

El proceso de convertirse en padre y madre: una importante transición evolutiva

M^a Victoria HIDALGO
Universidad de Sevilla

Resumen

El presente trabajo estudia el proceso de convertirse en padre y madre desde la perspectiva del desarrollo adulto. El acceso a la paternidad es conceptualizado como una importante transición personal y familiar. Siguiendo un enfoque ecológico, se analizan las consecuencias de este proceso a nivel personal, familiar y social.

Palabra clave: transiciones evolutivas, transición a la paternidad, desarrollo adulto.

Abstract

This investigation studies the process of becoming parents from the perspective of adult development. Access to parenthood is conceptualized as an important personal and family transition. Following an ecological framework, consequences of this process at personal, family and social levels are analyzed.

Key words: developmental transitions, transition to parenthood, adult development.

El estudio de las transiciones a lo largo del ciclo vital

Durante mucho tiempo, hablar de psicología evolutiva era hablar de los procesos de desarrollo durante la infancia y la adolescencia. Sin duda, uno de los cambios más importantes que ha experimentado nuestra disciplina está relacionado con la ampliación de su campo de estudio a todo el ciclo vital. De esta forma, la inclusión de la adultez y la

senectud dentro del campo de estudio de la psicología evolutiva y, consecuentemente, el convencimiento de que los procesos de cambio y continuidad están presentes a lo largo de todas las etapas del desarrollo, abonaron adecuadamente el terreno para el estudio de las *transiciones* a lo largo de todo el ciclo vital, tarea tan atractiva como compleja. La primera idea que se asocia normalmente a la palabra transición es la idea del cambio. Aunque el estudio de las

transiciones como tales es bastante reciente en la psicología evolutiva (Rutter y Rutter, 1992), es ya antigua la constatación de que algunas experiencias vitales suelen desencadenar períodos más ligados a procesos de cambio que otras.

Son dos las perspectivas fundamentales que se encuentran en la forma de entender y definir las transiciones. La postura que define las transiciones por el suceso mismo que las marca (la entrada en la escuela, convertirse en padre o madre, jubilarse), y aquella otra que considera que sólo podemos hablar de transiciones cuando se da un cambio cualitativo interno e importante en la persona o en la familia, con la consecuente reorganización de los roles principales y de las relaciones interpersonales. No estamos seguros de que ambas posturas sean incompatibles entre sí, ni de que como han señalado algunos autores, tan sólo la segunda forma de entender las transiciones encierre una perspectiva psicológica.

A nuestro entender, es posible integrar ambas posturas y definir los momentos de transición como aquellas experiencias que tienen lugar a lo largo del ciclo vital que, debido a que requieren la adopción de nuevos roles y que plantean nuevas exigencias, son momentos *potencialmente* propicios para que tengan lugar cambios importantes, tanto a nivel intrapersonal como interpersonal, sin que, como señala Moreno (1994), se pueda prejuzgar *a priori* cuál será el patrón de reacción ante esos acontecimientos.

Desde esta postura, podemos considerar determinadas experiencias como transiciones evolutivas, esto es, momentos propensos para que se produz-

can cambios y adaptaciones de cierta consideración y consistencia, en definitiva, para que el desarrollo continúe como fruto de la interacción entre la persona y su contexto cambiante. Sin embargo, al no prejuzgar el resultado de tales experiencias, creemos que estamos resaltando la variabilidad interindividual que existe a lo largo del desarrollo y, por supuesto, la imposibilidad de etiquetar *a priori*, como es frecuente en la literatura, ciertas experiencias como «*crisis vitales*». La magnitud de los conflictos internos que puedan desencadenar determinados sucesos; el desequilibrio y el cambio en un sentido positivo o negativo y, en último término, el resultado psicológico de cada transición, dependerán, desde nuestro punto de vista, de los recursos personales y contextuales con los que cada sujeto cuente para afrontar la nueva situación. Así, la entrada en la escuela, la adolescencia, la formación de la pareja, la llegada del primer hijo o el divorcio serán transiciones que *potencialmente* pueden desencadenar desequilibrios y cambios importantes en la persona o en su relación con el contexto; pero el hecho de que se conviertan y sean vividas por cada persona como verdaderas *crisis* o como *transiciones* normales dependerá, en cada caso, de las características y recursos -personales y contextuales- con los que cada persona se enfrente a tales situaciones.

La transición a la paternidad: una transición personal y familiar

Hay pocas experiencias a lo largo de la vida que sean tan significativas e impactantes para una persona como el nacimiento de un hijo. En distintos estu-

dios sociológicos de gran amplitud demográfica, se pone de manifiesto que el hecho de convertirse en padre o madre es mencionado por la mayoría de los adultos entre los tres acontecimientos más relevantes y cruciales de su vida. El acceso a la paternidad debemos considerarlo, por tanto, como una de las transiciones normativas más importante que afrontan la mayoría de los adultos (entre el 80% y el 90% según distintas fuentes) a lo largo de su vida.

Por un lado, se trata de un acontecimiento que plantea importantes demandas y requiere la adopción de nuevos roles al hombre y a la mujer como personas individuales. 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. La magnitud que potencialmente tiene la paternidad para influir de forma decisiva en la trayectoria de la vida de los adultos, ha hecho que el proceso de convertirse en padres sea etiquetado por distintos autores con calificativos que denotan la relevancia del proceso: la transición más dramática en la vida de las personas (Feldman y Nash, 1986), el paso más crítico y decisivo en el ciclo vital individual y familiar (Sussman, 1988), la adaptación más difícil y compleja para los individuos y para las parejas (Wright, Henggeler y Craig, 1986).

Pero como reflejan algunas de estas definiciones, el proceso de convertirse de padres no sólo afecta a nivel individual. El acceso a la paternidad se experimenta tanto en el ámbito personal como en el familiar. La familia es un sistema social integrado por roles y relaciones interde-

pendientes. Cualquier modificación de este sistema, como es el nacimiento de un hijo, impacta sobre cada miembro individualmente y sobre el sistema como tal. Así, 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: padre-madre, padre-hijo y madre-hijo), y que crea una relación triádica (padre-madre-hijo). Los procesos de cambio y adaptación, las nuevas exigencias y la redistribución de papeles que requiere la llegada de un hijo para la pareja son, de nuevo, de una magnitud potencialmente considerable. En este sentido, es elocuente el título de uno de los libros monográficos más recientes sobre la transición a la paternidad: *When partners become parents. The big life change for couples* [De pares a padres. El gran cambio en la vida de las parejas] (Cowan y Cowan, 1992).

En suma, el proceso de convertirse en padre y madre debemos considerarlo como una importante *transición personal y familiar*. Asimismo, aunque el hombre y la mujer como individuos, y la pareja como sistema familiar, constituyen los protagonistas del proceso, la familia extensa, los amigos, las instituciones y los factores culturales presentes en la red social también deben ser tenidos en cuenta para comprender esta importante transición vital.

Aunque la importancia que el nacimiento de un hijo tiene para las personas y para las familias parece clara, la profundización en esta temática requiere dar respuesta a algunas preguntas ¿qué exigencias plantea realmente la paternidad? ¿qué tipo de consecuencias tiene este

acontecimiento? ¿a qué cambios puede dar lugar? ¿qué características del proceso de convertirse en padres definen a este acontecimiento como una importante transición evolutiva?

Tal y como se desprende de la literatura, es posible sintetizar cuatro focos principales de donde proceden las nuevas y acuciantes exigencias que plantea el acceso a la paternidad, y que implican los cambios o potenciales problemas que hay que afrontar con la nueva situación:

- a) Demandas físicas relacionadas con el cuidado y la crianza del bebé.
- b) Cambios potenciales en las relaciones conyugales (menos tiempo para la pareja, cambios en las relaciones sexuales, etc.), que pueden acarrear tensiones o crisis de distinta magnitud.
- c) Costes emocionales experimentados por el individuo: adopción del nuevo rol de padre o madre, dudas respecto a la propia competencia como padre o madre, nuevas responsabilidades, etc.
- d) Cambios de hábitos, restricciones a la propia vida social, a la libertad personal, repercusiones sobre la actividad profesional y costes económicos.

Todos estos aspectos pueden convertirse en verdaderos problemas, y es por esta razón por la que la transición a la paternidad ha sido considerada por la mayoría de los investigadores como un proceso *potencialmente estresante*. En concreto, en un estudio de Dohwrenwend y otros (1978, citado en Belsky y Rovine, 1984) realizado con más de 2.500 adultos entre 21 y 64 años, el nacimiento del

primer hijo fue evaluado -entre una lista de más de 102 sucesos- como la sexta experiencia más estresante de toda la vida, situándose entre la separación del cónyuge y la imposibilidad de costear un tratamiento médico importante.

A la luz de lo que implica convertirse en padre o madre, podría parecer sorprendente que la mayoría de las personas decidan afrontar esta compleja y arriesgada aventura. Podría suponerse que la razón estriba en que, con toda probabilidad, la mayoría de las parejas no conocen ni anticipan lo que puede significar la llegada de un bebé a sus vidas. No obstante, los resultados de esta compleja transición no deben ser tan negativos como podría deducirse de la descripción anterior cuando, en una gran proporción, las parejas se deciden a repetir la experiencia. En cualquier caso, si es cierto que la llegada de un hijo requiere importantes cambios con posibles costes individuales o conyugales, no es menos cierto que la paternidad conlleva indudables beneficios y efectos positivos tanto a nivel personal como social. Los beneficios emocionales relacionados con el cuidado y el contacto íntimo y directo con el bebé, los sentimientos de desarrollo y realización personal, y el sentido de cohesión familiar, más el valor social y cultural que siguen teniendo los hijos, continúan siendo buenas razones argumentadas por los adultos para decidirse a afrontar con ilusión la compleja tarea de convertirse en padres.

Siguiendo la tradición norteamericana de analizar costes y beneficios, diversos investigadores se han preocupado por balancear las ventajas y desventajas de la paternidad. En una interesante re-

Beneficios psicológicos de la paternidad	Costes o desventajas de la paternidad
<p>a) Razones relativas a la propia identidad y realización personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser padre como la plenitud de la adultez. - Tener un hijo es fuente de logro personal. - Es un enriquecimiento de la autoestima. - Refleja madurez y responsabilidad. - Es una forma de perpetuarse. <p>b) Razones relativas a la relación con los hijos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los niños son personas a las que amar y de las que se recibe afecto. - Un hijo es alguien a quien se puede guiar, enseñar y controlar. - Los hijos alegran una vida rutinaria. <p>c) Razones familiares y sociales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los hijos dan vida a la familia. - Los hijos facilitan la relación social. - Social y moralmente está bien tenerlos. 	<p>a) Costes económicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Directos: gastos derivados de la crianza. - Indirectos: si la madre pierde su trabajo. <p>b) Costes físicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tareas que implica la crianza. - Reducción del tiempo de descanso. - Efectos de embarazo y parto en la salud de la madre. <p>c) Costes psicológicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Restricciones de la propia libertad. - Incremento de preocupaciones y ansiedad. - Reducción de la intimidad conyugal. <p>d) Cambios asociados:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pérdida del tiempo libre. - Cambio de los hábitos cotidianos.

Cuadro 1. Costes y beneficios de la paternidad (inspirado en Fawcett, 1988 y en Belsky y Rovine, 1984).

visión de Fawcett (1988) sobre *el valor de los niños*, desde una perspectiva histórica y transcultural, se analizan los posibles beneficios y costes asociados a la paternidad (ver el cuadro 1). Las conclusiones de esta revisión ponen de manifiesto que, tanto antes de tener un hijo -al explorar las expectativas-, como cuando ya se es padre, la mayoría de las personas encuentran a la paternidad más ventajas que desventajas.

Los beneficios a que se suele hacer referencia dependen en gran medida del contexto social y cultural en el que viven los padres. En concreto, la importancia económica de los hijos predomina en los

países menos industrializados y en contextos rurales, mientras que los adultos de países occidentales destacan principalmente los aspectos afectivos y emocionales de la relación con los hijos. De hecho, Fawcett (1988) destaca que muchos tienen que ser los beneficios psicológicos y sociales asociados a la paternidad, cuando la mayoría de las parejas de países más desarrollados siguen teniendo hijos, a pesar del importante coste económico que en dichos contextos supone criar un hijo¹. Sin embargo, aunque los costes o desventajas de la paternidad no llevan, en la mayoría de los casos, hasta tomar la decisión de no

¹ Según un estudio realizado por Olson (1983 citado por Miller, Cowan y Cowan, 1993), criar a un hijo varón en Estados Unidos desde su nacimiento hasta los 25 años costaba, hace ya más de una década, unos 215.000 dólares (casi 30 millones de pesetas) y, según LaRossa (1986) criar a una hija costaría aún más.

tener hijos, sí conducen a decisiones comó el aplazamiento del momento de tener el primer hijo o la disminución del número de hijos en cada familia.

En conclusión, parece claro que la transición a la paternidad constituye una verdadera transición que puede implicar importantes cambios y adaptaciones durante el período de *convertirse en*, pero cuyo resultado final -ser padres-, puede acarrear importantes beneficios psicológicos.

Finalmente, debemos referirnos a la duración del proceso de transición a la paternidad. Como es lógico, la duración de un momento de transición puede ser variable, ya que se alargará hasta que cada sujeto y la familia se adapte a la nueva situación y los cambios se estabilicen. Por ello, es éste un tema sobre el que no existe acuerdo explícito, a pesar de lo cual se pueden apuntar algunos datos. Existe un cierto consenso en situar el comienzo del proceso en el momento en que los padres conocen el hecho de que van a tener un hijo. Más difuso está el momento final de la transición, que, en general, suele situarse entre el primer y el segundo año de la vida del bebé. Algunos autores, sin embargo, señalan que se observan cambios y estrés asociado a la situación de la paternidad durante los cuatro o cinco primeros años de los niños, es decir, hasta el final de la etapa preescolar, momento éste en que la nueva situación parece estabilizarse.

Pero ¿qué supone realmente la transición a la paternidad?

En las páginas anteriores hemos conceptualizado el proceso de conver-

tirse en padre o madre como una transición personal y familiar; corresponde ahora preguntarnos qué supone realmente este proceso para los nuevos padres. La transición a la paternidad se muestra como una experiencia vital y normativa, que potencialmente puede reestructurar el curso de la vida de las personas y de sus familias. Se trata de una transición que requiere que hombre y mujer, como personas y como pareja, afronten una importante serie de exigencias y tareas inherentes a la nueva situación en sí, que adopten nuevos papeles, redefinan conductas y creencias anteriores, e incluso que reorienten y reorganicen su personalidad, afectando, en consecuencia, a su desarrollo adulto.

En estos procesos de cambio y adaptación a las nuevas necesidades que conlleva la llegada del bebé, puede haber muchos aspectos similares para la mayoría de las parejas que se convierten en padres. El análisis de las repercusiones y efectos comunes de la llegada del bebé sobre los padres y sobre su relación conyugal, ha sido el objeto de estudio fundamental de la mayoría de las investigaciones sobre la transición a la paternidad. Estas investigaciones intentan responder a preguntas del tipo: ¿qué implica la transición a la paternidad para el hombre y la mujer? ¿qué efectos tiene la paternidad sobre las relaciones conyugales? ¿cómo influye la paternidad sobre las relaciones sociales más amplias? Se trata, en definitiva, de describir los aspectos comunes o normativos de esta transición, lo que no significa, ni mucho menos, que la experiencia de convertirse en padres sea vivida de forma similar por todos los adultos.

Cambios individuales ligados a la paternidad

A raíz de la síntesis ofrecida anteriormente sobre el posible balance de satisfacciones y problemas asociados a la paternidad, ya se pueden deducir algunos de los cambios y repercusiones que tiene el hecho de convertirse en padre y madre para la mayoría de los adultos. Los cambios en la propia identidad en el ámbito más psicológico, y las alteraciones de los hábitos cotidianos en el plano conductual, parecen sobresalir como los efectos más relevantes de la paternidad sobre el individuo (Hidalgo, 1994). Pero, evidentemente, no son éstas las únicas consecuencias de la llegada del bebé. Cuando se realiza un análisis más profundo, se constata que el proceso de convertirse en padre o madre suele conllevar desde cambios físicos hasta modificaciones en los conocimientos y en los sentimientos. Así, por ejemplo, desde el punto de vista del desarrollo adulto, Newman y Newman (1988) resaltan el importante impacto de la paternidad sobre el desarrollo cognitivo y emocional de los padres. En especial, es de destacar la formación de una relación de apego que establecen los padres con el hijo, que es única y diferente a otras relaciones afectivas que se establecen en la vida adulta. A continuación analizamos más detalladamente los aspectos de índole personal más importantes que pueden verse afectados durante la transición a la paternidad.

Alteración de los hábitos cotidianos

De forma tan generalizada como las muestras de satisfacción de la mayoría de los sujetos tras haberse convertido en padres, se constata el reconocimiento de

la mayoría de los padres de que la llegada del bebé ha modificado ampliamente sus hábitos personales y sociales anteriores. Los cambios o alteraciones más comúnmente referidos en los hábitos cotidianos tienen que ver con las pautas de sueño, el tiempo libre y de ocio, los hábitos sexuales, el tiempo para estar con el cónyuge, la disponibilidad y gasto de dinero, y el tiempo para estar con los amigos. En la mayoría de los casos, estos cambios son experimentados en sentido negativo.

Como puede observarse, algunas de estas modificaciones percibidas afectan al individuo en sí, mientras que otras se refieren a sus relaciones con la pareja y su red social (de lo que nos ocuparemos en posteriores apartados). Por otro lado, algunos de estos cambios de hábitos se relacionan con cambios físicos, mientras que otros tienen claras repercusiones en el ámbito psicológico.

Si la pérdida del horario habitual de sueño destaca entre los cambios de la vida cotidiana de carácter más físico, la pérdida del tiempo libre para sí mismo, de los hábitos de ocio particular, destaca entre los efectos con más repercusiones psicológicas. La adaptación de la vida personal y familiar a las necesidades y tareas de cuidado que requiere un recién nacido, suele ser vivido por los padres como una ruptura de sus hábitos cotidianos previos, como una importante pérdida del tiempo para sí mismos y, consecuentemente, como una restricción de la propia libertad.

Repercusiones sobre la identidad, el autoconcepto y la autoestima

La influencia del acceso a la paternidad sobre la personalidad de los pa-

dres ha sido uno de los aspectos más explorados en gran variedad de estudios. La creencia en la estabilidad absoluta de la personalidad durante la adultez, tuvo que ser relativizada a raíz de que los autores del enfoque del ciclo vital pusieran de manifiesto que el desarrollo continúa durante la adultez, conforme las personas participan en nuevos contextos y estructuras de socialización.

Entre los distintos rasgos de personalidad sensibles a la influencia de la paternidad, los aspectos relacionados con la identidad, el autoconcepto y la autoestima son especialmente relevantes. Como se recordará, entre las satisfacciones que los padres asocian con la paternidad, al igual que entre las razones que se argumentan para decidirse a tener un hijo, abundan los argumentos relativos a la idea de sentirse como un verdadero adulto, tener una responsabilidad, volverse más maduro, dar sentido a la vida; en definitiva, aspectos que resaltan las repercusiones de convertirse en padre o madre sobre la propia identidad y el sentido de la propia vida. En conjunto y como muestran distintos estudios (Hidalgo, 1994), el acceso a la paternidad suele conllevar una diversificación del autoconcepto y un enriquecimiento de la propia identidad, ya que aparece una nueva faceta del sí mismo: el yo como "padre" o "madre".

Datos algo distintos nos ofrece la literatura respecto a la influencia de la paternidad sobre la autoestima. Mientras que parece claro que el acceso a la paternidad lleva ligados ciertos cambios en la identidad, no parece que este acontecimiento tenga una influencia significativa sobre la autoestima. Como concluye Heinicke (1984) tras revisar la li-

teratura existente, parece lógico sostener que la autoestima, al igual que otras características de personalidad, posee un importante grado de estabilidad durante la adultez; aunque sufra ciertas alteraciones cuando el sujeto afronta determinadas transiciones, su resolución no tiene por qué saldarse con efectos negativos sobre este aspecto. Evidentemente, esta tendencia a la estabilidad no significa una inmovilidad absoluta. La autoestima puede permanecer estable e incluso aumentar cuando la transición a la paternidad se resuelve de forma exitosa, lo que ocurre en la mayoría de los casos. No obstante, cuando los recursos personales y contextuales fallan y esta transición se convierte en una verdadera crisis, tanto la autoestima como la estabilidad emocional del sujeto en general estarán en peligro.

La adopción de roles de género durante el acceso a la paternidad

Un aspecto de la personalidad muy relacionado con la identidad, y de gran relevancia durante la transición a la paternidad, es el de la adopción de roles de género por parte de los padres; aspecto que ha sido abordado empíricamente en algunas de las investigaciones sobre el acceso a la paternidad. Siendo comúnmente aceptado que los roles de género predominantes en cada individuo pueden ser un factor influyente en su actuación como padre (igual que otras características de personalidad), cabe preguntarnos si la influencia es bidireccional, es decir, ¿influye el hecho de convertirse en padres en la tipificación de género de hombres y mujeres?

Los estudios sobre la transición a la paternidad con planteamientos longitu-

dinales nos permiten responder a esta pregunta. Dos conclusiones fundamentales pueden obtenerse de los resultados de estos estudios (Hidalgo, 1994). En primer lugar, y tal como hemos comentado respecto a otras características de personalidad, se observa una importante estabilidad en la adopción de roles a lo largo de la transición a la paternidad. En segundo lugar, a pesar de la importante estabilidad intraindividual, en términos generales, la paternidad suele conllevar una mayor estereotipificación de los roles de género.

Influencias de la paternidad sobre las relaciones conyugales

Las repercusiones que tiene el nacimiento de un hijo sobre las relaciones de la pareja constituye, sin lugar a dudas, el tema estrella de la investigación sobre la transición a la paternidad. Los primeros estudios sobre esta temática -procedentes de la sociología de la familia-, dibujaron el acceso a la paternidad como una dramática crisis para las relaciones de pareja (LeMasters, 1957; Dyer, 1963). Las contradicciones entre los resultados de unos estudios y otros desencadenaron una polémica entre los defensores de la «crisis» y los partidarios de la «transición potencialmente estresante», polémica que ha llegado hasta nuestros días. Aunque actualmente ningún autor considera la paternidad como un episodio deletéreo para la relación conyugal, sí es cierto que está muy generalizada la idea de que la llegada del primer hijo conlleva ciertos efectos negativos para la relación entre los padres. A continuación revisaremos los aspectos más importantes de las relaciones conyugales en los que la pa-

ternidad puede tener algún tipo de influencias.

Los hábitos y las actividades compartidas

Tal y como veíamos en el apartado anterior, entre las repercusiones personales del proceso de convertirse en padres figuraba, con una cierta relevancia, el profundo cambio de los hábitos cotidianos experimentado tras la llegada del bebé. Este impacto de la paternidad sobre los hábitos cotidianos se deja sentir tanto en los hábitos personales, como en aquellos relativos a las relaciones entre los padres. Esta alteración en los hábitos anteriores de la pareja se traduce especialmente en pasar menos tiempo implicados en actividades compartidas, y en ciertos cambios experimentados en las relaciones sexuales. Así, distintos estudios longitudinales encuentran que las actividades de ocio y recreativas que realizaban juntos hombre y mujer (tanto dentro como fuera del hogar: pasear, salir a cenar, ir al cine, ver la televisión o hacer alguna cosa juntos), descienden de forma significativa tras el nacimiento del hijo. Esta disminución en las actividades compartidas de la pareja se suele constatar tanto en los primeros meses tras el parto, como al final del primer año de vida del bebé.

En este sentido, parece claro que la llegada del bebé puede modificar en algún sentido los hábitos previos de la pareja. No obstante, que estas modificaciones sean vividas por los nuevos padres como efectos negativos o positivos, es lo que no parece que se pueda pre-juzgar. Al igual que respecto a los cambios en los hábitos personales, no es tan importante el cambio en sí, como las

repercusiones psicológicas que dicho cambio tenga para cada persona.

La distribución de roles y la división de tareas

La tradicional distribución de roles dentro de la familia -el hombre como proveedor y la mujer como cuidadora- comenzó a atenuarse hace años, fruto del acceso de la mujer al trabajo extradoméstico y del creciente igualitarismo ideológico. A pesar de ello, diversos datos relativos a la realidad de nuestro país ofrecidos por el Instituto de la Mujer, siguen mostrándonos una distribución tradicional dentro de la mayoría de los hogares. La mayoría de los hombres siguen asumiendo la responsabilidad del soporte económico de la familia y sólo el 20,5% de los mismos reconoce tener esposas/compañeras que tengan un trabajo remunerado. Asimismo, la mujer sigue ocupando la función principal de cuidadora de la casa y de los hijos. Según datos del Instituto de la Mujer (1990), tan sólo una de cada diez mujeres comparte el cuidado diario de los hijos a partes iguales con su compañero.

La llegada del primer hijo al hogar parece contribuir a mantener esta realidad. Todos los estudios sobre la transición a la paternidad, muestran de forma unánime que tras el nacimiento del bebé se produce una fuerte tradicionalización en la distribución de los papeles dentro del hogar. El reflejo más directo de este cambio es que, incluso en las parejas que antes tenían un reparto más igualitario de tareas, se observa que, tras el nacimiento del bebé, la mujer asume muchas más tareas de las consideradas tradicionalmente como femeninas (Hidalgo, 1994).

Calidad de la relación conyugal y satisfacción con la misma

Parece lógico suponer que las posibles repercusiones de la paternidad que estamos describiendo pueden dañar la relación conyugal y, en consecuencia, mermar la satisfacción que ambos cónyuges sienten acerca de la misma. Los resultados de la mayoría de los estudios parecen confirmar esta idea: se observa un decremento significativo, aunque pequeño en magnitud, en la satisfacción conyugal tras convertirse en padres. Tal decremento en la satisfacción suele ser más acentuado en el caso de las mujeres que en el caso de los hombres. Los estudios que incluyen observaciones directas ponen de manifiesto que tras el nacimiento del niño decrecieron las expresiones de afecto positivo entre ambos cónyuges, al tiempo que se incrementaban las interacciones de carácter conflictivo.

Aunque estos resultados son respaldados por importantes estudios empíricos, parece pertinente hacer varias consideraciones. En primer lugar, todos los cambios observados son de muy pequeña magnitud: no se está hablando de grandes crisis, sino de ligeras modificaciones. En segundo lugar, las diferencias negativas se encuentran en los valores medios, es decir, cuando se analizan las tendencias centrales de los datos. Pero junto con estas diferencias en tendencias centrales, todos los estudios coinciden en señalar una importante estabilidad intraindividual; es decir, aquellas parejas que funcionaban bien, siguen manteniendo buenas relaciones tras la llegada del bebé; donde ya existían problemas, la paternidad acentúa esos problemas. En definitiva, por tanto,

no parece posible afirmar que la llegada de los hijos destruya las relaciones de pareja, pero lo que sí parece claro es que no las suele arreglar.

Repercusiones en relación con el contexto social

La mayoría de los estudios sobre la transición a la paternidad se han centrado en analizar y explorar las repercusiones sobre el padre, la madre y la relación entre ambos, olvidándose con frecuencia de las relaciones y actividades de éstos en otros contextos externos al propio hogar también pueden recibir posibles influencias.

La situación laboral

El ámbito y características de la situación laboral de los padres, aunque lejos del hogar familiar, guardan estrechas relaciones con la paternidad. Cuando ambos miembros de la pareja están trabajando fuera del hogar, la llegada del bebé interfiere, irremediablemente, con esa situación. Debido probablemente a que la distribución de roles sigue siendo muy tradicional, los cuestionarios de los estudios sobre transición a la paternidad preparan preguntas para la madre del tipo: ¿dejará de trabajar? ¿cuándo planea volver a trabajar?, dando por supuesto que será la madre, y no el padre, quien tendrá que adaptar su situación laboral a la nueva situación. Esta adaptación supone, en una proporción importante de casos, el abandono de la mujer de su actividad laboral a causa de la maternidad.

En un estudio específicamente diseñado para explorar las relaciones entre la situación laboral de las mujeres y su

maternidad, Amstey y Whitbourne (1988) ofrecen interesantes resultados relativos a las diferencias entre las mujeres que volvieron a trabajar y las que no. Dos tipos de mujeres predominan entre las que siguen con su actividad laboral tras convertirse en madres: las que se sienten comprometidas con su profesión y disfrutan de ella -lo que es predominante en el estatus socioeconómico alto o medio-alto-, y las que necesitan los ingresos económicos para el mantenimiento de la familia -propio del estatus socioeconómico más bajo-. En todos los casos, como señalan Cowan y Cowan (1992), las madres suelen vivir negativamente tener que tomar esta decisión, y los sentimientos contradictorios respecto a si es mejor seguir trabajando o quedarse en casa para cuidar al bebé, suelen acompañar a las mujeres trabajadoras durante su transición a la maternidad.

Las relaciones con familiares y amigos

Aparte de salir del hogar para desempeñar su actividad laboral, hombres y mujeres mantienen diversas relaciones dentro del contexto social más y menos inmediato: con la familia extensa, con amigos, compañeros del trabajo, agrupaciones de distinto tipo, etc.

El acceso a la paternidad también parece producir cambios a este nivel. Por un lado, 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. Además, las numerosas y a veces desconocidas tareas que requiere el cuidado de bebé, hace a la transición a la paternidad un momento especialmente propenso para solicitar y recibir apoyo y ayuda de las

personas más cercanas a los nuevos padres.

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.

La transición a la paternidad ¿sólo un momento de cambios?

Las páginas anteriores ofrecen, a primera vista, una visión de la transición a la paternidad como un momento saturado de importantes e incluso dramáticos cambios. Creemos necesario pulir esta visión general con algunas reflexiones finales.

En primer lugar, el análisis expuesto de la transición a la paternidad se refiere a los aspectos *normativos* de este proceso, lo que no puede hacernos olvidar que existen importantes diferencias interindividuales en el mismo. Como primer acercamiento, hemos intentado ofrecer una descripción de los procesos implicados en el hecho de convertirse en padre o madre; para tener una visión completa, no obstante, es necesario el análisis de los procesos mismos y una exploración de los factores determinantes de las diferencias individuales que pueden darse en esta transición vital.

Por otro lado, parece evidente que el hecho de convertirse en padre o madre es una experiencia muy significativa en la vida de las personas. El acceso a la paternidad desencadena en los sujetos procesos de distinta índole; en algunos

casos, estos procesos implican cambios; en otros, redefiniciones de situaciones previas; y, como denominador común de todos ellos, el ajuste a los nuevos roles de padre y madre.

La continuidad y el cambio son dos realidades presentes a lo largo de todo el proceso evolutivo. El proceso de convertirse en padres, como transición evolutiva que es, es un período propicio para que se desencadenen ciertos cambios. Identificarse con un nuevo rol, desempeñarlo, adaptarse a la nueva situación, etc., propicia que se produzcan cambios; pero en medio de todos esos posibles cambios, la continuidad sigue siendo una realidad. Para explicar la importante continuidad existente en los momentos de transición, Elder y Caspi (1988) proponen el *principio de acentuación*, según el cual las situaciones de cambio que representan los momentos de transición tienden a acentuar o exagerar aquellos rasgos psicológicos que ya estaban presentes. No sabemos si siempre se da esta acentuación, pero lo que parece fuera de toda duda es que los cambios que se producen y el resultado de la transición, dependen en gran medida de la trayectoria previa de cada persona y de su contexto particular. Este hecho hace que, como comentábamos al principio de este trabajo, sea imposible prejuzgar un sentido de cambio normativo para todas las personas, dado el muy relevante papel jugado por las influencias no normativas.

Como conclusión de lo que significa el acceso a la paternidad de cara al desarrollo adulto, la investigación empírica existente deja patente que en el proceso de convertirse en padre o madre se enriquece la propia identidad con unos

papeles altamente gratificantes, al mismo tiempo que pueden experimentarse procesos de cambio y enriquecimiento cognitivo. Esta visión del proceso de convertirse en padres nos conduce a pensar que la transición a la paternidad no es sólo un período de cambios, sino que en muchos casos estos cambios suponen *una importante oportunidad para el desarrollo adulto*.

Referencias

- AMSTEY, F.H. y WHITBOURNE, S.K. (1988). Work and motherhood: transition to parenthood and women's employment. *Journal of Genetic Psychology*, 149, 111-118.
- BELSKY, J. y ROVINE, M. (1984). Social-network contact, family support, and the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 46, 455-462.
- COWAN, C.P. y COWAN, P.A. (1992). *When partners become parents. The big life change for couples*. Nueva York: Basic Books.
- DYER, E. (1963). Parenthood as crisis. A re-study. *Marriage and Family Living*, 25, 196-201.
- ELDER, G.H. y CASPI, A. (1988). Human development and social change: an emerging perspective on the life course. En N. Bolger, A. Caspi, G. Downey y M. Moorehouse (Eds.), *Person in context: developmental process*. Cambridge: Cambridge Univ. Press.
- FAWCETT, J.T. (1988). The value of children and the transition to parenthood. En R. Palkovitz y M.B. Sussman (Eds.), *Transitions to parenthood*. Nueva York: Harworth Press.
- FELDMAN, S.S. y NASH, S.C. (1986). Antecedents of early parenting. En A. Fogel y G.F. Melson (Eds.), *Origins of nurturance. Developmental, biological and cultural perspectives on caregiving*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- HEINICKE, C. (1984). Impact of pre-birth personality and marital functioning on family development: a framework and suggestions for further study. *Developmental Psychology*, 20, 1044-1053.
- HIDALGO, M.V. (1994). *El proceso de convertirse en padre y madre. Análisis ecológico desde la psicología evolutiva*. Universidad de Sevilla: Tesis doctoral no publicada.
- INSTITUTO DE LA MUJER (1990). *La mujer en cifras*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- LAROSA, R. (1986). *Becoming a parent*. Beverly Hills: Sage Publications.
- LEMASTERS, E. (1957). Parenthood as crisis. *Marriage and Family Living*, 19, 352-355.
- MILLER, N.B., COWAN, P.A. y COWAN, C.P. (1993). Internalizing in preschool and early adolescence: A cross-study replication of a family model. *Developmental Psychology*, 29, 3-18.
- MORENO, M.C. (1994). *Desarrollo social en el ciclo vital*. Universidad de Sevilla: Proyecto Docente no publicado.
- NEWMAN, P.R. y NEWMAN, B.M. (1988). Parenthood and adult development. En R. Palkovitz y M.B. Sussman (Eds.), *Transitions to*

- parenthood*. Nueva York: Harworth Press.
- RUTTER, M. y RUTTER, M. (1992). *Developing minds: challenge and continuity across the life span*. Londres: Penguin Books.
- SUSSMAN, M.B. (1988). Another perspective on the trials and triumphs in the transition to parenthood. En R. Palkovitz y M.B. Sussman (Eds.), *Transitions to parenthood*. Nueva York: Harworth Press.
- WRIGHT, P.J.; HENGGELER, S.W. y CRAIG, L. (1986). Problems in paradise?: A longitudinal examination of the transition to parenthood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 7, 277-291.