoración de distintas fuentes de recursos, tanto durante el embarazo como al final del primer año de los bebés, nos encontramos, tal y como se muestra en la Tabla 6, que la ayuda y apoyo recibidos del cónyuge es el recurso más valorado por madres y padres. A continuación, el apoyo

recibido en las actividades de educación de padres, el procedente del personal sanitario y de las lecturas especializadas (recursos que se integraban conjuntamente en el programa de educación de padres en el que estas familias participaban) recibían una valoración significativamente más alta que los otros recursos evaluados.

TABLA 6

VALORACIÓN DE LAS DISTINTAS FUENTES DE RECURSOS

FUENTES DE RECURSOS	VALORACIÓN (1-5)
Actividades de educación de padres	3,57
Personal sanitario	3,40
Familiares	3,31
Amigos	2,86
Lecturas especializadas	3,49
Cónyuge	4,44

3. Algunas conclusiones finales

En conjunto, los resultados de nuestro estudio ponen de manifiesto que la tarea de ser padres es vivida por hombres y mujeres como una aventura tan atractiva como compleja. Mujeres y hombres experimentan procesos que implican cambios, redefiniciones de situaciones previas y, sobre todo, la necesidad de ajustarse a los nuevos roles de padre y madre. Si tuviéramos que hacer un balance de los aspectos positivos y negativos de la paternidad, tal como muestran otros estudios (Fawcett, 1988), la mayoría de los hombres y las mujeres de nuestro entorno encuentran más satisfacciones que problemas ligados a esta experiencia. Así, por encima de las preocupaciones, los cambios, las inseguridades, las nuevas tareas y exigencias, la totalidad de las madres y la gran mayoría de los padres se sintieron satisfechos con su paternidad.

Aunque es justo comenzar reconociendo las satisfacciones asociadas al hecho de ser padres, también es cierto que la tarea de ser padres implica importantes dificultades y problemas. Sin lugar a dudas, acceder a la paternidad en nuestro contexto social actual se ha convertido en una tarea tan importante como compleja. Por un lado, la importancia otorgada a las prácticas educativas tempranas

como motor esencial para el desarrollo infantil, confiere a los padres una gran responsabilidad, esperándose de ellos que tengan un desempeño competente de su paternidad, esto es, que sean capaces de promover un entorno de desarrollo adecuado y estimulante para sus hijos e hijas. Por otro lado, algunas de las transformaciones sociales de nuestra sociedad, tales como el alejamiento de muchos jóvenes padres de sus familias de origen, la falta de preparación de los jóvenes para la paternidad en el proceso natural de socialización y aprendizaje, y, en especial, la incorporación de la mujer al mundo laboral (tradicionalmente la encargada de forma exclusiva del cuidado de los niños pequeños), son ingredientes que hacen de la tarea de ser padres algo cada vez más complejo y difícil para muchas mujeres y hombres de nuestro entorno.

Esta situación permite entender los resultados obtenidos en nuestro estudio que muestran que muchas de las familias actuales no cuentan con los recursos necesarios para afrontar la complicada tarea de la paternidad. Como señalábamos más arriba, esta falta de apoyo y recursos tiene mucho que ver con las transformaciones sociales de nuestra sociedad, ya que tanto los procesos de socialización como el acceso a la paternidad han experimentado cambios sustanciales vinculados a la evolución histórica y social. Durante mucho tiempo, hombres y mujeres se convertían en padres y madres —especialmente ellas— muy arropados por sus familias de origen (frecuentemente incluso en su propio seno), hecho que suponía una indudable fuente de apoyo y ayuda. Es cierto que, a diferencia de lo que ocurre en otras culturas, en nuestro entorno más inmediato siguen vigentes fuertes lazos de unión con las familias de origen durante las primeras etapas de la formación de la familia. Sin embargo, aun en los casos en los que la lejanía geográfica no constituye un problema, las parejas jóvenes parecen sentirse cada vez más alejadas de la generación anterior en los aspectos ideológicos que subyacen a la paternidad. Muchas veces se puede contar con los familiares más próximos, pero muchos nuevos padres no comparten o no confían en sus opiniones, que a menudo se tildan de tradicionales y desfasadas. No es sorprendente que, ante esta realidad, los resultados obtenidos en nuestro estudio mostraran que para muchos padres y madres de nuestro entorno, su participación en un programa de educación de padres representaba, tras la ayuda recibida del cónyuge, la mejor fuente de apoyo y ayuda de cara a afrontar la experiencia de la paternidad. Estos resultados asemejan la realidad de nuestro entorno a la de otros países industrializados en los que, desde hace ya mucho tiempo, se considera a distintas instituciones sociales como una de las fuentes principales de la que los nuevos padres reciben apoyo (Harkness, Super, Keefer, Raghavan y Campbell, 1996; Routh, Schroeder y Koocher, 1983; Wright, 1985).

Parece evidente que esta situación social, donde observamos una importante desconfianza en la sabiduría popular y la búsqueda cons-

tante de los «conocimientos científicos de los expertos», otorga gran valor a los programas de educación de padres. Si para muchos padres ya no les sirve lo que existe a su alrededor, cuando no confían en unos conocimientos tradicionales «en desuso», el apoyo formal se vuelve para ellos el recurso máspreciado y valorado. De hecho, es una vía de ofrecer formalmente lo que tradicionalmente existía informalmente (Palacios, 1987). Nos parece importante resaltar, asimismo, que convertirse en padre o madre manteniendo muchas dudas y preguntas sin respuestas, supone no únicamente una falta de conocimientos adecuados, sino que conlleva indudables dosis de inseguridad ante la nueva situación que hay que afrontar y, en cierta manera, cuestionarse acerca de la propia competencia como padre o madre. En este sentido, cuando los padres encuentran fuentes de apoyo que les permiten resolver sus dudas y acceder a nuevos conocimientos, no sólo están obteniendo respuestas, sino que están ganando en confianza y en seguridad para afrontar más competentemente las exigencias que conlleva la paternidad.

La comparación de los resultados obtenidos en este estudio con los obtenidos en otros estudios similar en el que las familias no participaban en programas de intervención, nos permite concluir que un efecto de la aplicación de programas de educación de padres es, precisamente, el incremento de las fuentes de apoyo y ayuda con las que hombres y mujeres cuentan al acceder a la paternidad. Parece claro, además, que el valor del apoyo formal recibido a través de programas de educación de padres puede ser doble: por un lado, aporta los conocimientos, las ideas y las respuestas que los nuevos padres buscan y necesitan; por otro, y esto nos parece fundamental, parece que es la única vía de poder volver a dotar a los padres de una seguridad y una confianza en sus propias capacidades que parecen imprescindibles en el ejercicio competente de la paternidad.

Sin duda, hombres y mujeres requieren distintos tipos de ayuda y apoyo para afrontar sus tareas como padres y madres. Los datos expuestos a lo largo de estas páginas nos llevan a sostener que, en primer lugar, gran parte de este apoyo debe proceder del interior de la propia familia: el apoyo y la implicación del cónyuge, de la persona con la que se convive parece esencial para experimentar una transición a la paternidad y la maternidad exitosa (Menéndez e Hidalgo, 1998). En segundo lugar, otro tipo de ayudas deben proceder de políticas sociales que posibiliten, cada vez en mayor medida, la compatibilización de las actividades laborales con las de cuidado y educación de los niños y niñas. Finalmente, otro tipo importante de ayuda puede concretarse a través de programas de educación de padres bien diseñados, que funcionen adecuadamente y que cuenten con materiales especializados y adaptados a las necesidades de los padres. El objetivo fundamental de este tipo de apoyo social debe ser poner a disposición de mujeres y hombres aquellas fuentes de recursos que pueden facilitarles el proceso de convertirse en padres

y, por tanto, contribuir a que puedan desenvolverse de forma más satisfactoria y competente en sus tareas como madres y padres.

REFERENCIAS

- Belsky, J. (1985): «Exploring individual differences in marital change across the transition to parenthood: the role of violated expectations», *Journal of Marriage and the Family* 47, 1037-1052.
- Belsky, J. - Lang, M. E. - Huston, T. L. (1986): «Sex typing and division of labor as determinants of marital change across the transition to parenthood», *Journal of Personality and Social Psychology* 30, 1-6.
- Belsky, J. - Lang, M. E. - Rovine, M. (1985): «Stability and change in marriage across the transition to parenthood: a second study», *Journal of Marriage and the Family* 47, 855-865.
- Belsky, J. - Rovine, M. (1990): «Patterns of marital change across the transition to parenthood: pregnancy to three years postpartum», *Journal of Marriage and the family* 52, 5-19.
- Belsky, J. - Ward, M. J. - Rovine, M. (1986): «Prenatal expectations, postnatal experiences and the transition to parenthood», en R. D. Ashmore - D. M. Brodzinsky (eds.), *Thinking about the family. Views of parents and children*, Hillsdale, New Jersey: Laerance Erlbaum.
- Comisión Europea (2000): *Hacia una Estrategia Marco Comunitaria sobre la igualdad entre Hombres y Mujeres*. Comunicación de la Comisión al Consejo, al Parlamento Europeo, al Comité Económico y Social y al Comité de las Regiones.
- Cowan, C. P. - Cowan, P. A. (1992):, *When partners become parents. The big life change for couples*, New York: Basic Books.
- Cowan, C. P. - Cowan, P. A. (2000): *When partners become parents. The big life change for couples*, Mahwah, New Jersey: Laerance Erlbaum.
- Cowan, C. P. - Cowan, P. A. - Heming, G. - Garret, E. - Coysh, W. S. - Curtis-Boles, H. - Boles, A. J. (1985): «Transitions to parenthood: his, her and theirs», *Journal of Family Issues* 6(4), 451-481.
- Cowan, P. A. (1988): «Becoming a father: a time for change, an opportunity of development», en P. Bronstein - C. P. Cowan (eds.), *Fatherhood today: Men's changing role in the family*, New York: Wiley.
- Feldman, S. S. - Nash, Ch. S. (1984): «The transition from expectancy to parenthood: impact of the firstborn child on men and women», *Sex Roles* 2, 61-78.
- Frodi, A. M. - Lamb, M. E. - Hwang, C. P. - Frodi, M. (1983): «Father-mother-infant interaction in tradicional and nontraditional swedish families: a longitudinal study», *Alternative Lifestyle* 5, 142-163.

- Gottman, J. M. (1991): «Chaos and regulated change in families: a metaphor for the study of transitions», en P. A. Cowan - E. M. Hetherington (eds.), *Family transitions*, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hidalgo, M. V. (1998): «La transición a la maternidad y a paternidad», en Rodrigo, M. J. - Palacios, J. (comps.), *Familia y desarrollo humano* (pp. 161-180), Madrid: Alianza.
- Hidalgo, M. V. (1999): «Las ideas de los padres sobre el desarrollo y la educación de sus hijos. Su cambio y continuidad durante la transición a la paternidad», *Infancia y Aprendizaje* 85, 75-94.
- Iglesias de Ussel, J. (1994): «La familia», en M. Juárez (dir.), *V Informe sociológico sobre la situación social en España*, Madrid: Fundación FOESSA.
- Lamb, M. E. - Pleck, J. H. - Levine, J. A. (1987): «Effects of increased paternal involvement on fathers and mothers», en Ch. Lewis - M. O'Brien (eds.), *Reassessing fatherhood*, London: Sage.
- La Rossa, R. y La Rossa, M. M. (1981): *Transition to parenthood. How infants change families*, Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- MacDermid, S. H. - Huston, T. L. - McHale, S. M. (1990): «Changes in marriage associated with the transition to parenthood: individual differences as a function of sex-role attitudes and changes in the division of household labor», *Journal of Marriage and the Family* 52, 475-486.
- Menéndez, S. - Hidalgo, M. V. (1997): «La participación del padre en el cuidado de sus hijos e hijas y la interferencia del trabajo», *Revista de Psicología. Universitas Tarraconensis*, vol. XIX (2), 5-22.
- Menéndez, S. - Hidalgo, M. V. (1998): «La participación del padre en las tareas de crianza y cuidado de sus hijos e hijas», *Apuntes de Psicología* 16, 333-344.
- Moos, R. H. - Bolland, G. - Foxman, R. - y Owen, C. (1986): «Marital relations during the transition to parenthood», *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 4, 57-67.
- Moos, R. H. - Schaefer, J. A. (1986): «Life transitions and crises: a conceptual overview», en R. H. Moos (ed.), *Coping with life crises. An integrated approach*, Nueva York: Plenum.
- Ruble, D. N. - Fleming, A. S. - Hackel, L. S. - Stangor, C. (1988): «Changes in the marital relationship during the transition to first time motherhood: effects of violated expectations concerning division of household labor», *Journal of Personality and Social Psychology* 55, 78-87.
- Schaffer, H. R. (1996): *Social development*, Cambridge: Massachusetts.
- Terry, D. J. - McHugh, T. A. - Noller, R. P. (1991): «Role dissatisfaction and the decline in marital quality across the transition to parenthood», *Australian Journal of Psychology* 43, 129-132.
- Wallace, P. M. - Gotlib, I. H. (1990): «Marital adjustment during the transition to parenthood: stability and predictors of change», *Journal of Marriage and the Family* 52, 21-29.
- White, L. K. - Booth, A. - Edwards, J. N. (1986): «Children and marital happiness: why the negative correlation?», *Journal of Family Issues* 7, 131-147.